

見つけよう、楽しい仲間

カルチャータウン

お申し込み・お問い合わせは **070-1443-3396**

mail culture_kouyou@seiha.com

受付時間 月～土 / 10:00～20:00 ※日・祝日休み

https://www.seiha.com/culturetown/

カルチャータウン 検索

フジグラン
高陽校

2026
Spring

無料駐車場あり

【公式サイト】



安心の少人数制で、
ゆったりと学びを深めましょう。
♪ 体験受講、随時受付中♪



〒739-1742 広島市安佐北区亀崎1-1-6
フジグラン高陽 別棟 グルメアベニュー2階

期間
限定

2026年6月末まで新規ご入会で
入会金 通常 3,300円を **1,100円!**

1,100円!

キッズ習い事講座

エンジェル・バレエ/フェアリー・バレエ

体験費 **660円**
毎週月+水曜日【エンジェル・バレエ】18:00～18:50
【フェアリー・バレエ】18:00～19:30
月謝*【エンジェル・バレエ】
週1回 6,300円、週2回 9,680円
【フェアリー・バレエ】
週1回 7,260円、週2回 11,440円
講師*辻崎 由香、尾方 沙織 (由香バレエアート)
情操教育の一環としてもバレエは最適です。日々の鍛錬で美しい姿勢を身につけ、豊かな感性と心を学びましょう。*靴・レオタードのレンタル有(要予約) *体験は水曜日のみ



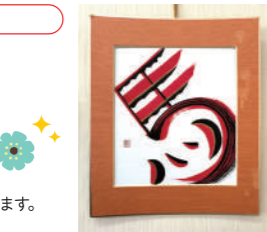
キッズ☆バレエ

体験費 **550円**
毎週土曜日
12:30～13:30
月謝*4,400円
講師*松本 真子
(トップイン広島 専属講師)
ステキな音楽に合わせて、バレエをカジュアルに楽しもう♪
はじめてさんも自然にダンスに親しめるレッスンです。



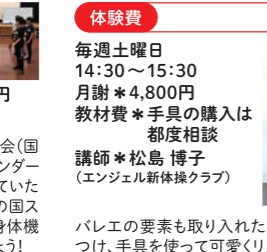
子ども大人も♪ 毛筆・硬筆 書道教室

体験費 **1,000円**
第1・3水曜日 17:00～18:15
月謝*4,000円
教材費+検定料*4,000円(3ヵ月に1回予定)
講師*足利 華峰
(東京文化書道学会高等師範)
幼児～大人まで、親子での参加も大歓迎!!
正しい文字、美しい文字を楽しく学びましょう!!
硬筆のみ、毛筆のみ、両方の3パターンからお選びいただけます。
※検定制度あり



未就学児～小3のキッズダンス

体験費 **550円**
毎週火曜日(隔週でも可) 18:00～19:00
月謝*月1回1,500円 月2回2,000円
月3回2,500円 月4回3,000円 月5回3,500円
講師*西原 和也 (デザインダンススタジオBHM主宰)
皆さん初めてのスタートです。2028年から国民スポーツ大会(国体)にダンススポーツが新種目として登場!ソラテン・ソロスタンダード、いよいよ、いま大注目のダンスがスタートします。楽しく踊っていたら広島県代表になるかも!広島県スポーツ協会認定で唯一の国スポダンス公認コーチが直接指導。姿勢改善、リズム感向上、身体機能向上!初心者大歓迎。楽しく踊りながら仲間を増やしましょう!



新体操

体験費 **1,200円**
毎週土曜日
14:30～15:30
月謝*4,800円
教材費*手具の購入は
都度相談
講師*松島 博子
(エンジェル新体操クラブ)
バレエの要素も取り入れたレッスンで、楽しみながら基礎を身につけ、手具を使って可愛くリズムカルに踊ろう!

カワイ絵画造形教室

体験費 初回体験無料 or 3回チャレンジ **6,600円**
毎週水曜日
【幼児・低学年】第1・3水曜日 16:30～17:30
【高学年】第2・4水曜日 16:30～18:00
月謝*【幼児・低学年】4,970円
【高学年】7,150円 *教材費・カワイ運営費込
講師*カワイ絵画造形教室専属講師
一人ひとりの発達に合わせて、自由な発想で活動ができる環境を提供し、表現したいメッセージを受けとめ、想像し創作する喜びを育てていきます。対象:5才～6才
*その他、カワイ独自の体験キャンペーンについては、別途お問い合わせください。



HIPHOP & JAZZ

体験費 キッズクラス: **550円** 他クラス: **1,100円**
毎週木曜日【キッズクラス】16:00～16:30
【入門クラス】16:30～17:30
【初級クラス】17:30～18:30
【中級クラス】18:30～19:30
月謝*【キッズクラス】2,800円
【入門クラス・初級クラス・中級クラス】各5,600円
講師*島原 結 (STEPS専属講師)
はじめはダンスを楽しむ事を第一に、楽しくレッスン!!ダイナミックなカッコイイダンス、スマートでキレのあるダンス...色々な事に挑戦しながら、「魅せる」ダンスを目指そう!



カワイ音楽教室 個人・30分

体験費 初回体験無料 or 3回チャレンジ **8,250円**
毎週月曜 or 木曜日
【月曜日】14:30～19:30(内30分)
【木曜日】15:00～19:30(内30分)
月謝*レベル毎に変動あり *詳細は受付にお問い合わせください
講師*カワイ音楽教室専属講師
カワイ独自のサウンドツリー・メソッドに基づいた指導で、あらゆる音楽的感情表現を育む事を目標にレッスンします。
*その他、カワイ独自の体験キャンペーンについては、別途お問い合わせください。



はじめてのミュージカル*

体験費 **550円**
毎週月曜日 17:00～18:15
月謝*6,600円
講師*藤岡 まゆこ
(ミュージカル「フラワーボックス」代表)
仲間と一緒にミュージカルの舞台に立つてみませんか?
ダンス・歌・演技を通してのびのびと表現してみよう!!
未経験でも大丈夫!!お待ちしております!



セルフケアで美しい心身を 健康&美容講座

NEW やさしい英語 × やさしいヨガ 英日バイリンガルヨガ

体験費 **1,300円**
第1・3火曜日 10:30～11:30
月謝*3,500円
講師*Sunmi (ヨガ・ピラティス講師)
クラスは簡単な英語と日本語の解説付きの初級ヨガです。
ヨガが初めての方、英語が苦手な方でも安心してご参加いただけます。
○心身のリフレッシュ ○ゆるやかな英語インプット
○脳トレ感覚で楽しく動く
○リラックスしながら、自然に英語に触れてみませんか?



ネコ背・腰痛症・姿勢改善 バランスボール健康講座

体験費 **1,100円**
第2・4木曜日 11:00～12:00
月謝*3,300円
講師*トニー前川
(日本スポーツクラブ協会公認トレーナー)
支える・弾む・転がるの3大特徴があるボールを使い筋肉と神経を刺激、「使える身体」に。
お腹周り(体幹)・背中・太もも等も引き締められ、腰痛・肩凝り・歪み・姿勢等の改善にも効果あり。簡単、楽しい!



明るく楽しく 健康気功

体験費 **550円**
毎週火+金曜日
【火曜・午前の部】10:30～12:00
【火曜・午後の部】13:00～14:30
【金曜・午前の部】10:30～12:00
【金曜・午後の部】13:00～14:30
月謝*月2回 2,200円
月4回 4,400円
月8回 8,800円
講師*下反 霧子 (健康気功講師)
気功の「気」は気持ちの「気」。ご自分のペースで、ゆったりと気持ち良く身体を動かして、自然に気血の流れを整えていきましょう。
*同月のレッスン開催日であれば、違う曜日、時間に振替可です。



姿勢改善ヨガ ベーシック/リラックス

体験費 **1,300円**
第2・4水+土曜日
【ベーシック・水曜】10:30～11:30
【リラックス・土曜】18:30～19:30
月謝*【ベーシック・リラックス】各3,500円
講師*kiyomi (骨盤yoga認定講師)
【ベーシック】身体の要でもある骨盤まわりをほぐし引き締め姿勢を整えていきます。
ポーズをとりながら呼吸の心地良さを感じてくださいね!
【リラックス】アロマの香りの中ゆったりとした動きで心身をほぐし身体を土台を整えていきます。呼吸を浄めながら1日の疲れを癒し安眠へと繋げていく夜のクラスです。



人生100年を生き抜くヨーガ&瞑想

体験費 **1,320円**
毎週月曜日 10:30～12:30
月謝*10,560円
講師*tomiko (ヨガ&瞑想講師)
ヨガのアーサナやマインドフルネスを含め様々な瞑想法の講義と実践を行います。瞑想は現代の生活に必要な技術です。瞑想で更に豊かな人生を。



基本の呼吸レッスン

体験費 **1,100円**
第1・3水曜日 13:00～14:20
月謝*4,400円
講師*tomiko (呼吸トレーナー)
横隔膜がきちんと動く基本の呼吸ができること、体が変わって楽に動ける体になります。あらゆるスポーツ、ダンス、楽器、歌、日常生活に必要な動作は呼吸です。



カラダ喜ぶ、免疫アップ 次世代ストレッチ+講座

体験費 **1,100円**
第2・4木曜日 13:00～14:00
月謝*2,200円
講師*トニー前川 (日本スポーツクラブ協会公認トレーナー)
ただ伸ばすだけの「守りのストレッチ」から疲れていくケガの予防にボール・タオル等を使う「攻めのストレッチ」へ。習慣化して免疫力を上げていきましょう!



自強術 ～万病克服の体育療法～

体験費 **550円**
毎週水曜日 14:00～15:30
月謝*4,400円
講師*神田 瑞枝 (公益社団法人自強術普及会所属)
療法を裏付けとする31の動作を順番に行う事で心身の調和を図り、自己治癒力を高めます。百年伝わる調身法を体験してみませんか。



人生100年を生き抜く 骨盤・背骨・肩甲骨メンテナンス

体験費 **1,100円**
第2・4水曜日 13:00～14:20
月謝*4,400円
講師*tomiko (肩甲骨スペシャリスト)
身体の土台である骨盤の「ゆがみ」を矯正すれば、腰や肩の痛みがスッキリ。ぽっこりお腹も改善し、横に広がったお尻はキュッとアップします。身体に負担の少ない動きで、スッキリボディを目指しましょう。



シニアのリズム運動

体験費 **600円**
第2・4火曜日(毎週でも可) 15:30～16:30
月謝*月1回 1,430円 月2回 2,860円
月3回 4,290円 月4回 5,720円
月5回 7,150円
講師*西原 和也 (デザインダンススタジオBHM主宰)
スポーツ整体セラピストによるリズム運動。音感がなくても大丈夫!音楽にあわせて身体を動かそう。日常の動作だけでは身体は硬くなります。正しい身体の使い方でも可動域を広げて健康に身体を動かそう。音楽にあわせる事で認知症予防にもなります。



のびのび! からだほくし講座

体験費 **1,100円**
第1・3水曜日
19:00～20:00
月謝*3,300円
講師*北村 恵
(FTPマットピラティスインストラクター)
コリ・ハリを解して、心身ともにスッキリ!
お仕事帰りのリフレッシュにも◎和気諸々と楽しみながら、心も身体もどんどんラクになるレッスンです!



創作と学びのひと時 芸術・教養講座

エンジョイ! 英会話

体験費 **1,750円**
第1・3火曜日
10:30～11:45
月謝*3,500円
講師*村田 順子
(英会話講師 広島県公認通訳観光ガイド)
Hello!で始まる英会話。
中学校で習った英語で、大人の日常生活を楽しみましょう。



いきいき水彩画

体験費 **1,300円**
第2・4土曜日
10:30～12:00
月謝*4,800円
教材費*都度相談
講師*足利 華峰
(芸術学会会員)
彩色と鉛筆の幅広い描き方、描く楽しみ。
和気あいあいと、それぞれに充実の創作時間を過ごしましょう。
体験時道具レンタルあり(要予約)



美文字講座

体験費 **1,750円**
第1・3火曜日
①13:00～14:30 ②15:00～16:30
月謝*①月2回3,500円
②月1回(第1火曜日)1,750円
教材費*1,000円(手本代都度)
講師*聖華~seika~ (はなみずき教室 主宰)
日常使う字を自分らしく、かつ美しく書くコツを学びましょう。
クセ字でも、書道をした事が無くても大丈夫!
自分の書く字の個性を活かし、「美しく魅せる文字」になります!



きもの着付け教室

体験費 **1,100円**
第1・3水曜日
13:00～15:00
月謝*1,650円
講師*古野 京子
(三宅まきの着付け教室担当講師)
普段着から礼装まで、基本から丁寧に教えます。
ご自分で着付ける喜びを感じて頂けるレッスンです。体験時、着物・小物のレンタルもご用意(要予約)。



真多呂人形(木目込み人形)

体験費 **1,900円**
第2・4水曜日
13:00～16:00
月謝*3,800円
教材費*1,000円～
(作品により変動あり)
講師*原田 真梨秋
(真多呂人形協会主任幹事)
桐粉で出来た型に筋を彫り、様々な色糊のちりめん布をはめ込んで創る、可愛い人形です。
まずは1回の受講で完成できる小物(毬やフクロウ)から始めてみましょう。



たのしい折り紙教室

体験費 **1,650円**
第1金曜日
13:00～15:00
月謝*1,650円
教材費*折り紙代
実費
講師*宮岡 ひとみ
(日本折紙協会所属)
基本の用語や折り方をマスターし、もっと複雑な作品づくりにも挑戦したい方。
完成まで丁寧にお伝えします!



『源氏物語』を原文で読む

体験費 **1,650円**
第1月曜日 10:30～12:00
月謝*1,650円
講師*久保田 由香
(明治大学大学院文学研究科博士
前期課程修了、文学修士)
世界最古の長編小説『源氏物語』を原文のまま読み、ストーリーと共に平安時代の美しい言葉遣いの魅力に触れてみましょう。
古文文法が分からなくても、丁寧な解説を聞きながら気楽に物語の世界に触れて頂けます。
*2025年6月～(第1章から開講中)
*受講料に当日のレジメ代を含む。



