

静岡スクール【新静岡セノバ5F】 2024年秋号

全600講座

秋の習い事 & イベント

ワタシが本当にやりたかったこと

掲載講座の詳細はこちらからホームページで見られます

お申込みお問い合わせ **HPから24時間お申し込み受付中!**

静岡朝日テレビカルチャー 検索 **054-251-4141**

●講座をご受講いただくには会員登録が必要です。入会金は、大人:3,300円、中学生以下1,650円、入会事務手数料2,200円●1日講座・体験参加は入会不要●ほとんどの講座が3ヵ月毎の自動更新制です●施設維持管理のため維持費として、連続講座1ヵ月660円、1日講座110円別途がかかります●受講者が少ない場合や講師の事情等により、開催日を延期、開講を中止する場合があります●見学・体験をされる場合は事前にご予約ください●入会日の変更やキャンセルは、ご入金前までご連絡ください●運動やダンスなどの講座は、傷害保険に加入します。対象講座は当スクールで決定し、対象講座の受講生は全員加入となります。保険料は講座内容によって異なります。保険会社:東京海上日動火災保険株式会社

季節の食材と自家製発酵調味料を使用した心と体に優しい植物由来(VEGAN)料理です。今回はギャザリングパーティー風に、皆様でテーブルを囲み食事をお楽しみいただきます。独创的で、洗練されたテーブルセッティングにご期待ください。

Special 1day Event

知る人ぞ知る! 隠家の隠家レストラン

「檸檬とラクダ」の発酵料理 gathering party

1日限定 出張 レストラン 10/20(日) 12:00~14:00

受講料 8,250円(食事代)

檸檬とラクダ 兼子 有希 杉田 歩

あっと驚く! キボリの世界! これも木彫り?!

SNSやテレビで大バズリ中の木彫りアーティストキボリノコンノの世界観にどっぷりハマる1日ワークショップ。彫刻刀を使って、本物そっくりにお菓子や木彫りで再現してみよう!

当日の作品も見て触って 好きなほうを隠してみよう!

木彫りアーティスト キボリノコンノ

11/30(土) ※1Hお昼休憩 受講料 6,600円 教材費 1,870円

海外でも大人気の画家が来静!

あおやま ひな

蒼山日菜のレース切り絵イベント

様々なモチーフをハサミ1本で作ります。レース切り絵で大人気の蒼山日菜さんがやってきます。軽妙なトークを交え、初心者・経験者の技量に合わせて作品作りを楽しみましょう。

第4(土)10:00~12:00に定期コース開催中

10/26(土) 14:00~16:00

受講料 9,680円(教材費)

2020東京オリンピックポスター公式アーティストとして活躍 News week 世界が尊敬する日本人100に選出 切り絵画家 蒼山 日菜

季節の野菜を使った サジット流

本格! スリランカカレー教室

スリランカカレーでおなじみ! サジットさんが、家庭でも美味しいカレーの作り方の極意を伝授します。毎回2種類のカレーを楽しめます。10月チキンカレー&かぼちゃカレー 11月チキンカレー&じゃがいもカレー 12月チキンカレー&さつまいもカレー

10/17(月) ②11/18(月) ③12/16(月) 各10:00~13:00

受講料 各6,050円(教材費)

「Sahiru」7、さじつとの家 店主 坂本紗司斗レンダラー

やってみたかった! 手仕事&アートな趣味

一度使うとクセになる書き味

New 10/18 スタート

ガラスペンで書くカリグラフィ

美しい見た目とめらかな書き心地が人気のガラスペンでカリグラフィに挑戦! ペン先から染み出すインクの滲みも文字の良さを引き出し美しく表現されます。新しい趣味として始めてみましょう。

第3(金) 10:00~11:30

受講料 8,250円(3ヵ月3回分) 教材費 1,650円(3ヵ月) ※ガラスペン実費(2,000円程度)

体験会:9/27(金) 受講料:5,500円(教材費)

カリグラファー 紅林 広子

お花が好きなら、技術を向上させたい方

体験 できます

フラワーデザイン

アレンジメントからコサージュ、ブーケまで、生け花とは違った手法で生花をデザインして楽しめます。自分で楽しむ他、資格取得を目指す方にも対応。(カリキュラム) 10月ハロウィン 11月クリスマス 12月お正月

①第1・3(火) 10:00~12:00 ②第1・2・3(火) 18:30~20:30

受講料 ①13,200円(3ヵ月6回分) ②18,315円(3ヵ月9回分) 教材費 ①13,200円(3ヵ月分) ②18,315円(3ヵ月分)

体験日:9/17(火)・10/1(火) 体験料:4,565円(税込)

日本フラワーデザイナー協会(NFD)本部名誉講師 渡辺 裕子

陶芸教室に通いながら和菓子作りも体験!

New 10/2 スタート

和菓子に合う器づくり

手びねりの手法で3ヵ月かけて、陶芸の基本(成形・絵付け)を学びお気に入りの器を制作。最終回は、カフェを営む講師による和菓子作り教室(練り切りを作ります)・完成した器にのせてお茶会を楽しみましょう。

第1・3(水) 13:00~15:30(定員6名)

受講料 14,520円(3ヵ月全6回) 教材費 実費9,900円(道具代・粘土焼成代)

陶芸家・陶芸カフェ「吾角庵」 清水 知子

カゴバッグや小物を手作り

体験 できます

クラフトバンドで作るおしゃれな雑貨

丈夫で軽く、カラーバリエーションが豊富なクラフトバンドで作るおしゃれな小物作りを楽しくすることができます。体験レッスンでは、ミニバスケットを作ります。

①第1・3(火) ②第2・4(水) 共に10:00~12:00

受講料 各14,520円(3ヵ月6回分) 教材費 実費(1,000~3,500円程度)

体験日:①9/17(火)・10/1(火) ②9/25(水)・10/9(水) 体験料:2,530円 教材費実費7,000円程度

クラフトバンド・エコロジー協会認定講師 滝下 祥子

季節の草花を染めて作る

New 10/8 スタート

布花の飾り花づくりを楽しむ

コットンやリネン素材の布を染めて、季節の草花の飾りやアクセサリーに仕上げます。染色から組み立てまで楽しむことができます。(カリキュラム) 10/8マーガレット 11/12パンジー 12/10野ぶどう

第2(火) 10:00~12:30

受講料 7,260円(3ヵ月3回分) 教材費 3,960円(3ヵ月)

布花作家 大沼 伸子

一生使えるバッグ作りチャレンジ!

New 10/14 スタート

くるみの皮で作るかごバッグ

開講19年目の大人気ロングセラー講座。上質な材料を使って、使い込むほど美しく変化する、憧れのバッグ作りをチャレンジしてみませんか! サイズ:約横32cm×縦22cm×マチ11cm(取手13cm)

第2・4(月) 10:00~12:30(空席6名)

受講料 15,840円(3ヵ月全6回) 教材費 実費20,000円程度 ※日曜コースは満席

真木雅子ランアートスクール講師 南葉 葉子

CHIC FLIC FIL MODE BAGより~jolie~

New 10/20 スタート

3回で作るエレガントなトートバッグづくり

仕事に、お出かけに様々なシーンで活躍できる、素敵で実用性も兼ね備えたバッグを手作りしましょう! 基本となる縫い方なので、手芸が苦手な方でも大丈夫! サイズ:縦20×横30×底15×縦20cm

第3(日) 10:00~13:00(定員8名) 10/20(日)・11/17(日)・12/15(日)

受講料 13,960円(3ヵ月全3回) 教材費 実費7,200円

静岡朝日chicfil Filmode認定校 Millystyle主宰 山崎 真奈美

写真を元に本物そっくりに描いてみよう

体験 できます

鉛筆画~ドローイング~

家族やペット、俳優など好きなモチーフの写真をトレースして描きます。初回は講師が用意する初心者向けの写真を使用し、2回目以降は、好きな素材を選んで作品作りを楽しみましょう。

第1(木) 13:00~15:00

受講料 7,590円(3ヵ月3回分) 教材費 3,300円(3ヵ月分)

体験日:10/3(木)・11/7(木) 体験料 3,960円

アトリエ窓 ATELIER SUO主宰 松浦 由美子

秋の新講座案内 秋から始めたい、とっておきの自分時間

元アナウンサー大長さんと、音読の楽しさを知ろう

New 10/22 スタート

好評につき 新クラススタート!

健康脳トレ音読教室

「発声・音読でたくさん声を出して健康的にスッキリ気分爽快!」をテーマに、講師が毎回テキストを準備しています。楽しい時間をみんなで過ごしましょう。

第4(火) 10:00~11:30

受講料 8,910円(3ヵ月3回分) 教材費 825円(3ヵ月)

初回体験:10/22(火) 体験料:3,575円

元静岡朝日テレビアナウンサー 大長 克哉

リンパを流して身体も心も軽やかに!

New 10/19 スタート

週末のカラダめぐりセヨガ

忙しい生活の中で、知らず知らずのうちにリンパの流れが滞りがちになっていませんか? 目先の動きに加え、リンパドレナージュの要素を取り入れた内容です。リンパの流れを活性化させることで、体内の老廃物を排出し、全身をデトックスしましょう。

第1・3(土) 10:40~11:40

受講料 11,100円(3ヵ月5回分) ※来期は6回 保険料 90円(3ヵ月)

事前体験会:10/5(土) 特別体験料:1,650円 ヨガマット無料貸出あり

日バイエストラクター Tomomi

BossaNova歌手 ミカ・ダ・シルヴァの

Renew 10/3 スタート

ボサノヴァ弾き語りレッスン

①グループ ②プライベート40分

県内外で活躍するボサノヴァ歌手を講師に迎え、ボサノヴァを素敵に歌うコツを伝授しながらポルトガル語に親しみ、地球の裏側、ブラジルの文化を感じましょう。①はグループレッスン(2名~)②は個人レッスン

第1・3(木) ①グループ13:30~14:30 ②プライベート14:30~15:15

受講料 ①15,180円(3ヵ月6回分) ②26,400円(3ヵ月6回分) 教材費 528円(3ヵ月)

体験日:9/19(木)・10/3(木) 特別体験料:①2,200円②3,300円

ボサノヴァ歌手 ミカ・ダ・シルヴァ

はじめてでも楽しく描ける!

New 10/24 スタート

鉛筆1本ではじめる基本のデッサン

木曜日のデッサン教室が、この秋スタート!心を通わせながら、基礎から学ぶデッサンならではの面白さ、鉛筆1本で気軽に参加するアート時間を楽しんでみませんか?初心者大歓迎!

第2・4(木) 18:30~20:30

受講料 11,100円(3ヵ月5回分) ※来期は6回 教材費 1,650円(3ヵ月)

基本道具代 1,000円程度

事前体験会:10/10(木) 「ヒューマンを描こう」特別体験料:1,760円

画家 有坂 はるな

2つの技法が学べる

New 10/27 スタート

週末の「金継ぎ/うるし絵」教室

破損した器を修復する「金継ぎ」。布や皮など素材の風合いを損なわず漆で修復する「うるし絵」。1つの講座で2つの技法を選択して学べます。生漆原料の「金継ぎ漆」、うるし絵は全くながれない「新うるし」を使用します。

体験&説明会:9/22(日)13:30~16:00 受講料:5,940円(教材費)

第4(日) 13:30~16:15 受講料 13,200円(3ヵ月3回分) 教材費 実費(初回教材費:5,940円 教材費:2,970円/回) 道具代:レンタル660円/回 購入19,800円

監修 漆芸伝承の会 栗原蘇秀 会公認中部地区正講師 杉浦 優

口呼吸から鼻呼吸に改善

New 10/9 スタート

そく いく

声も表情も返る息育ボイトレ

「息育」とは、口周りの筋肉を鍛え「舌」を正常な位置に戻し、口呼吸から鼻呼吸に改善すること。低下した口腔機能を高め、声だけでなく自然と素敵な表情になるレッスンです。(カリキュラム) 自分の呼吸と舌の位置をチェック/「あいうべ体操」で免疫力アップなど

第2・4(水) 13:30~15:00

受講料 15,840円(3ヵ月6回分)

事前体験会:9/25(水) 体験料:2,970円

息育指導士、ボイトレトレーニンク講師 もり かよこ

今流行のアイドルダンスをサビだけ覚える!

体験 できます

アイドルダンス 大人

20代~50代まで、幅広い年代に人気のクラス。人気のK-POPグループ、J-POPグループのダンスを真似して楽しく踊りましょう! サビパートの振りを中心に「いとこどり」でダンスを楽しむレッスンです。

第2・4(木) 19:15~20:15

受講料 11,880円(3ヵ月6回分) 保険料 90円(3ヵ月)

体験日:9/26(木)・10/10(木) 体験料:2,310円

ダンスインストラクター HINANO

大人の

体験 できます

Girl's K-POPダンス

今大流行中のK-POPを、可愛らしく、かっこよく踊ろう! 学校帰り、仕事帰りでも通える20時台のクラスです。

第2・4(火) 20:15~21:15

受講料 11,220円(3ヵ月6回分) 保険料 90円(3ヵ月)

体験日:9/24(火)・10/8(火) 体験料:2,200円

ダンスインストラクター 佐野 舞

愛すべきJAPAN CULTURE

日本酒初心者の方も楽しく参加できます!

New 10/5 スタート

地酒ライター鈴木真弓の日本酒講座 じずおか 酒と人

幅広いゲスト講師や聖地訪問で静岡の酒、日本の酒の新たな魅力発見! 10/5 静岡に根付く「発祥文化」 11/2 ニッポンの技・機・自慢の酒造り 12/7 世界の日本酒と静岡酒の今 2/1 静岡時鐘の酒香を究める 3/1 日本酒の聖地巡礼 奈良・奈良県 交通費・食事代実費負担 3/29 先入観をはずそう! プライベート・テイストで広がる日本酒の味わい 詳細はHPをチェック!

第1(土) 13:30~15:00

受講料 16,500円(6ヵ月全6回) ライター・じずおか地酒研究会主宰 鈴木 真弓

教材費 13,200円(6ヵ月)

ピアノ気分歌謡曲アップ

New 10/21 スタート

昭和の名曲大熱唱!

ピアニストとして活躍する講師の生伴奏に合わせて、1970年代以降にヒットした昭和の名曲の数々をカッコよく歌ってみたい。講師独自のメソッド(方法)で、あなたの「最高の歌声」をアドバイスします。

月2回(月) 10:00~12:00

受講料 14,520円(3ヵ月6回分) 教材費 実費 事前体験会:9/30(月) 体験料:2,750円

ピアニスト NeMoMusic office代表 根本 洋子

名作を声に出して味わいましょう

体験 できます

朗読の部屋

お腹から声を出し、読むことの楽しさを感じ、聞き手の心に届く朗読を体験しましょう! 声は磨きかければ、何歳になっても輝きます。半年に一度、ミニおさらい会あり。

第1・3(水) 10:30~12:00

受講料 14,520円(3ヵ月6回分) 教材費 1,650円(資料代3ヵ月分)

体験日:10/2(水) 体験料:3,025円

朗読教室主宰 清水 やすこ

ただ無心になれる時間。3ヵ月で完成!

Renew 10/8 スタート

はじめての水彩写仏

最初は、講師の下絵をなぞり、約3ヵ月で1枚の絵を完成させましょう。心を無にして仏さまを描く「癒しの時間」を体験してみませんか。

第2・4(火) 13:30~15:30

受講料 14,520円(3ヵ月6回分) 教材費 2,640円(初回道具代:実費4,500円程度)

仏画アーティスト 横原 望

専用ナイフ1本で素材を華やかに表現

New 10/18 スタート

フルーツベジタブル&ソープカービング

食材や石鹸にナイフ1本で模様を彫刻するタイの伝統工芸。身近な素材を華やかに演出する技術を一から学んでみませんか。ナイフの扱い方から丁寧に指導します。

第3(金) 10:30~12:30

受講料 8,250円(3ヵ月3回分) 教材費 1,980円(3ヵ月) ナイフ代:実費1,000円程度

体験会:10/4(金) 受講料:3,740円(教材費)

カービング教室whistle主宰 TCA日本タイカービング協会認定講師 大石 ひとみ

筆ペン1本ではじめよう!

New 10/8 スタート

写経でマインドフルネス

月に一度、自分を整える時間としておすすめ。椅子に座っての座禅の後、心を静めて写経を行います。和尚さまの法話で、穏やかな気持ちにリセットしましょう。

第4(月) 10:00~11:30

受講料 6,600円(3ヵ月3回分) 教材費 330円(3ヵ月)

体験日:9/30(月)・10/28(月) 体験料2,750円 ※手ぶらでOK

医師 東 光寺副住僧 横山 友宏

茶道・華道

お試し体験できます

開催時間	講座名	講師	見学日	体験料※
第2・4(日) 15:30~17:00		栗野恵子	9/22, 29, 10/13, 20	3,520円
第2・4(火) 18:30~21:00		栗野恵子	9/10, 24, 10/8, 22	3,520円
第2・4(月) 18:15~20:30	華道 池坊	金田博子	9/9, 30, 10/7, 28	3,410円
第2・4(水) 10:00~12:00		金田博子	9/11, 25, 10/9, 23	3,410円
第1・3(木) 18:00~20:30	草月 花の教室	清水里幸	9/5, 19, 10/3, 17	3,410円
第1・2・3(水) 18:00~20:30	小原流水曜日	石切山美枝子	9/4, 11, 18, 10/2, 9, 16	約3,000円
第2・4(日) 13:00~15:00	茶道 裏千家	栗野恵子	9/22, 29, 10/13, 20	2,420円
第2・4(火) 18:30~20:30	煎茶道 静流	西澤光香	9/10, 24, 10/8, 22	2,310円

美文字レッスン

★級認定あり ☆校級の段級認定あり

開催時間	講座名	講師	見学日
第2・4(月) 10:00~12:00	楽しい暮らしの書	山梨小華	9/23, 10/14, 28
月3回(月) 13:30~18:00	書道(大人・子ども)フリータイム	大内翠雅	9/9, 30, 10/7
第1・3(火) 13:30~15:30	実用書道	西村秋苑	9/17, 10/1, 22
第1・3(火) 18:30~20:30	お勤め婦人書道	西村秋苑	9/17, 10/1, 22
水 第1・3(水) 10:00~12:00	水曜朝の実用書道	西村秋苑	9/18, 10/2, 16
木 第1・3(木) 10:30~12:30	楽しい暮らしの書	山梨小華	9/19, 10/3, 17
金 第2・4(金) 18:30~20:30	お勤め婦人書道	大内翠雅	9/13, 27, 10/11
第1・3(土) 9:00~11:00	土曜の書道(大人・子ども)	沖村春琴	9/7, 21, 10/5
第2・4(土) 10:00~12:00	土曜の書道(大人・子ども)	沖村春琴	9/14, 28, 10/12
第2・4(日) 10:00~12:00	日曜の書道(大人・子ども)	西村秋苑	9/8, 22, 10/13
第2・4(日) 13:00~15:00	日曜午後の書道(大人・子ども)	沖村春琴	9/8, 29, 10/13

※各講座の日程詳細はHPをご確認ください ※見学は無料

新しい趣味に“沼る”秋!

はじめよう! 初心者向けの新クラス!
やさしい **オカリナ入門**
楽器の演奏は、健康維持や脳トレにも
おすすめです! 誰もが知っている童謡や
世界の名曲など、心が癒される音色を、
仲間と奏でてハーモニーを楽しみましょう!
①第2・4(月) 14:30~15:30
②第1・3(木) 12:15~13:15
受講料 12,100円 (3か月5回分) ※来期6回
教材費 165円 (3か月)
事前体験会 ①10/14(月)②10/3(木)
特別体験料 2,200円 (楽器レンタル可※要予約)

大人のための **鍵盤ハーモニカ~ケンハモ~**
脳と指を動かし
心も身体も健康に!
ケンハモの魅力
を体感しましょう
鍵盤ハーモニカは、簡単に持ち運べて、息を吹き込
めば音が出るとも身近な楽器。初めての方や、楽
譜が読めなくても大丈夫! 誤嚥の防止、脳の活性化、
深い呼吸による血の循環などいよいよ注目。
第2・4(月) 10:00~11:00
受講料 12,650円 (3か月5回分) ※来期6回
教材費 165円 (3か月)
※初回テキスト代:実費2,750円
事前体験会:10/11(金)
特別体験料 2,200円
楽器レンタル可(要予約)
※吹き口部分は要購入(500円程度)

大人の趣味として人気急上昇中!
ピアノ【個人レッスン30分】
ご案内可能な枠 講師 体験日
火 第2・4(火)10:30~11:00 田中亜希子 9/24-10/8-10/22
水 第2・4(水)18:00~18:30 漆畑江里 9/25-10/9-10/23
木 第1・3(木)16:00~16:30 中野志子 9/18-10/2-10/16
土 第1・3(土)10:00~10:30 漆畑江里 9/21-10/5-10/19
日 第1・3(日)14:00~14:30 漆畑江里 9/21-10/5-10/19
日 第2・4(日)11:00~11:30 下嶋由紀 9/29-10/13-10/20
体験料 3,190円
※弾きたい曲が決まっている方は楽譜をお持ちください
※子どもは4歳以上 ※3ヵ月6回自動更新

毒だして内側から健康美人になる
アーユルヴェーダ入門
自分の体質を知り、身体の中から毒だして、心身
のケアができるアーユルヴェーダの智慧で体調を整え
ましょう。11/17:自分の体質診断!
12/15:自分の体質にあった食事法
1/19:アーユルヴェーダのオイル体験
第3(日) 10:00~12:00
受講料 8,250円 (3か月3回)
教材費 495円 (3か月)
事前体験会:10/20(日)10:00~12:00
「すくでる簡単毒だし術」体験料:3,520円
アーユルヴェーダ美人塾 代表 石原 みほ

体メンテナンスを習慣づけ!
体にやさしいピラティス
いつまでも元気に笑顔で、毎日を
暮らすために「筋力の維持」が
大切です。運動が苦手な方でも大
丈夫! 自分一人では続かない運
動習慣を、仲間とともに始めてみ
ませんか。
第2・4(水) 11:30~12:30
受講料 13,200円 (3か月6回分)
保険料 90円 (3か月)
体験日 9/11(水)・25(水)・10/9(水) 体験料2,750円

トップアスリートも認める革新的なセルフケア
背骨コンディショニング
通院に頼らないセルフケア! 腰痛・坐骨神経痛・股関節
痛・四十肩・五十肩・頭痛、めま
いなど、あらゆる不調を「背骨の
歪みを整えること」で改善
していませんか?
第2・4(土) 13:30~14:30
受講料 9,900円 (3か月6回分)
保険料 90円 (3か月)
10/12(土)のみ体験可! 体験料2,310円
背骨コンディショニング協会インストラクター
藤原 真由花

体験レッスン特別価格がオトク!
はじめてのフラ ベーシック
初心者向けに、ゆったりスローテンポで進むクラ
スです。体験会は、シャツ、スカート、はだしで。
①3月30(火) 18:45~19:45
②3月31(金) 14:40~15:40
受講料 ①19,800円②16,830円
共に3ヵ月9回分
保険料 90円 (3か月)
体験日 ①9/24(火)②10/1(火)
②9/20(金)③10/4(金)
特別体験料 1,100円 服装:Tシャツ、スカート、はだし

年齢関係なく楽しめます!
HIRO先生と楽しむタップダンス
キッズからシニアまで充実の5クラス開講中! 経験が
なくても大丈夫! 純粋にタップダンスを楽しみたい
方、大歓迎! シニアクラスでは椅子
に座って無理なく楽しめます。
①【シニア】毎週(木) 14:30~15:45
②【入門】毎週(木) 18:55~19:55
受講料 各23,760円 (3か月12回分)
保険料 90円 (3か月)
体験日 9/19(木)・26(木)③10/3(木)・10(木)
体験料2,310円シューズレンタル有

50代・60代がもときらめくための!
セルフコーディネートレッスン
ファッションの迷いや悩みに寄
り添い、毎日の服装選びが楽くな
る工夫を、テーマごとにお届け!
10/23:秋のニット・カーデの選
び方とコーディネート
11/27:人が集まるシ
ーンでの自分らしいお洒落
12/25:着
ぶれにくい冬のすっきりコーデ
第4(水) 13:00~15:00
受講料 8,250円 (3か月3回分) 教材費 1,320円 (3か月)
10/23(水)のみ体験可! 体験料:3,190円(教材費込)

アロマ・ハーブに並ぶ植物療法
フラワーレメディ
あなたの体や心に作用する花(レメディ)を見つけ、植
物のチカラを体感しましょう。
10/26 自分の助けになるお花を見つけよう
11/23 声紋分析であなたの特性を知ろう
12/21 心と体を癒すフラワーレメディ
とオーガニックアロマを使ったクラ
フトづくり ※12月は第3(土)
第4(土) 13:30~15:00
受講料 8,910円 (3か月全3回) 教材費 11,660円 (3か月)
テラスアロマ・ハーブ・フラワーレメディ開発者、
植物療法セラピスト、声紋分析心理士 坂本 英希

第2の人生! 楽しく生きるヒントを知り幸せを掴む
しあわせ手相 入門
名古屋から講師を招いて開講
中。本やインターネットからは得
られない、生きた事例を交え楽し
み手相の見方を解説します。
(木) 13:30~15:00
10/3・11/7・12/5・1/30
2/6・3/6 ※1月のみ第5
受講料 15,180円 (6か月全6回)
教材費 3,630円 (6か月)
東明学院 専任講師 赤坂 タカ子

テレビで紹介後、問い合わせ殺到中!
フェロモンジャッジ®
〜香りが導くあなたの本当の魅力探し〜
あなたの肌から発せられるフェロモンから今の状態(心身の声)
を汲み上げ分析します。本来の魅力を見出し、魅力を開花させ
る香りタイプに分類し、似合う香りを知りましょう。※女性限定
第4(日) 13:00~14:00
受講料 13,200円 (3か月全3回)
教材費 1,320円 (3か月)
フェロモンジャッジ®マスター 永田 みか
▶フェロモンジャッジ®45分個別診断
①9/26(木)②10/17(木) 13:45~16:30 うち3枠
③10/10(木) 16:45~20:15 うち3枠
④10/27(日) ⑤11/24(日) ⑥12/22(日) 10:00~16:15 うち4枠
受講料:8,800円(教材費込) ※男性の参加も可能

疲れを防ぐ効率的な体の使い方を学ぶ
アレクサンダー・テクニク
で日常動作を見直そう
立つ・座る・歩く。「動きの
癖」を中心に、体の使い
方を見直しましょう。日常
の動作をちょっと意識す
ることによって、自分自身で
体を整え、効率的に動ける
ようになります。
①10/31(木) 10:00~11:30
②11/29(金) 10:00~11:30
受講料 3,300円
ATA認定講師 黒田 好美

たっぷり【90分】個別診断!
骨格診断&手持ち服で
プロが似合うコーデ作成
【こんなお悩みの方に!】いつも同じ服装になる/着
ていない服が家にたくさんある/何を買い足したらいい
か教えてほしい!
【こんな提案をします!】好みとラ
イフスタイルに合わせたコーデ/同
じ服で複数パターンのコーデ/ス
タイルアップして見える着こす
①10/14(月祝)②11/23(土祝)
各日10:00~11:45~14:15
受講料 15,400円 骨格スタイルアドバイザー 石田 律子

足裏から心も体もほかほかスッキリ!
リフレクソロジー
(足裏健康法)で体の不調を知らう!
【45分プライベート】
歴20年の講師が、足を通して訴えてくる症状をお伝
えします。手作りバスボムと和の香りを選んで頂
いた足湯でほっとタイム♪ヨモギオイルでのトリート
メント付き! (女性限定)
①9/29(日) 13:00~15:45【3枠】
②11/17(日) 13:30~16:15【3枠】
受講料 5,940円
和ハーブインストラクター ゆりやろ 菜
ゆりやろ 祐子

6年ぶりに開催!
静岡朝日テレビカルチャー
カルチャー祭
~ダンス・音楽の部~
2025年3月2日(日)
しずきんホールユフォニア
会場 (葵区追手町)
ダンス・うた・楽器講座の受講
生、幼児から大人まで、総勢約
300名の受講生の皆様が一堂
に集い、練習の成果を披露し
ます。お楽しみに!

全6カ国語<英・韓・中・西・仏・伊>を学べる充実の全50コース

初心者向けの新クラスがスタート!
ゼロからは始めるフランス語
まずは気軽に3ヵ月
翻訳家としても活躍する日本語堪能な講師
のもと、フランス語の基本的あいさつから日
常会話まで学ぶことができます。フランス語
は世界で2番目に多くの国で使用されてい
る言語です。この機会に始めてみましょう。
第1・3(土) 13:45~14:45
受講料 13,750円 (3か月全5回) ※来期6回
教材費 実費1,485円 ※5名以下の場合人数により受講料の変更あり
事前体験会:10/5(土) 特別体験料:1,100円
通訳・翻訳家 フランス文化担当
フランス語・インストラクター

10月スタートの新しいクラスです!
はじめてのスペイン語
発音や読みが比較的やさしいスペイン語は、読み書き
も覚えやすく大人になつてからで
もチャレンジ可能! 明るく日本語
堪能な講師、気の合う仲間と新
しい目標に向かってみませんか。
第2・4(日) 15:15~16:30
受講料 12,650円 (3か月全5回) ※来期6回
教材費 165円 (3か月)
事前体験会:10/13(日) 特別体験料:1,100円
スペイン語講師 熊屋 アンヘラ

何歳からでも英語は楽しめる!
やさしく楽しい英会話
英会話を始めてみたいけど、難しいの
では?と心配している方にぴったり!
初心者も安心して参加でき、英語を話
す楽しさを味わえます。リラックスし
た雰囲気でお話しましょう。
月2回(土) 11:00~12:00
受講料 31,680円 (6か月全12回)
教材費 660円 (6か月) ※別途テキスト代実費
体験日 9/21(土)・10/5(土)
体験料:3,025円
英会話講師 クリミアイ アヌカ

ひとりひとりに合わせたマンツーマン指導
英会話30分 PVレッスン
人気講師のプライベートレッスンが残り
わずか! 旅行に行くために/手紙を書き
たい/仕事で必要/英検をとりた
い...など希望に沿ってレッスンを進めま
す。
①月2回(金) 17:15~17:45
②月2回(土) 18:40~19:10
受講料 各26,400円 (3か月6回分) (3か月)
体験日 ①9/20(金)②10/4(金)
②9/21(土)③10/5(土) 体験料:4,730円
教材費 330円 (3か月)

毎回一つのテーマで、丁寧に取り組みます
60代からのやさしい英会話
ゆっくり丁寧に学びたい方におススメなクラス。日本
人講師による英会話クラスです。オリ
ジナルの資料を使って、復習しな
がら進めていきます。同年代の仲間
と楽しく学びましょう!
月3回(木) 13:45~14:45
受講料 19,800円 (3か月9回分)
教材費 330円 (3か月) 【空き3名】
体験日 9/12(木)・19(木)・26(木)
10/10(木) 特別体験料:1,100円
持ち物:筆記用具
SPICY ENGLISH 英会話
講師 望月 美果

初心者のための韓国語
毎週コースでがっちり学習! 使える韓国語を学んでみ
ませんか。韓国語の文字、書き
方、読み方、標準発音、ネ
イティブの講師が日本人に
合った指導方法で教えます。
(水) 18:30~19:30
受講料 20,900円 (3か月全10回)
教材費 550円 (3か月) ※別途テキスト代実費
事前体験会:10/9(水) 特別体験料:1,100円
静岡大学大学院 韓国語講師 水 金敬 (金 敬)

日曜日の韓国語入門
通いやすい日曜の月2回コースが新登場! まずは基
本の読み方から始めて、簡単な挨拶やフレーズが言
えるようになることを目標にス
テップアップしていきます。韓国
好きの仲間とつながりましょう!
第2・4(日) 10:00~11:00
受講料 13,750円 (3か月全5回)
※来期6回
教材費 275円 (3か月) ※別途テキスト代実費
韓国語講師 田 真美 (美 真)

お仕事帰りにぴったり
中国語超入門
忙しい方でも気軽に始められる月2回講座。自己学習
では分からない基本の発音を
マスターして、話せる中国語を
身に付けましょう。まずは気軽
に体験会にお越しください!
第2・4(月) 19:45~20:45
受講料 10,450円 (3か月全5回)
教材費 330円 (3か月) ※別途テキスト代実費
事前体験会:10/14(月祝) 特別体験料:1,100円
静岡県立大学非常勤講師 王 元武 (元 武)

※語学講座は3ヵ月コース終了後、6ヵ月更新になる場合があります。 ※最少開催人数に達しない場合、受講料単価が変動することがあります。

ゴルフスクール<3会場13クラス展開>

これから新たに始める初心者からスコアアップを目指す経験者まで打席をまわりながら、個別に指導します。
中田ゴルフガーデン 高部ゴルフセンター
曜日・時間 講師名 スタート日 コース
水 20:15~ 小林 準 10/2 ①
木 20:15~ 小林 準 10/3 ①
金 19:00~ 鈴木 直人 10/11 ②
20:00~ 鈴木 直人 10/11 ②
流通ジャンボゴルフ
曜日・時間 講師名 スタート日 コース
火 13:30~ 鈴木 直人 10/8 ③
木 20:00~ 小林 良幸 10/3 ③
土 18:00~ 小林 良幸 10/5 ③
①45分 受講料:22,572円 ②60分 受講料:26,400円
③90分 受講料:25,080円 全て3ヵ月全10回
※練習球100球付
※講師よりクラブ無料レンタル有(要予約)
※会費会員カード年会費:1,000円程度
※別途、保険の加入が必要となります。
●ゴルフ講座は3ヵ月ごと銀行口座振替になります。
●学期内(10~12月)いつでも途中入会可(回数割)

楽しい麻雀入門

全5クラスで振替OK!
初心者から経験者まで歓迎
★は初心者におすすめクラス
曜日・時間 体験日
月 第1・3(月)13:30~15:30 ★ 10/7・21/11/4・18
水 第1・3(水)10:00~12:00 9/18/10/2・16/11/6
第1・3(水)13:30~15:30 9/18/10/2・16/11/6
第2・4(水)13:30~15:30 ★ 9/25/10/9・23/11/13
金 第1・3(金)19:00~21:00 9/20/10/4・18/11/1
体験料 2,695円
受講料 13,200円 (3か月6回分)
教材費 990円 (3か月)
日本プロ麻雀連盟静岡支部副支部長
平岡 理恵

ビジネスに役立つ!一生役立つ!スキルアップ講座

今こそ、一生ものの資格を!
第3級FP(ファイナンシャルプランナー)
技能検定対策講座
2024年から試験方式が変わり、自分の都合ですべて受
換可能になりました。税金や保険の活用など、お金に関
する幅広い知識を学ぶことが出来る資格として大人気の
資格。3ヵ月で資格取得を目指しませんか。
第2・4(日) 13:00~15:00
10/13スタート 申込締切:10/7
受講料 23,100円 (3か月全6回) ※入会不要
教材費 テキスト実費1,760円
税理士・CFP®1級ファイナンシャル・プランニング技能士 村松 克彦
まずは正しい知識を学ぶことから。
はじめての投資の学校-入門-
入門は5回でNISAやiDeCoなど基本知識を解説。終了
後はさらに深い知識が得られる中級もあります。
①第1・3(月) 19:00~20:00 10/21スタート
②第2・4(日) 13:00~14:00 10/22スタート
③第2・4(日) 11:10~12:10 10/26スタート
受講料 各11,550円 (3か月全5回)
※入会不要
事前体験会:10/7(月)・10/8(火)・10/12(土) 特別体験料:1,100円
投資ストラテジスト 渡邊 希史

いつからでも声は変えられる!
声の悩み解決講座
~基礎編~
滑舌が悪い、声がかすい、よく聞き返される、といった悩
みを解決! 発声法に加え、ストレッチや
呼吸法などを動かすトレーニングも行
います。最新AI情報も対座!
第1・3(月) 19:00~19:50
受講料 16,500円 (3か月全6回) 教材費 660円
初回体験会:10/3(木) 体験料:3,080円 服装:動きやすい恰好
日本ボイストレーナー連盟認定講師
あつむボイストレーニング主宰 橋本紀子

加速する高齢化社会で需要がさらにUP
口腔ケアトレーナー
認定講座
オーラルフレイル(口の虚弱状態)予防法や、
看護・介護現場で幅広く役立つカリキュ
ラムで資格認定が受けられます。(カリキュ
ラム)乳児期から始まるケアの重要性/口
トラブルに役立つ予防法/介護に伴う口
ケア/嚥下機能のトレーニング法 など
10/20(日) 13:30~16:30
受講料 11,000円 申込締切:10/13
教材費 11,000円 (テキスト、認定証、アフターフォロー含む)
JFA認定講師 菊池 幸子

1日 資格取得
認知症心理士認定講座
認知症の特性を理解することで、ご家族をはじめ介
護、医療に携わる方が、心理的
負担軽減できる方と考えら
れたカリキュラム。予防法や財
産管理までを幅広く学びます。
詳細はHPをチェック
10/20(日) 10:00~13:00
受講料 11,000円 申込締切:10/13 JFA認定講師 菊池 幸子
教材費 11,000円(テキスト・指導料・認定証発行料)
※認定証発行元:一般社団法人 日本FUTURE ACADEMY育成協会

AIが使えるとビジネスが加速する!
生成AI・ChatGPT
ビジネス活用基本講座 申込締切:10/20
ChatGPT、Microsoft Copilot、Google Geminiなど、さ
まざまな生成AIの種類や特徴を初心者にも分かりや
すく解説。生成AIについて学ぶのは初めての方におす
め。最新のAI情報にも対応!
10/24(木) 15:15~17:15
【実用・実践編】は11/7(木)スタート
※詳細はHPをチェック
受講料 5,500円 教材費 440円
静岡県キャリアアップスクール代表 中山 高伸

子どもの習い事人気講座pick up! まずは体験から

平日夕方の時間いつでも!
うえた先生の算数教室
教員歴17年の講師が「学力を高める3つのポイント」と、
コーチングと脳科学の観点で子供のやる気を高め、算
数の楽しさを「わかる」に繋げる学習方法を伝えます。
毎週(金) 15:30~18:30(フリータイム)
月謝 1,277,040円 3,478,800円 5,671,100円
持ち物 学校の教科書・課題等
講座開始後 3回お試し特別プラン
9/13(金)・20(金)・27(金) 1回1,100円~
元静岡聖光学院教諭 進路指導部長
学年主任 数学教諭 植田克彦

人気のK-POPグループの振付をマスターしよう!
Cover K-POP★Dance<小学4年~中学生>
毎週(水) 18:10~19:10
体験日:10/2(水)・16(水) 体験料:1,980円
憧れのアイドルになりきって踊ろう!
アイドルダンス for Kids<小学生>
毎週(木) 16:30~17:30
体験日:10/3(木)・17(木) 体験料:1,980円
共に 受講料 19,800円 (3か月12回) 保険料 90円 (3か月)
ダンスインストラクター・国内ダンス強豪高校生元長年国際優等の経験あり HINANO

みんなで仲良く元気に踊ろう!
キッズ・チアダンス
④年少~小学2年生
⑥小学2年生~小学6年生
幼児~小学生を対象に、明るく元気な姿を演出する
踊りを通して、県内最大級のダンスチームにより指導し
ます。
④第2・4(土) 9:30~10:20 ※初回入会時
⑥第2・4(土) 10:30~11:30 ボンボン1,650円
受講料 9,900円 (3か月6回分) 保険料 90円 (3か月)
体験日:9/14(土)・10/12(土)・26(土) 体験料:1,650円
日本チアダンス協会ライセンス取得者 U-STARインストラクター

人気クラスに若干名の空席あり
子どもの色彩アトリエ
4歳~小6
絵画や工作など、毎月さまざまなことに
挑戦します。
第3(日)
①10:00~11:40②13:00~14:40
受講料 各6,600円 (3か月3回分)
教材費 各1,650円 (3か月分)
体験日 9/15(日) 体験料:3,190円
現代美術家 持塚 三樹

セリソ内の広いスタジオで行います
キッズ体育塾
①小学生 ②4歳~小1
鉄棒やマット運動などをゲーム感覚で
楽しみながら工夫してレッスンします。
①第2・4(日) 9:15~10:15
②第2・4(日) 10:15~11:15
③第2・4(日) 11:15~12:15
受講料 各9,900円 (3か月6回)
保険料 450円 (3か月)
体験日 9/14(日)・21(日) ※初回道具代
4,000円程度
体験日 9/15(日) 体験料:1,980円 (幼児クラスのみ)
ヤマスポーツクラブインストラクター 坂部 真史

憧れのパレードやショーのダンサーに
Kidsテーマパークダンス<小学生~高校生>
レッスンは、ストレッチ、アップ&ブリーエ、クロ
スフロア、パリエーション。子どもたちはマ
ネをするところからはじめます。
毎週(木) 17:00~18:00
受講料 18,150円 (3か月11回分)
保険料 90円 (3か月)
体験日 9/26(木) 10/3(木)
体験料 2,200円
持ち物 室内用シューズ
元JAZZ 日本舞踊団ダンサー・志摩スペイン舞踊団・現代舞
サンリオピューロランドショーダンサー
10/26(金) 18:00
子どもたちの絵画教室「マカロ」主宰 橋本 まどか