

読む力・考える力——伸びる学力

学研教室

幼児・算数・数学・国語・英語

Gakken

講師：木田 佳子

学研 ハリーえいわ教室

あのCMでもおなじみの学研教室がハリーえいわに新規開校！
実施科目は国語・算数・英語となっています。幼稚園から中学生までで、学習塾を探している方は是非ご検討ください。

■ 水 15:00～18:00 / 土 10:00～14:00

詳しい料金や申込については
QRコードまたは下記TELまで
お問い合わせください。

090-7806-6716



選んでよかった3つのメリット

1. 「本物の学力」＝
「考える力」がついた！



「自分で考える力」が
身につく学習方法

2. 教材がよかった！



基礎から応用・発展までよくわかる
オリジナル教材

3. 先生の指導がよかった！



しっかり子どもに
寄り添う先生



セイハ英語学院
SEIHA ENGLISH ACADEMY

右のQRコードから教室の特徴や、
詳しい料金についてご覧頂けます。

●お問い合わせ・資料請求は **エイゴはセイハ**
0120-815-718



親子コース

親子コースは、未就園児と保護者のためのレッスンです。音楽やリズム、ゲームを通し、楽しく体を動かして英語を覚えます。言語の区別がないこの時期だからこそ、たくさん聞いて音の違いを聞き分ける力をつけます。

幼児コース

お子様の大切な時期だからこそ、適した環境で伸ばしてあげたい。幼児コースは、音声や外国人講師との会話を通じてリスニング力の基礎を身につけ、お友達とゲームや音、リズムを楽しみながら表現を学びます。

小学校低学年コース

小学校低学年を対象とした小学生低学年コースでは、使える英語力を育むレッスンを行います。正しい発音と綴りを読み取る能力を身につけるため、聞く、話す、読む、書く、4つの力をバランス良く伸ばします。

小学校高学年コース

小学校高学年を対象とした小学生高学年コースでは、使える英語力を育むレッスンを行います。英語をアウトプットする力を伸ばし、読む、書く力を総合的に学ぶことで学習の幅を広げ、英検の合格も可能になります。

時間割

火	親子 40分① 0～3歳 14:00～14:40	幼児 年少～年長 15:00～15:45	小学校低学年 1～3年生 16:00～16:50	小学校高学年 4～6年生 17:00～17:50	幼児 年少～年長 18:00～18:45			
水	親子 40分① 0～3歳 14:50～15:30	幼児 年少～年長 15:40～16:25	小学校低学年 1～3年生 16:40～17:30	小学校高学年 4～6年生 17:40～18:30				
木	親子 30分 0～2歳 10:30～11:00	親子 40分① 0～3歳 11:20～12:00	親子 40分① 0～3歳 14:00～14:40	幼児 年少～年長 15:00～15:45	小学校低学年 1～3年生 16:00～16:50	小学校高学年 4～6年生 17:00～17:50	小学校低学年 1～3年生 18:00～18:50	
土	小学校低学年 1～3年生 10:20～11:10	親子 40分① 0～3歳 11:20～12:00	幼児 年少～年長 12:10～12:55	幼児 年少～年長 14:00～14:45	親子 40分① 0～3歳 15:00～15:40	小学校高学年 4～6年生 16:00～16:50	小学校低学年 1～3年生 17:00～17:50	小学校高学年 4～6年生 18:00～18:50

宝持会 総合健康づくりセンター

Holly EIWA

お問い合わせ＆ご予約はお電話かHPから！

06-6722-6516

ハリーえいわ

<https://www.holly-eiwa.co.jp>

住所 〒577-0809 東大阪市永和2-1-30

営業時間 月～土 9:00～21:30

休館日 毎週日曜日、夏季休業
年末年始、センター指定日



宝持会 総合健康づくりセンター

Holly EIWA

**ハリーえいわ
カルチャースクール**

受講生募集中

2026年5月1日現在



Music



Calligraphy and Art



Health and Sports



Manufacturing and Flower art



Kids school



Language and Education



Dance



楽しいフラメンコ

岩見 たこ フラメンコ講師

ニの腕やおなか回りの筋肉を使うのでスタイル維持に役立ち、マイナス5歳は若返って見られますよ♪ ストレス発散&アンチエイジングも出来ちゃいます！初めての方も大歓迎！ほのぼのと一緒に踊りましょう♪

- ①初級・中級 月14:00～15:15
- ②初心者クラス 月15:15～16:30
- 月4回 8,470円



体験 1,100円

バレエ体操

かじ のり子 藤田佳代舞踊研究所モダンバレエ教師

いつまでも若々しく美しくありたい方のためのクラスです。初心者・経験者ともにバレレッスン・柔軟・振付作品を踊ることによって、バランスの取れた「きれいなからだ」を作ります

- 火 14:45～15:45
- 月4回 5,830円



体験 1,100円 (40分)

大人の為のゆるっとストリートダンス

ESUMI ダンスインストラクター

レッスンはストレッチからスタートし、ストリートダンスの基礎やシンプルなステップを中心に進めていきます。ゆっくり・やさしく進めていくので、初めての方やお久しぶりの方もご安心ください。

- ①第1・3水 19:15～20:30(夜クラス)
- ②第2・4土 11:00～12:15
- 月2回 3,850円



体験 550円

社交ダンス

水谷 貫一・水谷 由紀枝 日本ボールルームダンス連盟講師

社交ダンスは、素敵なお音楽を聞きながら頭と身体を使い、健康増進・老化防止・認知症予防・人とのコミュニケーションを広げるなど、心身の健康に役立ちます。ご興味を持っているあなた、さあ勇気を出して始めてみませんか？

- 木 18:30～20:00
- 月4回 5,720円



体験 無料

ベリーダンス

YUMI YUMI bellyDance スクール主催

アラブの音楽によって全身を使って踊ります。インナーマッスルを鍛え、やわらかい所作を身につけ女性らしい身体を作ります。ストレス発散にもなります。講師は多数の受賞歴あり。

- 金 14:00～15:30 / 19:30～21:00
- 月4回 9,020円



体験 無料

STREET DANCE

Shiori GHP dance school 講師

ヒップホップ、ロック、ジャズ、ハウス等のステップを取り入れ曲に合わせて踊ります。経験の有無や年齢は関係ありません。やりたい！と思ったら思い切っってはじめてみましょう。

- 土 16:00～17:00
- 月4回 6,050円



体験 1,100円

自彊術

西口 雅子 公益社団法人 自彊術普及会 指導員

独自の呼吸法と号令で行い、全身性・系統的な31動作のストレッチ体操です。心身ストレス解消、自律神経失調症、生活習慣病に効果のある万病克服の体育療法と昔から言われています。

- 月 10:30～12:00
- 月4回 5,500円



体験 無料

社交ダンス(中級)

漆原 翔一 プロ競技選手A級

1時間半のレッスンの中で、ラテンとスタンダードの両方を練習します。種目は、約2ヵ月ごとに変更していきます。

- 月14:00～15:30
- 月4回 6,600円



体験 1,100円

モダンバレエ

かじ のり子 藤田佳代舞踊研究所モダンバレエ教師

モダンバレエはトウシューズをはかないで踊る創作舞踊です。オリジナル作品を覚え、踊ることによって体力、するどい感性を養います。自ら創作もします。

- 火 18:00～19:30
- 月4回 6,600円



体験 1,100円

ハワイアンフラ

加代子 マルヒア 柴田

癒しのハワイの音楽で、心も体もリフレッシュさせて明るく健康に、笑顔いっぱいフラを楽しみましょう。

- 第2・4木 13:10～14:40 / 15:00～16:30
- 月2回 4,180円



見学のみ

ジャズダンス

横野 志津子 ジャズダンス講師

ナツメロ、洋楽、J-POP、K-POP、様々な曲に合わせて簡単な振付を踊ります。初心者の方でも楽しんで頂ける内容になっています。一緒にダンスを楽しみましょう。

- 第1・3金 11:00～12:00
- 月2回 2,750円



体験 無料

日本舞踊 個人レッスン

花柳 都弥葵 花柳流専門部師範

気軽に楽しく基本からお稽古します。お子様からご年配の方まで個人レベルにあわせたマンツーマンでのお稽古です

- 第2・4金 19:00～20:00 (1人30分)
- 月2回 4,400円



体験 無料

楊名時気功太極拳・八段錦

原 好弘・原 純子 楊名時気功太極拳師範

【気功太極拳24式】太極拳の大きな特徴は、①動きが柔らかいこと ②まろやかに動くこと ③動きと意識の統一を計ること ④連続して動くことが挙げられます。【八段錦】中国に古くから伝わる八種類の健康運動で意識、呼吸、動作を一つにすることです。

- ①月(月4回) 10:00～11:30 4,950円
- ②火(月4回) 10:00～11:30 5,280円
- ③火(月4回) 13:00～14:30 5,280円



体験 1,100円

ピラティスヨーガ

森田 元美 リズム体操指導員

運動生理学に基づいたプログラムでピラティスを楽しめます。シンプルな体づくりに挑戦しませんか？

- 火 10:00～11:00
- 月4回 5,280円



体験 1,100円

キッズバレエ

風早 いつみ バレエインストラクター

バレエの音楽に合わせて、きれいな姿勢で楽しくのびやかに踊ります。ご挨拶やマナーを大切にするレッスンを通して、豊かで健康な心身を育みます。

- ①幼児クラス 月17:00～18:00
- ②小学生クラス 月18:00～19:30
- ③ジュニアクラス 月19:30～21:00
- 月4回 ①7,700円 ②③8,800円



体験 幼児 1,100円
小学生～ジュニア 1,650円

ジュニア将棋教室

南 浩司 日本将棋連盟公認 将棋指導員

将棋のマナーを指導し、理解して頂く事で、礼儀正しいこどもに育ちます。指導対局や生徒さんどうしの対局で棋力向上と自己肯定感の向上を目指します

- 第1・3火 16:40～18:10
- 月2回 3,960円



体験 無料

旋拳道キッズ

小松 正人 旋拳道師範

旋拳道は日本でできた護身武術です。多彩な技・護身術・型等を練習していきます。年中～小学校6年生を対象としてレッスンを行っています。

- 火 17:30～18:45
- 月4回 5,500円



体験 無料

キッズバトンアカデミー

立岡 里絵 日本バトン協会公認指導員

本格的にバトンを習いたい方、楽しみながらバトンをやってみたい方、1人1人を大切に希望するペース・目標を聞いて、丁寧に指導します。

- 第1・2・3木 16:30～18:00
- 月3回 4,125円



体験 無料

キッズチアダンス

佐村木 亜希 AKI Cheer Dance ONE代表

自らの元気で観客を笑顔にしたり、勇気付けたりすることを使命とするチアリーダー。技術はもちろん仲間と支えあい最後まで目標に向かう姿勢を学びます地域のイベントなどに出演したり、老人ホームの慰問などを通し、さまざまな場所で元気をお届けしています。

- ①キッズクラス(4歳～小2) 金16:50～17:50
- ②ジュニアクラス(小3～小4) 金17:55～18:55
- ③ハイクラス(小5～) 金19:00～20:00
- 月4回 6,930円(別途ポンポン代1,650円)



体験 無料

Kids Hip Hop

Shiori GHP dance school

レッスンや発表会を通じて踊る楽しさ、リズム感、柔軟性、協調性、表現力などが養われます。基礎からゆっくり進めていきます。みんなで楽しくかっこよく踊りましょう

- 土 14:15～15:15
- 月4回 6,050円



体験 1,100円

こども体操教室

株式会社エスキューブ

1クラス15名までの少人数制を採用しています。主に扱っていくのは「マット」「跳び箱」「鉄棒」「トランポリン」の4種目です。学校の体育でお手本を披露ができることを目標に、ゆくゆくはバク転等の技にも挑戦していきます。

- 月4回 5,500円(別途年会費3,300円)

モダンバレエ

かじ のり子 藤田佳代舞踊研究所モダンバレエ教師

モダンバレエはトウシューズをはかないで踊る創作舞踊です。オリジナル作品を覚え、踊ることによって体力、するどい感性を養います。

- ①幼児科 火16:00～17:00
- ②児童科 火17:00～18:00
- 月4回 6,600円



体験 1,100円

キッズ速読プレスクール

嶋津 けい子 日本速読協会インストラクター

外国の知能教材も含め、数多い量のゲームで楽しみながら思考力・記憶力・集中力などをUPさせ、速読につなげていきます。

- 第1火 16:45～18:15
- 月1回 2,750円(材料費別途要)



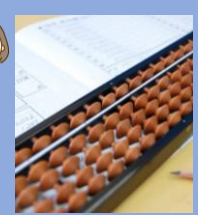
体験 1,100円

そろばん教室

鈴木 広美 珠算講師

脳に直結した感覚器官である指先で、そろばんをはじく動作を短時間で繰り返す事で「勘」・「ひらめき」・「直感力」などが育ちます。

- ①水 17:00～18:00
- ②木 17:00～18:00
- 月4回 5,500円(別途プリント代数百円要)



体験 1,100円

こども硬筆・書道教室

吉原 紅楓 暁書法学院講師(師範)

4歳時から中学生まで、年齢に応じて鉛筆の持ち方・50音の読み書き、漢字の書き順などを正しく指導します。当日の課題が終われば途中退室も可能です。プラス1,100円で毛筆も指導します。級段位も認定します。

- 第1・2・3金 16:00～18:00(途中入退室OK)
- ①硬筆のみ 3,300円
- ②硬筆+毛筆 4,400円



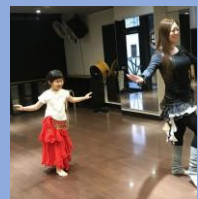
体験 硬筆 110円
+毛筆 220円
+道具貸出 220円

キッズベリーダンス

YUMI YUMI bellyDance スクール主催

ダンスを通して「協調性」「礼儀作法」「リズム感」「表現力」が身につきます。大学で児童心理を学んだ笑顔の優しい先生です。あなたもアラビアンなお姫様になろう！目指せプリンセス！

- 金 17:30～18:30
- 月4回 4,840円



体験 無料

こども合気道

源入 康生 他、女性指導員2名 合気会五段位

稽古を通じて“真心ある率先垂範(率先して手本を示す)の行動”を子供達と一緒に考える稽古内容となっています。互いに技を掛け合うことで“感謝”“思いやり”の心が育ちます

- ①低学年クラス 土16:45～17:30
- ②高学年クラス 土17:30～18:30
- 月4回 4,950円(別途道着代有)



体験 無料

週1回(火・金)

末就学児クラス 15:30～16:30

低学年クラス 16:30～17:30

高学年クラス 17:30～18:30



体験 1,100円

羊毛フェルト

小松 正人 羊毛フェルト作家

羊毛フェルトは、練習すれば誰でも作れるようになります。癒しの時間をみんなで過ごしませんか？可愛いものから本物のようなものまで、みんなで楽しくチクチクしましょう！お子様連れでお越しいただいても大丈夫ですよ

■火曜日 16:00～17:30
■月4回 大人 4,950円 子供 4,400円
(材料費別途要)

体験 550円
(材料費含む)



新規講座

水フェルト

うえにし ゆか クラフト講師・手芸作家

ふわふわの羊毛フェルトをせっけん水でこすってフェルト化させて、可愛いポーチや小物をつくってみませんか？縫い物が苦手な方でも簡単につくっていただけます！

■第1・3水 13:00～14:30
■月2回 3,520円(別途教材費有)

体験 1,100円



ステンドグラス

田淵川 裕子 ステンドグラス工房 ミモザ代表

ステンドグラスは、光の入り方・強さにより様々に変化し美しく輝きます。あなたの自由な発想でオリジナルのステンドグラスを作ってみませんか？ 教室では自由に作りたい作品を作っていただけます。

■①第2・4水(月2回) 15:30～18:00 4,950円
②第2・4水(月2回) 18:00～20:30 4,950円
(材料費別途要)

体験3,300円
(材料費含む)



ハワイアンリボンレイ

柳島 佳代子 ウィ・キャロル・ミト公認インストラクター

初めての方でも大丈夫です。一緒に作らせていただきますのでご安心してご体験下さいね。お友達も誘いのうえお越しください。お待ちしております。

■第3金 14:30～16:30
■月1回 2,200円(材料費別途要)

体験 1,100円
(別途材料費有り)



大人の将棋教室

南 浩司 日本将棋連盟公認 将棋指導員

初めての方には将棋のルール・マナーから丁寧に指導します。その後、生徒さん同士の対局や講師との指導対局を行い、上達に応じて棋力認定を行います。

■第1・3火 15:00～16:30
■月2回 4,400円

体験 無料



写真サークル ZERO-ONE

及川 雅文 フリーランスフォトグラファー

初心者からでもより美しく撮れるようにカメラの基本と実践を解説します。子供や風景、アクセサリや小物・お花などの撮影ポイントを押さえれば満足度アップで楽しい写真づくりに！

■第1・3木 15:00～17:00
■月2回 5,500円

体験 1,100円



Everyday English

Ruben Valles 英会話講師

日常英会話で使える便利なフレーズや言い回し、教科書英語から飛び出した、ネイティブイングリッシュスピーカーならではの英語をアメリカ人講師が教えます。

■第1・3金 10:30～12:00
■月2回 3,850円(教材費別途要)

体験 無料



基礎からのヨーロッパアンフラワーアレンジメント

北口 陽子 Flower Coordinate Studio Fleurir主宰
国家検定1級フラワー装飾技能士

生花やブリザーブド・シルクフラワーを使って、季節に合ったフラワーアレンジメントを基礎から丁寧に指導させていただきます。

■第4月 13:00～15:00
■月1回 2,200円(材料費別途要)

体験4,950円
(材料費含む)



楽しいつまみ細工

津村 郁子 つまみ細工講師

つまみ細工は、小さな布をたたんできれいな花を作る伝統工芸です。針も糸も使わず簡単にオシャレなアクセサリーが作れます。

■第4水 14:00～16:00
■月1回 2,200円(材料費別途要)

体験1,650円
(材料費含む)



手編み 手芸 教室

佐藤 とも子 手編み講師・機械編み講師

初めての方でも色々な事にチャレンジできます。「手編み(かぎ針・棒針)の入門コース」もあります。木目込みづくりの人形や小物もかわいく作れます。

■①第1木 13:00～15:00
②第3土 16:30～18:30
■月1回 2,200円(材料費別途要)

体験 2,200円
(材料費含む)



新規講座

ドイツ語

須恵 夏美 ドイツ語講師

自身のドイツ留学の経験を元に、ドイツ文化、人々、音楽など様々な視点からドイツ語を学びます。ドイツ旅行に行きたくること間違いなし！

■第1・2・3火 11:00～12:00
■月3回 6,600円

体験 無料



脳トレ速読

嶋津 けい子 日本速読協会インストラクター

誰でも楽しく学べる講座です。目の動きをよくして身体と頭の体操！2～3行本を読むと眠くなってしまった人が1年に200冊読破できるトレーニングです！

■第1火 18:30～20:00
■月1回 2,750円(材料費別途要)

体験 1,210円
(材料費含む)



おてがるマジック教室

こんばらさん マジックパフォーマー

日用品に少し手を加えることで、アツと驚く！みんなを引き込むパフォーマンスの仕方を学べます。

■第4木 15:30～16:30
■月1回 2,530円(材料費別途要)

体験 1,100円
(材料費含む)



裏千家

古藪 宗与 教授

初心者の方から経験者の方まで基本をふまえてご指導いたします。楽しむ要素の1つとして季節感を味わい五感を感じながら和敬清寂の心をやさしく、楽しく一緒にと思っております

■①第1・3金 13:00～15:00
②第1・3土 10:00～12:00
■月2回 3,850円(水屋料別途要)

体験 770円
(水屋料含む)



新規講座

元気ハツラツ健康ヨガ

静谷 真紀 全米ヨガアライアンスRYT500、RYCT 95キッズパート修了、AFAAパーソナルフィットネスインストラクター

ヨガブロック、ベルト、デニスボールなどを使用しながら、カチカチに強張りがちな身体と心を緩め、皆さんが健康で幸せな人生が送れるようにお手伝いします。

■第2・4火(月2回) 10:00～11:00
■月2回 2,750円

体験 1,100円



脂肪燃焼スリム体操

森田 元美 リズム体操指導員

日ごろ使わなくなった筋肉をくまなく動かす体操です。その名の通り脂肪の燃焼や老化防止に効果的です。メタボ予防、脂肪燃焼で若さを保ちましょう。

■火 11:15～12:15
■月4回 5,280円

体験 1,100円



新規講座

骨ヨガ

國光 悠里 ヨガ講師

骨の動きや流れを感じながら呼吸に合わせて、やさしく体を動かしていきます。ポーズはおまけ♪形にとらわれず、呼吸とともに心も体もゆるめてリラックスしましょう。

■水 10:00～11:00 / 11:30～12:30
■月4回 4,400円

体験 無料



心と体のリセットヨガ

おだ ちか 全米ヨガアライアンスRYT200認定、シニアヨガ 製菓衛生師、耳つぼジュエリーセラピスト

ゆっくりと分かりやすく、体を動かして、元の状態に戻していきます。初めての方でも、不安がある方でも、どなたでも参加しやすいクラスです。

■①第2・4木(月2回) 10:00～11:00 2,750円
②第2・4木(月2回) 11:15～12:15 2,750円

体験 無料



美 Body Yoga

小田 ちか 全米ヨガアライアンスRYT200認定、シニアヨガ 製菓衛生師、耳つぼジュエリーセラピスト

ヨガと美トレーニングのハイブリッド。美しい身体と姿勢を手に入れ、自分に自信を付けていきましょう。

■①第1・3木(月2回) 10:00～11:00 2,750円
②第1・3木(月2回) 11:15～12:15 2,750円

体験 無料



楽しいヨガ

Mitsue 全米ヨガアライアンスRYT200修了
エアリアルヨガセラピスト30時間修了

体をほぐしてから、ヨガのポーズを練習していきます。チャレンジポーズも楽しみながらトライ！笑顔あふれる時間を一緒に♪

■第1・3金 10:00～11:00
■月2回 3,080円

体験 無料



トラディショナルヨーガ

本永 圭代 トラディショナル上級インストラクター

呼吸法・瞑想・アーサナなどを、ゆっくりとしたペースで自分の呼吸に合わせて行います。カラダの柔軟性は関係ありません。ココロとカラダがつながり、真のリラックスと気持ちの良さを体感していただけます。

■第1・3土 9:30～11:00
■月2回 3,960円

体験 1,100円



真向法

富岡 英男・瀬川 妙子 公益社団法人 真向法協会准教士

元気に一日動けますか？真向法体操は4つの動作からなり、股関節や筋肉を柔軟にし、全身の血行を良くして、健康を維持する体操です。腰・脚の重さ・しびれを楽に!!血流を劇的にアップするストレッチ、若々しい動ける体を作りましょう

■①火(月4回) 13:00～14:30 5,280円
②第1・3火(月2回) 10:00～11:30 3,300円

体験 無料



旋拳道

小松 正人 旋拳道師範

旋拳道は日本でできた護身武術です。多彩な技・護身術・型等を練習していきます。子どもから大人まで安心して練習することができます。

■火曜日(月4回) 19:00～21:00
■月4回 6,600円

体験 無料



シルバーらくらく体操

井上 卓哉 日本体育協会 スポーツリーダー

日ごろ使わなくなった筋肉をくまなく動かし、老化防止オリジナルグッズを使って健康づくりを行います。自分の身体を守るため、一緒にはじめませんか？

■木 10:00～11:00
■月4回 5,280円

体験 1,100円



自力整体

木原 かずみ 矢上予防医学研究所公認ナビゲーター

慢性的な不調の改善と予防を目的とし、東洋医学の指圧とプロの整体技術を、自分自身で行うように考案されたボディワークです。年齢、性別関係なくどなたでも行っていただけます

■第1・3木 10:00～11:30
■月2回 3,850円

体験 1,100円



新規講座

心と身体をほぐす体操+リンパケアセルフマッサージ

山城 敦子 リンパ健康セラピスト

身体をほぐしながら呼吸を深め、心身ともにリラックス 動きやすい身体づくりを目指すクラスです。疲れ痛みから解放されて心から緩まる時間をお楽しみください。

■木 18:30～20:00
■月4回 5,500円

体験 1,100円



ゆったりすっきりヨガレッチ

相原 マユコ ヨガインストラクター

「ヨガ+ストレッチ=ヨガレッチ」呼吸とともに体の各部位をリラックスさせ、自分のペースでほぐしていきましょう。体の硬い方、大歓迎です！

■第2・4金 11:15～12:15
■月2回 3,080円

体験 1,100円



新規講座

ゆるめて動く気功レッスン

西本 志麻 NPO法人気功協会 講師

はじめての方も安心して参加できるクラスです。無理のない気持ちのいい動きで呼吸が深まり、頭・体・心をゆるめて楽にしていきます。

■第2・4土 10:00～11:30
■月2回 3,520円

体験 1,100円



体質改善ピラティス&ヨガMIX

Min 全米ヨガアライアンスRYT認定・マットピラティス認定資格
リフォーマピラティス認定資格

リラックスヨガ・パワーヨガ・ピラティスでコアを鍛えます。動きは地味ですが、ケガをしない体作りを目指したヨガとピラティスをMIXしたクラスです。

■第1・3土 15:00～16:00
■月2回 2,970円

体験 無料

新規講座

宇宙とつながるヨガ

YUCO (ユウコ) 全米ヨガアライアンスRYT200修了

ヨガがはじめての方、身体がかたくても、心がゆれていても大丈夫。安心して、ゆったりスタートしましょう。クラスの終わりには、宇宙から届くメッセージとしてオラクルカードを1枚ご紹介します。

■土 19:00～20:15
■月4回 8,800円

体験 1,100円

こどもOK

ボイストレーニング 田原クラス

田原 メアリ あんばい音楽館・幼小中学校講師・吹奏楽等指導

分かりやすいレッスンで、こころと身体を気持ち良くほぐして、整えていきましょう！ご希望の曲や原稿等があればご持参ください。大人の方もお子様も受講できます。

■第1・3月 13:00～20:00
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
■月2回 5,500円

体験 無料

やさしく学べるジャズ 世界の歌、日本の歌

細川 ひろみ ジャズ・ポピュラーソングー

声の高低によってグループに分けて練習していただきますので、ご自分にあった最適のキーを確認することができます。歌唱対象曲はラテン、ハワイアン、映画音楽、ジャズ、スタンダード（日本語・英語）など幅広いジャンルから皆さんとテーマ曲を選曲します。パーカッションなどのリズム音楽楽器も勉強できます。

■第2・4火 13:30～15:00
■月2回 4,400円

体験 無料

詩吟

川村 朋映 公益社団法人 関西詩吟文化協会 総師範

漢詩や和歌を吟じながら自然に歴史の勉強と、生活に息づく漢詩の世界に触れることができます。健康のために詩吟を吟じてみませんか？

■第1・3火 15:00～17:00
■月2回 3,850円

体験 無料

大正琴

松井 琴扇修 琴名流琴扇修会会主
中村 琴扇修八菜 琴名流師範

初歩からゆっくり始め、弾き方、楽譜の見方などを優しく指導いたします。グループレッスンを通して楽しい仲間作りもできますよ。

■第2・4水 10:00～12:00
■月2回 4,400円

体験 1,320円
(諸面代含む)

こどもOK

ボイストレーニング 早川クラス

早川 享子 関西歌曲研究会会員・ピアノ声楽講師

一人一人に合わせたレッスンを行います。もっと楽に、気持ちよく歌うために、基礎から丁寧に発声を指導いたします。大人の方もお子様も受講できます。

■第2・4水 17:00～20:30
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
■月2回 5,500円

体験 無料

合気道

源入 康生 合気会五段位 他、女性指導員2名

老若男女・運動経験問わず、一緒に楽しく稽古できる武道です。当教室では、武道的身体運用を活かした基本技を念頭に、初心者でも楽しく一緒に学べる稽古内容となっております。

■土 18:30～20:00
■月4回 5,940円

体験 無料

背骨コンディショニング

本永 主代 背骨コンディショニング協会インストラクター

背骨コンディショニングとは『背骨の歪みを整えることにより、身体の不調を改善する運動プログラム』です。肩こり・腰痛・膝の痛み、内臓の不調など原因のはっきりしない様々な症状を取り除くため、3つの運動をしていきます。

■第1・3土 11:15～12:15
■月2回 3,300円

体験 1,100円

ピアノ/ソルフェージュ

須恵 夏美 ピアニスト/ピアノ講師

プロのピアニストが国内外で勉強したメソッドでそれぞれの生徒様に合わせたレッスンを行います。

■火 9:30～14:00
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
①第1・2・3火 大人 月3回 13,200円
②第1・3火 大人 月2回 9,900円

体験 2,200円

ジャズ・ラテン・ポピュラーソング

細川 ヒロミ ジャズ・ポピュラーソングー

ジャズ・ラテン・ポピュラー他を、日本語、英語どちらでも、あなたの歌いやすい言葉で練習していただけます。また、発声の基礎も学んでいただけます。

■第2・4火 19:00～20:30
■月2回 5,500円

体験 無料

たのしい「うたごえ」

一色 郁美 いくみ音楽教室 主宰

電子ピアノの伴奏で、歌詞本を見ながらうたいます。大きな声でストレス発散！昔を思い出しながら、脳の活性化も！！みんなで懐かしの童謡・唱歌・懐メロをうたいませんか？

■第1・3水 10:00～11:30
■月2回 3,300円

体験 無料

こどもOK

ピアノ個人レッスン 酒向クラス

酒向 加代子 ピアノ教師

基礎からしっかり学びたい方、ブランクがあるけども一度チャレンジしてみたい方、憧れの曲を弾いてみませんか？ 幼児～大人まで目的に合わせたレッスンを目指しています。

■第1・3水 14:00～20:00
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
■月2回 5,500円

体験 無料

新規講座

演歌・カラオケ教室

大木 みどり SKK歌唱教室

演歌の新曲を練習していきます。歌は心とからだの活性剤です。一緒に楽しみましょう。歌う楽しさを再発見するお手伝いをします。

■①第2・4木 13:30～15:00
②第2・4木 15:15～16:45 (男性クラス)
■月2回 4,510円

体験 無料

こどもOK

ピアノ個人レッスン 武村クラス

武村 幸子 ピアノ・エレクトーン講師

生徒さんとの心のつながりを大切にし、明るく楽しくレッスンしています。基礎作りをし、自分なりの音楽を楽しめるサポートします。

■第1・3木 15:00～20:30
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
■月2回 4,400円

体験 無料

こどもOK

ピアノ/声楽 個人レッスン 早川クラス

早川 享子 関西歌曲研究会会員・ピアノ声楽講師

生徒様のレベル・目的に応じて、基礎からしっかりとレッスン致します。声楽の方は、正しい発声を学び歌うことがもっと楽しくなるように指導致します。

■第2・4木 16:00～19:00/20:00～21:00
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
■月2回 5,500円

体験 無料

リコーダー入門 個人レッスン

財前 奈緒子 リコーダー奏者

まずは、アルトリコーダーで基本奏法から学びます。簡単に音が出せるので、すぐに楽しむことができます。目・耳・指と心も体もフル活動して楽しみましょう♪

■第4金 10:00～13:00
※ 上記時間内で1回 60分の個人レッスン
■月1回 5,500円

体験 無料

新規講座

ピアノ個人レッスン 福榮クラス

福榮 あや子 ピアノ講師

気負わずピアノを身近に感じ、音楽のある日常を楽しんでいただけるピアノレッスンです。ジャンル問わず、指導可能です♪

■第2・4金 14:00～20:00
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン
■月2回 4,400円

体験 無料

休日のウクレレ

森田 ちひろ ウクレレ講師

はじめてでも大丈夫！ 楽器の経験が無くても、楽譜が読めなくても、弾けるようになります。好きな曲と一緒に奏でませんか？

■第1・3土 10:30～12:00
■月2回 5,500円

体験 1,100円

書道

島岡 奈穂子 碧翠会会員

古典に学ぶことを軸として、基本から創作に至るまで幅広くお稽古します。書くよろこびに触れてみませんか？

■第1・2・3月 15:00～17:00
■月3回 6,600円

体験330円
(材料費含む)

墨彩画

宮地 仁湖・清水 洋子 京都墨彩画壇総務理事・京都墨彩画壇理事

初めての方は、四君子（梅・竹・蘭・菊）の手本画で運筆法を学びます。基礎が出来次第、自分の描きたい題材を選び、独自の作品にします。構図や筆遣い、彩色の仕方などは、その都度指導いたします。

■①第1・3木 10:00～12:00
②第1・3木 13:00～15:00
■月2回 3,850円

見学のみのみ

能楽 観世流 謡曲

橋本 光史 京都観世流会理事

基本から応用までゆっくり丁寧に指導いたします。背筋を伸ばし、大きな声を出し、能楽の美辞麗句を学びましょう。650年の歴史を肌で感じてください。

■第1・3木 15:00～17:00
■月2回 3,850円

見学のみのみ

楽しいアンサンブル/コーラス

早川 享子 関西歌曲研究会会員・ピアノ声楽講師

「楽しんで歌う」をモットーに、一緒にハーモニーを楽しみましょう！楽譜が読めなくても大丈夫！発声練習から音とり、丁寧に指導致します。

■第2・4木 19:00～20:00
■月2回 3,300円

体験 無料

新規講座

歌声サロン リズム

前田 美由紀 一般社団法人 楽育脳音楽協会 認定講師

認知症予防・誤嚥性肺炎の予防にもなります！参加人数によって曲のリクエストも承ります！歌って楽しい、おしゃべりして楽しい、新しいことを学んで楽しい、そんな毎日にしましょう！

■第1・3金 10:30～12:00
■月2回 3,300円

体験 1,100円

こどもOK

ピアノ個人レッスン 水谷クラス

水谷 涼子 ピアノ・エレクトーン講師

初めての方も少し弾ける方も、生徒さんのレベルに合わせた楽譜を使って指導致します。基礎もしっかり学びながら1曲マスターできた時の達成感を味わいましょう。

■①第1・3土(月2回) 10:00～14:00 4,950円
②第4土(月1回) 10:00～14:00 2,750円
※ 上記時間内で1回 30分の個人レッスン

体験 無料

こどもOK

フルート個人レッスン

山根 春美 フルード講師

二重奏をやりながら楽しく個人LESSON！楽譜を読めなくてもご安心ください。一緒にフルートを楽しむ学びましょう。大人もこどもも受講可能です。

■第2・4土 14:00～17:00 (1人40分)
※ 上記時間内で1回 40分の個人レッスン
■月2回 9,790円

体験 1,100円
(30分)

國分 敬子の日本画教室

國分 敬子 日展会友・京都日本画家協会会員

水晶やサンゴからつくられる美しい岩絵の具を使って、心豊かに絵を描きませんか？

■第1・3火 10:00～13:00
■月2回 6,380円

見学のみのみ

筆ペン・ボールペン

高萩 英美 晩書法学院 講師

筆ペンの持ち方や基本となる線や点画から学びましょう。美しく書くポイントを丁寧に指導します。美しく整った文字を日常で活かす事を目指します。

■第2・4木 10:00～12:00
■月2回 3,630円

体験1,650円
(材料費含む)