入会と受講のご案内

※表示の受講料などはすべて消費税込みの金額です。
会員料金の表示がない場合は、統一料金です。

◆入会金 5500 円

・70 歳以上と小学生以下のお子様は入会金無料。
・読売新聞購読または購読予定の方には特典があります。
・70 歳以上で読売新聞購読または購読予定の方は、入会金が無料になるほか、受講料割引券 1000 円分を進呈いたします。

◆お支払い方法

・入会金、受講料などのお支払いは、窓口またはホームページで承ります。
・窓口では現金かクレジットカード一括払い、ホームページではクレジット一括払いをご利用いただけます。
・継続受講の方は、お支払いに銀行口座振替（自動引き落とし）をご利用いただけます。

◆維持費、教材費など

受講料のほか、維持費がかかります。維持費は施設や道具の修繕、講座運営の環境設備などに当てさせていただきます。教材費、保険料等が必要な講座もあります。

◆ポイントのご案内

★定期講座の受講料（税抜き）200 円につき1ポイント（クレジットカード利用は 400 円で1ポイント）を差し上げます。
★たまったポイントは定期講座の受講料のお支払いにご利用いただけます。500 ポイントたまると 500 円を割引いたします。なお、現金との交換はできません。

サックス30分個人レッスン New

サクソフォーン奏者 中村 惠

■第2・4土曜 10:30〜12:30
■10/14〜 3か月7回 30,030円
維3,003円
■事前体験9/23(土) 4,741円

大日本茶道学会（第①③金クラス） New

大日本茶道学会教授 古宮 智仙

初心者にも丁寧にご指導いたします。
■第1・3金曜 10:15〜13:15
■10/6〜 3か月6回19,140円
維2,640円
教水屋料4,686円
■事前体験9/15（金）4,411円

はじめてのハーモニカ（入門） New

日本ハーモニカ芸術協会準師範 今井 端哉

楽譜を読めない方も一から指導します。
■第1・3・5土曜15:15〜16:15 10/7〜
■3か月5回15,675円 維1,925円
■事前体験9/16（土）
受3,542円

立体パズル講座（6回完結） New

TORIBO®アンバサダー 松井 玲穏

立体パズルの揃え方から、速く解くための応用テクニックまで徹底的に学びます。
■第2日曜 10:30〜12:00 10/8〜
■6か月6回22,110円
維2,376円 教500円

描いてみよう水彩画 開講中

現代パステル協会会員 佐藤 文夫

■第2・4木曜 10:10〜12:10
■10/12〜 3か月6回21,120円
維2,508円

十三式太極拳 開講中

中華民国太極拳総会国際級教練 坂井 美恵

ゆったりとした動きと緩やかな呼吸で、体の内側から健康を目指します。
■毎週木曜 13:50〜14:50
■10/5〜 3か月9回27,720円
維3,663円

公募ガイド元編集長が教える小説講座 開講中

公募ガイド元編集長 黒田 清

さまざまな小説創作者に対応した講座です。楽しく小説を学びましょう。
■第2・4土曜 13:00〜14:30
■10/14〜 3か月6回23,100円
維2,310円

ピアノ伴奏で歌う 韓国ノレバン 開講中

国立音楽大学声楽科卒 進藤 裕子

本格的発声練習、韓国語発音、表現も一緒に学びながら仲間と歌いましょう。
■第2・4金曜 13:00〜14:30
■10/13〜 3か月6回21,450円
維2,574円

講座一覧

受講の予約は
電話やインターネットでもできます。

04-7164-3151

よみうりカルチャー柏 検索

●会員制です。別途入会金がかかります。70 歳以上の方と小学生以下のお子様は無料です。
●維持費、教材費は別途納入してください。
●一部の講座を除き、途中入会もできます。
●★印は 10 月期からの新設講座です。
●「●」は有料で一日体験可能な講座です。日程はお問い合わせください。
●「野外」は野外で行う講座です。
●「満席」は現在満席の講座です。キャンセル待ちを承っております。
●ほとんどの講座は随時無料で見学できます（20 分）。
●講座日程などを記載した詳しい資料を無料でお送りします。
お気軽にお電話ください。

講座名	日	時	
文芸・教養			
短歌実作 （米川教室）	③月	10:15	●
土曜短歌実作（米川教室）	③土	10:15	●
たのしい短歌	③火	10:15	●
能村俳句	②木	10:15	満席
俳句	①③⑤木	13:00	★
俳句実作教室	①③⑤火	12:40	●
はじめての俳句の作り方	①月	10:15	●
やさしい俳句教室	②水	12:30	●
俳句は楽し！ 入門講座	①土	12:30	★
おもしろ川柳教室	①土	10:30	●
詠んでみよう五行歌	④月	13:00	●
漢詩・漢文入門	④木	10:15	●
公募ガイド元編集長が教える小説講座	②④土	13:00	●
楽しく書けるエッセイ入門	①火	13:00	●
江戸時代の古文書を読む	②④火	19:00	●
江戸時代のくずし文字を読む(初中級)	①日	13:00	●
江戸時代のくずし文字を読む（入門）	①日	10:45	●
町歩きで学ぶ地理歴史 〜グルメやお買い物も楽しむ	①木	10:00	野外
名庭園探訪	④土	10:00	野外
「江戸名所図会」ゆかりの地を巡る	①火	10:30	野外
大江戸遊歩術と老舗巡り	②木	10:00	野外
ホッと癒やしの神社めぐり	④木	10:30	野外
心整える写経	①水	19:00	★
写経と法話に親しむ	②土	15:30	●
美術で学ぶ日本文化	②土	13:00	●
オペラの楽しみ	④木	13:00	●
楽しい朗読	②④金	15:30	●
はじめての朗読	③火	13:00	●
あがり症の方のための話し方教室	③日	13:00	●
自信を持てる魅力的な話し方	②④日	10:15	●
語学			
ダミアンと楽しく英会話	①③水	19:00	●
3か月で基礎をマスター「旅行英会話」	④水	19:00	★
Let's chat !in English 英語で楽しくおしゃべり!	②④日	13:00	●
英会話入門1・3金曜	①③金	13:00	★
英会話入門2・4金曜	②④金	13:00	★
やさしい英会話	①③金	15:00	●
楽しいフランス語 ＜上級＞	毎週火	10:15	●
もっと好きになる台湾中国語	②④土	15:00	●
3か月完結韓国語入門	②④土	16:30	★
シチュエーション別使える!韓国語講座	①③水	13:00	●
日曜の韓国語初級	①③日	10:30	満席
おつとめ帰りの韓国語入門	毎週水	19:15	★
分かって楽しい韓国語＜中級Ⅱ＞	毎週水	16:20	●
[オンライン]これから学ぶ韓国語 シーズン1	②④水	10:00	★
身につく韓国語(個人/第1・3水曜18:25〜)	①③水	18:25	●
身につく韓国語(個人/第2・4水曜18:25〜)	②④水	18:25	●
旅行に使える「タイ語」	②④日	10:15	★
絵画			
やわらかペン彩画	①③日	13:00	●
基礎から始める日本画	①③日	10:15	
想いをこめて描く日本画	③木	13:00	●
美しさと華やかさ「テンペラ画」を描く	②④火	13:00	
水墨画	②④金	13:00	●
休日のゆったり水墨画入門	②④土	10:15	●
俳画で描く色紙とはがき絵	①木	10:15	●
描いてみよう水彩画	②④木	10:10	●
「花の水彩画」はじめませんか?初級・上級コース	①③木	10:10	●
水彩世界	①③日	10:15	●
スケッチ淡彩画	①③火	15:30	●
水曜水彩画	④水	10:10	●
のびのび水彩画	①③月	13:00	●
火曜の油絵・パステル・デッサン	②④火	10:15	★
人物を描こう	①③火	13:00	
油絵と水彩画	①②③水	10:15	●
土曜日のアトリエ	①③土	13:00	●
アクリル絵の具で描く童画	②日	13:00	
パステル画	①③⑤金	13:00	●
午後のアトリエ	①③⑤水	13:00	満席
水彩色えんぴつで遊ぼう(日曜クラス)	①③日	15:00	●
色鉛筆画	②④木	15:30	●
水彩色えんぴつで遊ぼう(木曜クラス)	②④木	13:00	●

水彩色えんぴつで遊ぼう

淡彩スケッチ入門	③土	10:30	野外
ボタニカルアート	②水	13:00	●
モダン絵てがみ 午前クラス	②火	10:15	●
楽しい絵手紙（第4水）	④水	15:30	●
楽しい絵手紙(第2水)	②水	15:30	●
心を届ける絵手紙	②土	12:45	●
おしゃれなチョークアート	②④水	10:30	●
おしゃれなチョークアート資格クラス	②④水	10:30	
基礎からの木版画	②④土	10:15	●
都内画廊めぐり	③水	13:00	野外
書道			
漢字・かな書道	②④土	13:00	●
星弘道監修 漢字書道(経験者)	①③火	10:15	●
星弘道監修 漢字書道入門	②④月	10:15	●
百人一首で学ぶかな書道	②土	10:15	満席
かなと暮らしの書	①③火	13:00	●
かな書道入門〜百人一首を書く〜	①③火	13:00	★
実用書道（木曜クラス）	②④木	13:00	●

書道・ペン字実用書道

実用書道（水曜クラス）	②④水	16:00	●
筆で手紙を書く	①③水	12:45	●
岐葉の楽書塾	①月	10:15	●
ペン習字	②④金	10:15	●
ペン習字	②④金	13:00	●
楽しい筆ペン・ボールペン字	②④木	10:15	●
暮らしに役立つ実用筆ペン・ボールペン字	②④月	19:00	●
カリグラフィー(水)	②④水	13:30	●
カリグラフィー(土)	①③土	15:30	●
茶道・生け花・フラワー			
茶の湯 裏千家	①②③水	13:30	●
初心者の茶道・裏千家	①②③金	13:30	●
茶道・裏千家（小松教室）	毎週木	10:15	●
茶道と現代生活・裏千家	②④火	10:15	●
茶道裏千家（土曜クラス）	毎週土	13:45	●
ほんとうにゼロからの茶の湯(1・3コース)	①③火	13:45	●
ほんとうにゼロからの茶の湯(2・4コース)	②④火	13:45	●
初歩の茶道	②日	14:15	●
英語で茶道	④月	18:30	●
裏千家茶道立礼式（前半）	④月	13:30	●
裏千家茶道立礼式（後半）	④月	15:00	●
立礼でおもてなし	②④水	10:30	●
日曜茶道教室	①③⑤日	10:15	●
茶道・表千家	①③月	13:30	●
習いなおしの表千家	①③木	14:00	●
茶道・表千家（井上教室）	②日	10:15	●
男性もどうぞ遠州流	①③⑤水	18:00	●
大日本茶道学会	毎週金	10:15	●
大日本茶道学会（第1・3クラス）	①③金	10:15	★
月に1回のテーブル煎茶道	②月	10:30	●
月に2回のテーブル煎茶道	①③土	10:30	●
茶道・茶事	②④土	10:15	●
香道直心流（普通科）	①③⑤火	10:30	
香道直心流（入門4回コース）	①③⑤火	10:30	
いけばな草月流	毎週水	13:00	●
いけばな小原流	毎週土	13:00	●
いけばな小原流 第2・4土曜クラス	②④土	13:00	●
いけばな池坊	毎週水	10:15	●
いけばな古流（火）	①③火	19:00	●
いけばな古流（木）	②④木	10:30	満席
おしゃれな選花 池坊	②④木	19:00	●
Flower Partyのアレンジメント	④金	12:30	●
はじめてのHAPPYフラワーデザイン	④土	13:00	●
おしゃれな花空間A	③火	10:15	●
おしゃれな花空間B	②火	10:15	●
マミフラワーデザイン(アドバンス・コース)	④日	10:15	●
季節を楽しむドアリース	②金	10:30	★
フラワーアレンジメント＆いけ花	④土	15:30	●
コースいろいろフラワーアレンジ	①金	12:30	●
フラワーアレンジ3回コース	①金	12:30	★
シック・フラワーアレンジメント 初等科A	①③火	10:15	●
シック・フラワーアレンジメント 初等科B	②④火	10:15	●
シック・フラワーアレンジメント 高等科A	①③火	10:15	
シック・フラワーアレンジメント 高等科B	②④火	10:15	
木の実とドライフラワーアート	③土	10:30	★
河原由美のフラワーアレンジレッスン	②月	13:00	●
初めてのプリザーブドフラワー	④水	12:45	●
邦楽			
観世流・謡曲仕舞	②④火	10:15	●
長唄を唄おう！	毎週木	15:15	●
長唄・三味線（入門〜初級）	毎週木	14:30	●
長唄・三味線（中級）	毎週木	12:50	●
長唄・三味線（上級）	毎週木	13:40	●
都々逸・俗曲入門	①③水	15:00	●
端唄・俗曲・三味線（個人）	①③水	12:30	満席
お国自慢の民謡を唄う	①③火	10:15	●
相撲好き集まれ!「相撲甚句」を楽しく歌う	②④火	13:00	★
「詩吟」入門	①③月	10:15	●
プロが教える初めての浪曲	②④日	13:00	★
楽しく学ぼう！ 琴・三味線・薩摩琵琶（個人）	②④火	10:20	満席
お琴でリラックスタイム	②④火	14:30	●
はじめてさんの大正琴	①③金	13:30	●
大正琴	①③金	15:00	●
三味線の手ほどき	②④金	12:30	●
楽しい三味線教室（個人）	②④日	14:30	●
津軽三味線	①③⑤土	15:30	●
イチからはじめる津軽三味線	①③⑤土	16:30	●
沖縄三線	①③金	13:30	●
しの笛入門 （個人）	②④土	14:35	満席
しの笛（グループ）	②④土	12:45	●
尺八個人レッスン	①③⑤土	14:30	●
たのしい小鼓（個人）	②④月	16:00	●
日本唯一の擦弦楽器「胡弓」個人	①③木	15:00	●
日本舞踊藤間流（グループ）	①③⑤水	12:30	●
日本舞踊藤間流（個人）	②④水	12:30	●
イチからはじめる日本舞踊 花柳流	②④木	14:00	満席
日本舞踊花柳流・古典（グループ）	②④木	15:00	●
日本舞踊花柳流・古典（個人）	②木	16:30	●
日本舞踊花柳流・古典第4（個人）	④木	16:30	●
美しく楽しい日本の踊り	②④金	13:00	●
マナー・おしゃれ キャリアアップ・実務			
和の文化を学ぶ着付け教室	①③月	15:00	●
月1回のらくらく着付け	③水	10:30	●
着付けと立ち居振る舞い	①③日	13:45	●
くらしに活かす毛筆（金曜）	②④金	15:15	
はじめての手話教室	②④木	13:00	★
楽しい手話教室〜ステップ・アップコース	②④火	12:30	
手話ダンス	②④土	12:00	●
趣味・料理			
はじめての囲碁教室 入門・初級	毎週月	10:10	●
囲碁教室 初級・中級	毎週月	13:00	●
囲碁教室 中級・上級	毎週月	15:00	
女性のマージャン教室（水曜午後）	①③水	13:30	●
女性のマージャン教室（水曜午前）	①③水	10:15	●
土曜マージャン教室・女性専科	①③土	13:00	満席
脳が喜ぶ！そろばん教室（大人）	①③火	15:00	★
立体パズル講座（6回完結）	②日	10:30	★
マジック教室	①日	10:15	●
歌助の実践落語講座	②④月	18:00	●
講談「義士討入り」を語ろう	④火	19:00	★
鉄道模型をつくる〜6か月を目安に1作品仕上げよう〜	②④土	16:00	
スクラップブッキング	②日	10:15	●
気学・四柱推命入門	②④火	13:00	●
やさしく四柱推命	①③木	10:30	●
星座から導くフレグランスオイルづくり	③土	17:00	★
ハッピー手相講座	①金	10:30	★
易道開運法	③金	10:30	●
算命学を使い自分を知ろう!(6回完結)	③土	10:15	★
カメラ雑誌編集者が教える 印象にのこる写真撮影のコツ	④日	13:00	●
気軽に楽しむ一眼デジカメ	②土	10:30	●
野鳥と自然を望遠撮影	③日	9:30	野外
カメラ散歩	①③火	10:15	●
女性デジカメクラブ	③月	12:30	●
ハーブのある楽しい暮らし	①木	13:00	●
里山のんびりウオーキング	①水	10:30	野外
四季の鎌倉 自然散策	②日	10:30	野外
花と緑の自然さんぽ	④土	10:00	野外
野生動物の世界をのぞいてみよう	③日	10:15	●
あの町この駅東京さんぽ	③水	10:30	野外
下町ウォーキング	④月	10:30	野外
ぐるり山手線30駅の旅	②水	10:30	野外
東京のお菓子を歩く	④木	11:00	満席
大江戸グルメウォーキング（第2週）	②水	10:00	野外
大江戸グルメウォーキング（第1週）	①水	10:00	野外
大江戸グルメウォーキング・アンコール(第3週)	③水	10:00	満席
大江戸グルメウォーキング・アンコール(第4週)	④水	10:00	満席
血めぐりUPの美・薬膳	②木	18:30	★
低糖質パンを焼こう！	④水	10:30	★
季節を楽しむティータイム	④木	15:30	●
ソムリエ秘蔵のワインを楽しむ〜ワインで知る日本〜	④火	15:30	●
ワインライフを楽しむ	④木	19:00	●
音楽			
中島伸子のブラインドタッチで弾く ゼロからのピアノ	①③金	13:30	●

日本唯一の擦弦楽器「胡弓」

誰でも上達ウクレレレッスン

楽しいポピュラーピアノ	①③土	10:20	●
ジャズピアノ（個人）	①③⑤金	10:15	★
大人が楽しむジャズピアノ講座	①③火	18:00	満席
マイペース・ピアノレッスン(個人)	②④木	15:30	●
大人のためのお勤め帰りピアノレッスン(個人)	②④木	18:30	●
らくらくピアノ®(日曜クラス・個人)	①③日	15:00	満席
らくらくピアノ®(月曜クラス・個人)	②④月	10:20	●
南先生のピアノレッスン（個人）	①③⑤月	15:30	●
初心者のためのお気軽ピアノ(火曜クラス)	①③⑤火	15:30	●
初心者のためのお気軽ピアノ(水曜クラス)	①③⑤水	10:15	★
初心者のためのキーボード（個人）	①③⑤火	15:30	★
初めてのキーボード（A）	①③⑤土	10:10	●
初めてのキーボード（B）	①③⑤土	11:25	●
ミニキーボード	②④土	10:30	●
キーボード（C）	①③⑤金	13:00	●
鍵盤キーボード教室	①③⑤土	10:10	●
アコーディオン（個人）	①③⑤木	10:15	●
フルート（中級）	②④木	11:00	●
フルート（初級）	②④木	10:05	●
フルート（個人）	①③⑤火	10:15	満席
リコーダー初級	①③⑤土	15:00	●
リコーダー入門（個人）	①③⑤土	13:00	●
リコーダー中級（個人）	①③⑤土	16:00	●
リコーダー中級	①③⑤土	16:30	●
やさしいオカリナ（入門）	①③⑤金	15:00	●
ハーモニカを吹こう（個人）	②④水	17:00	★
はじめてのハーモニカ（入門）	①③⑤土	15:15	★
ハーモニカ教室	毎週火	15:00	●
楽しいハーモニカ	①③⑤土	13:00	●
サックス（個人）	②④土	10:30	★
トランペット（個人）	①③火	18:10	●
やさしく弾けるギター教室	毎週水	13:00	●
大人のためのやさしいギター(個人)	②④木	10:30	●
マンドリン（日曜・上級）	②④日	10:15	満席
マンドリン（火曜）	①③⑤火	15:00	●
ウクレレ教室・初中級（月曜）	②④月	10:30	●
ウクレレ教室・中級（水曜）	毎週水	17:00	●
初めてのウクレレ	①③⑤金	15:15	●
誰でも上達ウクレレレッスン	①③木	15:30	●
誰でも上達ウクレレ&ギター(個人)	①③⑤木	16:50	●
優しい響きのライアー（金曜日）	②④金	10:30	●
優しい響きのライアー（水曜日）	①③⑤水	10:30	●
バイオリン個人レッスン	②④木	17:00	●
張会斌の二胡（少人数・初級）	②④水	11:30	満席
張会斌の二胡（中上級）	②④水	12:45	満席
張会斌の二胡（入門）	②④水	10:30	●
ドラムを叩こう 個人レッスン	②④月	16:00	●
タングドラムを奏でよう	①③⑤木	10:15	●
誰でも気軽にヴォイストレーニング(個人)	①③⑤日	10:45	満席
スーパー・ヴォイス・クリニック(日曜)	②④日	10:30	●
スーパー・ヴォイス・クリニック(土曜)	②④土	14:30	●
声の衰えをふせぐ 基礎ヴォイストレーニング(個人)	①③⑤日	15:00	●
クラシックのためのヴォイストレーニング(個人)	②④金	10:15	●
大人のための発声教室（個人）	①③⑤月	10:20	●
シニアの声と歌のレッスン	①③⑤金	10:30	●
ポップス・ヴォーカルトレーニング(個人)	②④火	17:30	●
イタリア歌曲とオペラ・アリア入門	②④火	10:15	●
愛唱歌をうたう	②④水	10:15	●
日本の歌・心の歌をうたう	①③金	13:00	●
楽しいうたごえ広場	②木	13:00	●
火曜シャンソン	②④火	13:00	●
日本語で歌うシャンソンと世界の歌	①③⑤木	13:00	●
初歩からのカンツォーネ&ナポレターナ	①③⑤木	10:30	●
初歩からのカンツォーネ&ナポレターナ(個人)	①③⑤木	12:30	●
カンツォーネ＆オペラアリア	②④月	13:00	●
ハワイ語で歌うフラソング	③日	13:00	●
ピアノ伴奏で歌う韓国ノレバン	②④金	13:00	●
SING！SING！宝塚を歌おう	②④木	15:00	●
カラオケの音程・リズムが簡単に分かる方法	①③金	13:30	●
楽譜の読み方お悩み解決個人セミナー	①③金	13:30	●
金曜カラオケ	②④金	15:00	●
KUSANO NAOKIのヴォーカル 歌うまカラオケ個人レッスン	②④火	17:30	●
昭和歌謡ヒットソングを歌おう	①③日	13:00	●
ダンシング			
社交ダンス・初級クラス	②④火	15:00	●
ソシアルダンス （個人）	②④月	15:45	★
カントリーラインダンス	①③⑤金	11:40	●
50歳からのタップダンス1・3	①③⑤木	10:30	●
50歳からのタップダンス2・4	②④木	10:30	●
50歳からのタップダンス（毎週）	毎週木	10:30	●
タップダンス	①③日	12:00	●
名倉加代子のジャズダンス入門	①③⑤木	10:30	★
懐かしのソウル&ディスコダンス 初級	①③水	19:10	●
神菜のフラメンコ初級	①③⑤土	15:45	●
ビューティーフラメンコ経験者	①③⑤土	14:30	●
神菜のフラメンコ超入門	①③⑤土	17:00	●
アルゼンチンタンゴダンス（土曜）	②④土	10:15	●
アルゼンチンタンゴ（月曜）	①③⑤月	15:00	★
らくらくハワイアンフラ	②④日	13:35	●
素敵なフラダンス	①③水	14:30	●
月曜日のハワイアン・フラ	毎週月	12:15	●
カトーエミイの美しいフラダンス(土)	②④土	13:45	●
カトーエミイの古典フラダンス入門	③日	11:55	●
60代からはじめる本格フラ	①③木	15:15	★
50歳からのベリーダンス	①③火	15:00	満席
ベリーダンス上級 アドバンス	②④日	12:00	●
ベリーダンス中級（日）	②④日	13:30	●
ベリーダンス初級 第2・4（月）	②④月	19:00	●
ベリーダンス中級(木)	②④木	19:30	●
イチから始めるベリーダンス（土）	①③土	10:15	満席
50歳からのK-POPダンス（日）	①③日	14:00	満席
50歳からのK-POPダンス(水)	①③⑤水	15:00	●
SAM(TRF)の健康イージーダンス	①③水	11:45	●
SAM(TRF)振付・監修「Dancing The 美Body」	①③水	13:00	●
クラシックバレエとバロックダンス	①③⑤土	12:45	●
クラシックバレエ(入門)	①③⑤火	19:15	★
はじめてのクラシックバレエ(2・4水)	②④水	19:15	●
はじめてのクラシックバレエ(1・3土)	①③土	19:15	●
健康・スポーツ			
月2回の楽しいピンポン	②④水	17:20	●
楽しいピンポン	毎週水	17:20	●
初めての居合道（田宮流）	②④日	15:00	●
イミ・クラヴマガ護身術・初級クラス	①③土	10:15	●
体幹を鍛える朝のピラティス	毎週月	10:20	●
ポールウォーキングで快適貯筋	①③金	11:45	●
練功十八法	②④水	10:30	●
お腹スッキリ骨盤smileエクササイズ	①③火	10:30	●
寝たまま ゆらぎ体操	②④金	15:00	●
ソフトバレエ エクササイズ	②④日	12:10	●
身につけよう「そり腰・ねこ背改善体操」習慣	②④月	10:15	●
中高年の体幹を鍛える「バランスボール」	①③月	10:30	●
美と健康のリズムダンス体操	毎週金	10:15	●
美と健康のリズムダンス体操(ソフト)	毎週水	10:30	●
中高年のソフトバレエ	②④日	10:15	●
大人になってからのバレエ	毎週月	13:00	●
十三式太極拳	毎週木	13:50	●
心と体をリラックス太極拳	毎週金	10:15	●
太極拳	毎週火	12:30	
楽しく学ぶ太極拳	①③⑤日	10:15	満席
気功太極拳＜入門＞	毎週火	10:30	●
相川ヨガ 第1・3・5クラス	①③⑤水	10:20	●
相川ヨガ 第2・4クラス	②④水	11:40	●
らくらく広池ヨーガ健康法	①③⑤月	14:00	★
タイ式ヨガ ルーシーダットン	②④水	19:00	★
リンパマッサージで自分ケア 午前	②④月	10:45	★
リンパマッサージで自分ケア 午後	②④月	14:00	満席
スポーツウエルネス吹矢健康法・入門	①③⑤日	14:00	●
殺陣道でリフレッシュ	②④土	18:00	●
工芸			
かわいいミニチュアフード（基礎）	①③日	10:15	★
ミニチュアでアクセサリー	①土	10:15	満席
ミニチュアでデコレーションケーキ	①日	13:30	満席
香りのせっけん／ルナブランカ	②④水	13:00	
楽しく描く和食器 有田焼の上絵付	②④月	13:00	●

楽しく描く和食器 有田焼の上絵付

暮らしを彩る藍の器〜呉須絵付け	④木	12:40	●
ヨーロピアンフォークアート(中級)	②④月	10:15	
ヨーロピアンフォークアート(初級)	②④月	10:15	●
金継ぎと蒔絵	②金	13:00	満席
金継ぎと蒔絵入門	②金	10:15	
季節のグラスアート	①火	10:10	●
かわいいネコのカーヴィング	②④火	14:15	
仏像彫刻	①③水	10:15	★
フルーツ&ソープカービング(検定コース)	④火	10:15	●
おしゃれかわいいフルーツ＆ソープカービング（ホビーコース）	④火	10:15	●
暮らしを彩る竹細工	②金	14:30	満席
あけび蔓と籐編み	①③金	10:15	満席
上質な暮らしを彩るカルトナージュ	②水	10:10	
紙バンド手芸 結び編み講座	③火	12:30	満席
純銀の手作りアクセサリー	②④木	15:30	●
楽しいアートクレイシルバー	④水	10:15	●
純銀アクセサリー・ホリデーコース	③土	10:15	●
ハワイアンジュエリーを作ろう	④火	12:30	●
手芸			
押絵	②④水	13:00	●
四季を描く剪画(切り絵)	③月	13:00	●
王朝継ぎ紙	③火	15:30	●
月に2回の折り紙サークル	②④月	15:00	●
美しい押し花 中級	③火	10:15	
美しい押し花 初級	③火	10:15	●
レカンフラワー 初級	①火	12:30	●
レカンフラワー 中級	①火	12:30	
新パンの花（初等科・1年コース）	②④水	13:00	
真多呂人形	①③金	12:30	●
てまり	②月	13:00	●
夢のミニチュア＆ドールハウス	④水	13:00	満席
ハーダンガー刺しゅう	②④月	15:30	
日本刺繍	①③⑤月	14:15	
戸塚刺しゅう（午後）	②④火	13:30	
戸塚刺しゅう（午前）	②④火	10:30	
はじめてのこぎん刺し	④土	10:30	●
こぎん刺し	④土	13:00	●
ハワイアンキルト（日）	①③日	15:00	満席
わたしのハワイアンキルト	②④水	19:00	●
パッチワーク小物