

見つけよう、楽しい仲間

カルチャータウン

カルチャータウン大和郡山 検索

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

※月謝・教材費・体験費・入会費等は全て税込表記となります。詳しくはお問い合わせください。

イオンモール大和郡山校 3Fフードコート横

お申込み・お問合せは TEL(080)3578-9930

受付時間 月～土10:00～20:00／日10:00～17:00

〒639-1101 奈良県大和郡山町下三橋町741イオンモール大和郡山3F

【入会と受講のご案内】

●新規受講生は、入会金5,500円(税込)が必要です。但しキャンペーン期間中はその内容に則ります。●カルチャータウンの会員資格に有効期限はございません。●月謝・受講料とは別に、教材費等が必要な講座がございます。●月謝・受講料とは別に、運営維持費として1講座につき毎月550円(税込)を申し受けます。●月謝のお支払いは、口座振替にては毎月1日の引落としになります。●定員に達しない場合やその他の事情により開講できない場合がございます。●講座によっては満員で受講していただけない場合がございます。●表記している価格には消費税が含まれています。●当チラシは2025年10月1日から有効です。内容は予告なく変更することがありますのでご了承ください。

運動・健康

1 巡りを整える筋膜リリース

第2・4火曜日(月2回) 14:00～15:00  
受講料/4,400円 講師/ChiRu

東洋医学の知恵と現代の筋膜リリースを組み合わせたセルフケア講座。体をほくして季節に合わせた日常生活に活かせる食事やストレッチを身につけて健康寿命を伸ばしましょう!誰でも簡単にできるセルフケアで心地よい身体づくりませんか?

2 自分で出来るセルフマッサージ 女性限定

第2・4火曜日(月2回) 11:00～12:30  
月謝/4,400円 講師/藤田蓉子

ハンド・たくさんのツボがある手をほくし、腕全体をしっかりケア。ヘッド固くなった頭皮をほくし、頭痛や目の疲れにアプローチ、とっても気持ちいいですよ。デコルテ・首から肩、鎖骨のあたりまでをほくし、リンパの流れを良くしてスッキリさせましょう。

3 タイ式ヨガ・ルーシーダットン

第2・4木曜日(月2回) 10:30～11:30  
月謝/3,630円 講師/Fumi

独自の呼吸法(鼻から吸ってポーズを取り、口から吐いて力を緩める)で、代謝をアップさせていただきます。一般的なヨガより簡単な身体に無理のないものが多いので、体力に自信のない方やシニアの方にもお勧めです。

4 朝ヨガ

第1・2・3・4火曜日(月4回) 10:30～11:30  
月謝/5,940円 講師/RIKACO

ウォーミングアップから始まり、正しい姿勢とリラクセスすることによりフォーカス基礎的なアーサナー(ポーズ)や正しい呼吸法(ブレイザーマ)を1つ1つ丁寧に紹介していきます。

5 合気道(学生・一般・シルバー)

第1・2・3・4火曜日(月4回)  
①19:00～19:50 ②18:00～19:50  
月謝/①6,600円 ②9,900円  
初回教材費/道着代  
講師/窪田有見(奈良合気会指導員 五段)

時代が求める現代武道…基礎体力・バランス力はもちろん、姿勢や心の鍛練、呼吸力を身につけます。幼児から高齢者まで、経験豊富な講師が、年齢・体力に応じて、楽しく適切な指導を行いますので、安心してご参加ください。

6 大人からの太極拳 ①② 20歳以上

第1・3木曜日(月2回) 14:00～15:30  
第2・4木曜日(月2回) 10:30～12:00  
月謝/3,960円  
講師/長島和美(日本武術太極拳連盟公認太極拳A級指導員)

ストレッチ運動から始まり24式太極拳でゆっくり身体を動かしていきます。新陳代謝を良くし、体内バランスを保ちます。初めての方も楽しく参加頂けます。

7 ゆるく楽しむ HIPHOP

第1月曜日(月1回) 11:00～12:00  
月謝/1,870円  
講師/Mayumi

今、話題のシニア HIPHOP!リズムに乗ったり 外れたりしながら、ダンスを楽しみ、筋トレ・脳トレにつなげて、生き生きと過ごしましょう。

8 腰掛タップダンス® 5名から開講

第2・4土曜日(月2回) 15:00～16:00  
月謝/7,000円 初回教材費/1,500円  
講師/安達幸恵(公式インストラクター/元OSK日本歌劇団)

椅子に腰掛けたまのタップダンス。無理な下半身全体の筋肉を鍛えることが出来ます。認知症予防フレイル予防に効果的。

9 フリースタイルダンス(経験者)

第1・2・3・4木曜日(月4回)  
19:05～20:05  
月謝/6,600円  
講師/吉田ケイ

ヒップホップを中心にジャズ、ガールズヒップホップ等、音楽に合わせて様々な振り付けを楽しむクラスです。

10 楽しい Belly Dance(振付)

第1・3土曜日(月2回)  
14:00～15:00  
月謝/4,400円  
講師/Sonia

エジプトの音楽で楽しく踊りながら、腰・膝・股関節を守って鍛えましょう。

11 シニアからのBelly Dance(基礎)

第1・3土曜日(月2回)  
15:10～16:10  
月謝/4,400円  
講師/Sonia

基礎の動きを使って、腰・膝・股関節を予防し鍛えましょう。

12 はじめてのフラメンコ(昼)(夜)

(昼)第1・3金曜日(月2回) 10:30～11:30  
(夜)第2・4月曜日(月2回) 19:00～20:00  
月謝/4,840円  
講師/川口麻都香(フラメンコ舞踊教室 エストゥディオ・ロサ講師)

情熱の国スペインの踊り、フラメンコ。お祭りやパーティーなどで老若男女が楽しく踊る曲、セビジャナスを踊ってみませんか?カスターネットやアパニコ(扇)を使って踊れるように練習しましょう。

13 はじめてのフラ

第1・2・4火曜日(月3回) 18:30～20:00  
月謝/7,095円  
教材費/新曲每「歌詞カード」200円  
講師/久野博美(Ne Lei Hulu NaniHula Studio 主宰)

「フラを踊ってみたい」と言う気持ちがあれば是非体験を。ハワイアンミュージックに癒やされながら、素敵な仲間と一緒に楽しみましょう。体験や足腰が鍛えられます。練習用パウ(貸出し)有

14 フラダンス ステップアップ クラス

第1・2・3金曜日(月3回) 18:30～20:00  
月謝/7,095円  
2講座受講の場合は13,200円  
教材費/新曲每「歌詞カード」200円  
講師/久野博美(Ne Lei Hulu NaniHula Studio 主宰)

フラ初級・中級者向けクラスです。ページニックが一通り踏める方対象です。もう一度楽しくフラを踊りたい、前に習っていた方、と一緒に踊りましょう。

15 古典フラ(フラカヒコ)とハワイ文化を学ぶ

第1・2・3火曜日(月3回) 12:30～14:00  
月謝/4,950円  
講師/TOMOKO

フラのカヒコ(古典)に触れてみませんか?イブ・ヘケのビートに合わせて体を動かし、大地、自然と繋がりを実感して心身ともにリラックスしましょう。

16 フラでこころもからだも美しく 2名から開講

第1・3火曜日(月2回) 13:00～14:00  
月謝/4,400円  
講師/MARIKO

フラは踊るだけでなく、体幹や筋肉にも良い刺激になり、激しい運動が苦手な方や無理なく体を動かしたい方にお勧めです。

17 からだスッカリピラティス

第2・4火曜日(月2回) 10:30～11:30  
月謝/4,070円  
講師/岡谷順子(FTPピラティスインストラクター)

身体のストレッチ、筋力強化、バランスの強化を目的としているエクササイズです。ピラティスが初めての方も、お気軽にご参加ください。

18 ピラティスとバレエ

第1・2・3・4水曜日(月4回) 18:30～19:30  
月謝/7,260円  
講師/Noriko(マリバリエアカデミー講師)

美しくしなやかな身体づくりを目指すクラスダイエットや姿勢改善、肩こり解消・ストレス解消にも効果的です。ストレッチから体幹トレーニングなど身体を動かし、楽しくレッスンします。注)2026年1月より受講料・時間変更の予定がございます。

19 クラシックバレエ ①大人バレエ初級(水) ②大人バレエ初級(金)

①第1・2・3・4水曜日 19:30～20:30  
②第1・2・3・4金曜日 19:00～20:00  
月謝/①②7,260円W受講の場合14,080円  
講師/Noriko(マリバリエアカデミー講師)

正しい姿勢や踊り方など基本となる正しい技術をお伝えします。身体の動きを理解して安全に踊れるようにわかりやすく指導します。注)2026年1月より受講料・時間変更の予定がございます。

20 クラシックバレエバリエーション

第1・2・3・4金曜日(月4回) 20:00～20:25  
月謝/3,300円  
講師/Noriko(マリバリエアカデミー講師)

初心者から上級者までバレエの熟練度は関係なくソロの踊りにチャレンジしたい方のクラスです。バリエーションのテクニックや表現力の向上を目指します。発表会で、ソロの踊りを踊りたい方は、このクラスを受講が必要となります。注)2026年1月より受講料・時間変更の予定がございます。

おすすめ新規講座

一日講座の入会金は不要

一日講座の体験講座はございません

1 楽しく踊ろう! 大人のダンス教室

第1・3日曜日(月2回) 15:00～16:00  
月謝/4,950円  
講師/Lisa

「大人が楽しむなら、ダンスでしょ?」未経験でもシニアでも大丈夫。明るく元気に表現力もUP!!日曜の午後は楽しくダンス☆

2 顔にふれない小顔 セルフリンパマッサージ

第3木曜日(月1回) 14:00～15:00  
月謝/2,200円  
教材費/700円  
講師/川口麻都香

小顔のためには、頭皮や首、デコルテの血行促進、代謝アップ、むくみとりが大切です。楽しく癒やされ綺麗を目指す、月一回の自分時間。

3 楽しく学ぶ陰陽五行 (4回完結)

第4火曜日(月1回) 13:00～14:00  
月謝/3,300円(一回)  
講師/代表講師 山倭麻魏 講師 陽月

【陰陽五行を使って、日常のお悩みを解消】陰陽五行とは、東洋古来の基です。日常生活での困ったことを解決するヒントにしてみませんか?仕事での人間関係・家庭問題・異性関係・今晚の献立など。陰陽五行を基礎から学んで、誰でも幸せ気質にしましょう。

4 ★姿勢改善 健康美容体幹トレーニング★

第3月曜日(月1回) 10:30～11:30  
月謝/2,530円  
講師/sachi

健康になりたい! 綺麗になりたい! 解剖学や姿勢学も取り入れて日頃行えるケアやトレーニング、ストレッチをしていきます。

キッズ

1 キッズステージダンス ①年中～小3 ②小4～小6 ③初心者(年中～)

第1・3日曜日(月2回)  
①11:00～11:50 ②12:00～12:50  
③13:00～13:40  
月謝/①②4,510円 ③2,970円  
講師/Lisa

ダンスが楽しい!!と思ってもらえるように1人1人のペースに合わせたゆっくり細かくレッスンしていきます。柔軟性や表現力など身につけたダンスを楽しみながらレベルアップしていきます!!

2 キッズダンス ①年長～ ②小3～

第1・2・3・4木曜日(月4回)  
①17:00～17:55 ②18:00～19:00  
月謝/6,600円  
W受講の場合12,000円(フリースタイルダンス(経験者)を含む)  
講師/吉田ケイ

ヒップホップを中心にダンスの基礎をしっかりと身に付けながら、かっこいい、かわいい振り付けを楽しむクラス。初めてのダンスから、ステップアップクラスへの移行も目指しましょう!!

3 LOICXチアダンス ①3歳～小1 ②小2～小6

第1・2・3・4土曜日(年間40回)  
①10:10～11:00 ②11:10～12:00  
月謝/6,000円  
初回金/9,000円(グッズ) +スポーツ保険1,000円  
講師/LOICX GIRLS☆公認チアディレクター

日本中にたくさんお友達ができる全国展開中、本場アメリカ直輸入のLOICX☆チアダンススクールはチアライフの「笑顔・元気・勇気・素直・感謝・絆・夢」の7項目を意識したライフスタイルを送れるよう日々練習を頑張っています!一緒にダンスを踊るお友達大募集です!

4 楽しくケイキフラ(こどもフラダンス) 3歳～小学生まで

第1・2・4火曜日(月3回)  
16:30～17:15  
月謝/3,960円  
講師/久野博美(Ne Lei Hulu Nani Hula Studio主宰)

フラの手の動きには歌詞の意味が込められています。豊かな感情や表現力、体力が身につきます。皆で楽しく踊り、優しい心を養いましょう。男の子も大歓迎。

5 合気道(小学生) 6歳～小6

第1・2・3・4火曜日(月4回)  
18:00～18:50  
月謝/6,600円  
初回教材費/道着代  
講師/窪田有見(奈良合気会指導員 五段)

時代が求める現代武道…基礎体力・バランス力はもちろん、姿勢や挨拶、心の鍛練・呼吸力を身につけます。幼児から高齢者まで、経験豊富な講師が、年齢・体力に応じて楽しく適切に指導します。

6 法村友井バレエ ①3歳～小2 ②小3～小6

第1・2・3・4土曜日(月4回)  
①13:30～14:30 ②14:30～15:30  
月謝/6,928円  
講師/中辻里佳子

年齢に合わせて、仲間レッスンします。ストレッチからバレエレッスンまでゆっくりと進めていき、基礎からしっかり指導します。

7 マリバリエアカデミー ①幼児(3歳～) ②幼小合同 ③小学生 ④小学生バリエーション

第1・2・3・4水曜日(月4回)  
②17:00～18:00 ④18:00～18:25  
第1・2・3・4金曜日(月4回)  
①16:30～17:30 ②17:30～18:30 ③18:30～18:55  
月謝/①②③7,260円  
④3,600円 W受講の場合、14,080円  
講師/Noriko(マリバリエアカデミー講師)

柔軟・ストレッチ・バレエの基本のポジションからはじめ、音楽・リズム感・表現力を磨き、踊ることの楽しさを知ります。社交性や協調性なども学びます。※バリエーションはクラスレッスンとセットで受講可能 注)2026年1月より受講料・時間変更の予定がございます。

8 気ままに楽しむこども絵画教室 8才以上

第2・4火曜日(月2回)  
17:00～18:30  
月謝/6,930円(教材費込み)  
講師/赤松絵里子(日本美術家連盟会員 関西画壇芸術協会会員)

お子様の描きたい意欲に寄り添いながら、同時にものの見え方、感じ方など、絵画の基本を学んで頂きます。

9 絵画造形教室TOCAこどもアート 年長～

第2・4日曜日(月2回) 10:30～12:30  
月謝/4,840円  
教材費/600円  
講師/上田寛子

一人ひとりの個性を大切にしながら絵画と造形の創作活動をおこないます。こども達の五感を刺激する様々なカリキュラムで、「作ること」を通して新しいことを知り、面白い体験をいっぱいしましょう!

10 学研・城戸真亜子アートスクール ①② 年少～

第2・4土曜日(月2回)  
①10:30～12:00 ②13:00～14:30  
月謝/8,800円(教材費2,200円込)  
講師/落合典子 専任講師

絵画や工作をバランスよく取り入れた独自のカリキュラムで、園や学校よりも一歩踏み込んだアート作品を制作します。個性を尊重した指導で色々な作家の表現も学びながら、感性を養います。

11 こどもそろばん教室 ①②③④(フリー45分)

第1・2・3・4月曜日(月3回～4回)  
①16:30～17:15 ②17:20～18:05 ③18:10～18:55  
第1・2・3・4金曜日(月3回～4回)  
④16:30～19:00(フリー45分)  
月謝/5,995円(教材費等1,595円込)  
講師/新珠連専任講師

そろばんで右脳を鍛えることにより、暗算ができるようになったり、とても実用的!集中力・忍耐もつく頭のスポーツを始めませんか?(年間42回講座)

12 こどもの書道 ①② 年長～

第2・4水曜日(月2回)  
①16:30～18:00 ②18:00～19:30  
月謝/3,300円  
教材費/月刊誌550円、紙・墨220円  
講師/勝野春雪(読売書法会理事新書派協会 常務理事・師範)

正しい文字を学びましょう。毛筆・硬筆、両方のおけいこを致します。競書誌に沿って指導致します。段級の取得もできます。

13 こどもかきかた・毛筆教室 ①② 5才～

第(1・3)(2・4)木曜日、第1・3金曜日(月2回)  
第1・2・3・4木曜日(月4回)  
①16:30～18:00 ②18:00～19:30  
月謝/月2回3,300円/月4回6,100円【曜日組合せ可】  
教材費/テキスト(月刊誌)500円、硬筆用紙80円  
講師/梅木香華(由源社師範書道研究一輪 書道教授)

文字を正しく美しく書くように、鉛筆や筆の持ち方、線の引き方など基本から学び、年齢・学年に応じた課題を練習します。級・段の取得も可能です。

14 ベビーリトミック 6ヶ月～1才5ヶ月

第1水曜日(月1回) 11:30～12:00  
月謝/1,870円  
教材費/200円程度  
講師/入部まこと(びーちゃんクラブ主宰)

ベビークラスでは赤ちゃんの五感に働きかける音楽遊びをします。音に集中したり、リズムを感じて音楽の基礎を養います。赤ちゃんと一緒に時間を過ごして下さい。

15 幼児リトミック 1歳半～就園前

第1・3水曜日(月2回) 10:30～11:10  
月謝/4,400円  
教材費/200円程度  
講師/入部まこと(びーちゃんクラブ主宰)

大好きなお母さんと一緒に歌ったり踊ったり、楽器遊びで音楽の楽しさや基礎を遊びながら身につけます。脳の動きを活発にする為の指先を使った制作も行います。



## 音楽

### ① ピアノ/30分個人レッスン

体験教材費  
コピー代  
(テキスト持ちであれば不要)

- ① 第1・3火曜日(月2回) 16:00～20:00
- ② 第2・4火曜日(月2回) 16:00～20:00
- ③ 第2・4水曜日(月2回) 10:30～12:30
- ④ 第1・3土曜日(月2回) 10:30～17:00

月謝/5,940円 ■ 講師/坂裕美  
■ 教材費/実費(テキスト代、お持ちであれば不要)

気軽にピアノを始めませんか。個人レッスンですので自分のペースで出来ますよ! プランクがある人もOK。幼児からシニアまで、もちろん初心者の方も大歓迎です。



### ⑤ 津軽三味線 30分個人レッスン

- ① 第2・4月曜日(月2回) 17:00～20:00
- ② 第2・4土曜日(月2回) 15:00～20:00

月謝/6,600円  
■ 講師/原田まの

個人レッスンですので、楽しみながらがんばりましょう!



## 生活・趣味

### ① 楽しい将棋

- 第2・4月曜日(月2回) 10:30～12:00
- 月謝/5,500円
- 講師/増田 裕司 日本将棋連盟 七段(棋士)

全くのルールを知らない方でも60分で将棋が指せるようになります。初心者の方もすぐに上達を保证します。



### ⑤ フラワーアレンジメント 体験教材費 2,000円

- 第2火曜日(月1回) 14:00～16:00
- 月謝/2,200円 ■ 教材費/2,500円～3,000円
- 月謝/2,200円 ■ 教材費/3,000円～3,500円
- 講師/河西靖子

(NFD奈良県支部長・フラワー装飾1級技能士)

初心者の方から経験者の方まで季節の花を使い、和気あいとした中で丁寧に指導いたします。月に一度季節のアレンジを楽しんでみませんか?



### ⑨ 着付け 後ろ結び・前結び

- 第1月曜日(月1回) 10:30～12:00
- 月謝/4,400円 ■ 初回教材費/500円
- 講師/宇井信子

着物が着てみたい。一度習ったが忘れてしまったという方に後ろ結び・前結び両方対応している教室です。



### 10 いけばな 大和末生流

- 第1月曜日(月1回) 13:00～14:30
- 月謝/2,750円 ■ 教材費/1,500円～
- 講師/宇井洗香齊(大和末生流理事)

奈良県で創流100有余年の生け花の流派です。四季の移ろいを感じ、生活を豊かに送るために花を生けます。



## 1日講座

一日講座の入会金は不要 体験受講はございません

### ① 整えるバレトン

- 第3木曜日10:30～11:30 ■ 受講料/2,200円
- 講師/HINAYO

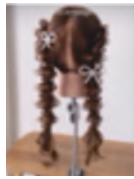
NY発祥の裸足エクササイズ! フィットネス・バレエ・ヨガの簡単な動きを音楽に合わせて行う有酸素運動です。バレエバーを使ったストレッチをしてからバレトンで足裏から全身を整えます。



### ③ ヘアアレンジ

- 年間4回18:00～19:30
- 受講料/1,650円
- 教材費/500円
- 講師/コメちゃん

アレンジスティックを使った玉ねぎアレンジやイベントや行事を彩ります。お子様の運動会など周りと差を付けられるようなアレンジのコツをお伝えします。



### ④ グラスアート or タイルクラフト

- 第3土曜日12:00～14:30 ■ 受講料/3,000円
- 教材費/600円～2,000円(作品による)
- 講師/山本良子(ガラスアート・タイルクラフトインストラクター)

ガラスアートは光を透すフィルムを貼り、リード線で線取りをするとスタンドグラスのように綺麗に仕上がります。タイルクラフトはカラフルなタイルをボードで貼り、ペン立てや、鮮やかに仕上がります。お部屋が一段と明るくなります。教材費は作品によって異なります。



### ⑤ 戸塚刺しゅう

- 第1月曜日、第3月曜日10:30～12:30
- 受講料/2,200円
- 教材費/600円～2,000円
- 講師/井山壽美(戸塚刺しゅう師範)

刺しゅうが初めての方も基礎から丁寧に教えます。壁掛けなど小さなオリジナル作品から作ってみませんか。通常講座へ移行も可能です。



### ④ 癒しの音色沖縄三線を奏でよう

①初心者  
②経験者

- 第2・4土曜日(月2回) ①12:30～14:00 ②14:00～15:30
- 月謝/5,500円 ■ 講師/武田恵子

癒しの音色、沖縄の伝統楽器「三線」を奏でながら、童謡・民謡・ポップスなどを楽しく唄います。楽器の経験のない方、楽譜の読めない方も弾き語り出来るように丁寧に指導致します。気軽にレッスンを楽しみましょう。



### ⑧ ギターを楽しもう!

①初心者  
②経験者

- 第2・4月曜日(月2回) 19:30～20:30
- 月謝/8,030円 ■ 講師/楠川昌平

(インストバンド(colspace)のプロギタリスト)

ギターの基礎から様々な曲まで色々なテクニックに対応していきます。もちろんアドリブや理論を学びたい方も大歓迎です。初心者から経験者まで気軽にどうぞ。



## 6回/12回完結講座

6回分前納、各講座2名以上で開講

### ① 楽しいタロット(12回完結)

- 第3火曜日(月1回) 10:30～12:00
- 月謝/3,630円
- 講師/高石莉奈(関西推命学院講師)

神秘的なタロットカードは、貴方の迷いや不安、悩みを解決するためのヒントを教えてください。手助けをしてくれます。気軽に始めてみませんか。<4月-9月大アルカナのみ使用(基本)、10月-3月小アルカナも合わせた78枚のカード使用(応用)>



### ② 生年月日から見る四柱推命

- 第1火曜日(月1回) 13:00～14:30
- 月謝/3,630円
- 初回教材費/13,200円
- 講師/高石莉奈(関西推命学院講師)

生年月日から自分の性格や人との相性、運勢を知ることで、人間関係や人生の色々な選択の場面で役立てることができます。初心者でも基礎からわかる一年12回コースです。



### ③ 暮らしを開運する九星気学

- 第3火曜日(月1回) 13:00～14:30
- 月謝/3,630円
- 初回教材費/8,000円
- 講師/高石莉奈(関西推命学院講師)

九星の意味を学び、自分にとっての吉方位を知ること、初めての方でも開運方法や性格・運氣などもわかります。基本がわかる6回コースです。



### ④ 開運家相学

- 第3火曜日(月1回) 14:45～16:15
- 月謝/3,630円
- 初回教材費/8,000円
- 講師/高石莉奈(関西推命学院講師)

暮らしに大切な住まいですが、開運できるかどうかは家相の吉凶によって変わります。家相を知ること、楽しく運氣アップの方法を学んでいきます。基本がわかる6回コースです。



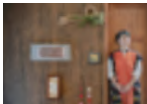
## 語学・教養

### ① 1から始める文章教室

10歳以上

- 第3木曜日(月1回) 10:30～12:00
- 月謝/3,300円
- 初回教材費/300円
- 講師/松山裕子

毎回200字の文章を手書きします。文章の「スケッチ」感覚で、楽しみましょう。お気軽にご参加ください。



### ④ みんなで手話会話

- 第2・4火曜日(月2回) 10:15～11:45
- 月謝/6,050円
- 講師/青山好一(手話通訳士)

みんなで楽しく「実際に手を動かす」実践的な指導を行い、日常会話ができるようになることを目指します。



### ② 短歌講座

- 第4木曜日(月1回) 13:00～14:30
- 月謝/2,750円 ■ 講師/宮田修(大和歌人協会理事「心花」奈良県世話人)

短歌で自己表現をしましょう。そして短歌を楽しみまよう。短歌で新聞に載りましょう。少なくとも2～3か月で新聞に掲載してもらえます。新聞に掲載されたらたくさんの方が読んでくれます。何度が掲載されたらファンレターが来ることもあります。



### ③ ホップ・ステップ俳句

- 第4月曜日(月1回) 13:00～14:30
- 月謝/2,420円
- 講師/松田吉上(ホトギス同人)

俳句はまず作ってみよう。そして添削してもらおうから第一歩が始まります。さあ、あなたも見た事、思った事を五七五のリズムに乗せて季節の詩(うた)を作ってみよう。



### ⑥ 楽しいタイ語

- 第1・2・3・4日曜日(月4回) 13:00～14:00
- 月謝/13,200円 ■ 教材費/毎月1,000円
- 講師/千秋久郎

タイ語は日本人にとって難しい特殊な発音形態が沢山あり、その発音を少しでも誤ると全く理解できなかったり、真逆に誤解されることがあります。日常会話のタイ語を楽しく早く学んでもらう為に、一言一句を丁寧に教えることが私の信条です。



## 手芸・工芸

### ① 作って楽しい紙バンド①②

体験教材費  
500円

- 第4金曜日(月1回) ①10:30～12:30 ②13:30～15:30
- 月謝/2,750円 ■ 講師/御内久美子(日本紙バンドクラフト協会トリリウムメソッド認定講師)
- 講師/愛濃(まりん)
- 教材費/500円～2,000円(作品による)

紙バンドでかわいいかぶかぶを作ってみませんか? 作って楽しい紙バンドを基礎から一緒に作りましょう。ステップ①「体験バスケット」を作っていました。ステップ②基礎作品5個を作ります。好きな色のバンドを選びます。色々な編み方の小さなカゴです。ステップ③好きなバックやカゴを作ります。



### ② つまみ細工

- 第2土曜日(月1回) 10:30～12:30
- 月謝/2,750円
- 教材費/500円～
- 講師/愛濃(まりん)

(つづつき上級認定講師)

つまみ細工は日本の伝統工芸です。晴れの日の髪飾りや普段のアクセサリーをお気に入りの生地で作しましょう。針や糸を使わず裁縫が苦手な方にも楽しめいただけます。



### ③ グラスアート 1日講座もごさいます。

- 第2日曜日(月1回) 13:00～15:00
- 月謝/3,000円
- 教材費/1,000円～(作品による)
- 講師/山本良子(ガラスアートインストラクター)

完成するとスタンドグラスによく似ています。カラフルなフィルムを图案通りカーボンで型取り、それを木材のガラス板、アクリル板に貼り付け、リード線という鉛の針金のようなもので縫い取りして完成です。



### ④ タイルクラフト 1日講座もごさいます。

- 第4日曜日(月1回) 13:00～15:00
- 月謝/3,000円
- 教材費/初回1,000円、毎月1,000円～
- 講師/山本良子

タイルには、磁気タイルとガラスタイル、天然石があります。木材やガラスなどにボンドで貼り付け、その上から目地材を埋め込み、余分な目地材をティッシュなどでキレイに拭き取り、ピカピカに光らせます。小さい子でも簡単に楽しく出来るので、夏休み等の作品に良いかも知れませんね。



### ⑤ カルトナージュ

体験教材費  
1,000円

- 第1金曜日(月1回) 13:00～15:00
- 月謝/2,750円
- 教材費/1,500円～
- 講師/厄川香陽子(ariana主宰)

厚紙で作るフランス工芸品。フランス製布を使います。キットを組み立て、1レッスンで1作品を完成させます。



### ⑥ 韓国の針仕事(ボジャギ)

体験教材費  
1,000円

- 第1金曜日(月1回) 10:30～13:00 ■ 月謝/3,630円
- 教材費/初回3,680円(ボジャギ経験者応相談)
- 毎月4,000円～(作品ごと)
- 講師/田中淳子(からむし工房講師)

刺繍が初めての方も基礎から丁寧に教えます。壁掛けなど小さなオリジナル作品から作ってみませんか。通常講座へ移行も可能です。



### ⑦ 戸塚刺しゅう 1日講座もごさいます。

- 第2・4月曜日(月2回) 10:30～12:30
- 月謝/4,400円
- 教材費/初回1,000円 毎月1,000円～(作品による)
- 講師/井山壽美(戸塚刺しゅう師範)

刺繍が初めての方も基礎から丁寧に教えます。壁掛けなど小さなオリジナル作品から作ってみませんか。通常講座へ移行も可能です。



## 美術・書道

### ① 大人の書道

- 第2・4水曜日(月2回) ①13:30～15:30 ②18:00～19:30(お勤め帰りにピッタリです)
- 月謝/①4,400円 ②4,000円
- 教材費/月刊誌900円+紙・墨330円
- 講師/勝野春雪(読売書法会理事・新書派協会常務理事・師範)

習われる方の希望に合わせて、漢字、仮名、ペン字を練習します。生活に役立つ書から指導者資格取得、公募展作品出品も可能です。



### ② 筆ペン・ボールペン①②③

体験教材費  
100円

- ① 第1・3火曜日(月2回) 10:15～11:45
- ② 第1・3火曜日(月2回) 12:30～14:00
- ③ 第1・3水曜日(月2回) 10:15～11:45
- 月謝/3,740円
- 教材費/700円(テキスト代)+指定用紙代
- 講師/安井裕孝(読書書学院講師)

筆ペンとボールペンが同時に学べ、両方上達できます。



### ③ 気ままな大人の絵画教室

- 第2・4水曜日(月2回) 13:30～15:30
- 月謝/5,060円
- 教材費/300円
- 講師/赤松絵里子(日本美術家連盟会員 関西扇画芸術協会会員)

気楽に気ままに描きたいものを描いていただける教室です。好みや個性を大切に、鉛筆デッサン、水彩画、色インビツ画等を指導します。

