

# CULTURE 新規講座

あなたにピッタリの講座がきっと見つかります。 ※見学・途中受講可能な講座もございます。詳しくはお問い合わせ下さい。

### ヘルス&エクササイズ **new**

#### BODY CIRCLE (ボディサークル)

Re Body～ストレスの無い身体へ。  
毎日気持ちよく伸びていたい方、姿勢を整えたい、肩こりや腰痛などのトラブルを軽減したい方などに最適なボディワークです。姿勢も良くなり、デコルテも綺麗になります。

◆日程 / 11/10, 17, 24, 12/1, 8, 15, 22(木)  
◆時間 / 11:15～12:15  
○講師 / BODY CIRCLE認定インストラクター 原田明美  
○受講料 / 10,500円/全7回

体験 ¥500 (11/4(金))

### キッズ **new**

#### ベビーダンス

赤ちゃんを抱っこして、音楽に合わせてステップを踏み親子で楽しむエクササイズです。ママの運動不足やストレスの解消、赤ちゃんの寝かしつけにも効果的☆大変だと思っていた抱っこ時間を素敵なダンスタイムに変えてみませんか?

◆日程 / 10/13, 27, 11/10, 24, 12/8, 22(木)  
◆時間 / 13:30～15:00  
○講師 / 日本ベビーダンス協会認定インストラクター めぐみ  
○受講料 / 9,000円/全6回

### ミュージック **new**

#### 青春ふたたび～ギターをひこう!

歌の伴奏だけではなく…ギターでいろいろな曲をカッコよく弾けるようになりたい! そんなギターにあこがれて始めてみたものの…そんなアナタも、これから始めたいアナタも、基本をおさえてゆけばバッチリ! ずばらしいギターライフを始めませんか?

◆日程 / 10/12, 26, 11/9, 30, 12/14, 28(水)  
◆時間 / 19:00～20:00  
○講師 / ギター弾き(フリーランスギタリスト) えいゆう  
○受講料 / 12,000円/全6回

### お琴でアンサンブル

～知っている曲を楽しく合奏しましょう～

初心者でも、しばらく弾いていない人でも大丈夫、あなたに合わせて指導します。正座が苦手でも大丈夫、椅子に腰かけて弾きます。日本の音色に癒されてみませんか?

◆日程 / 10/11, 25, 11/15, 29, 12/13, 27(火)  
◆時間 / 19:00～20:30  
○講師 / 坂下憲吾社中 名取 河合井豊姫  
○受講料 / 15,000円/全6回(別途楽器レンタル代3,000円)

### 初級～Let's

人気のダンスインで作られた出来栄は、ダンスインで学ぶ第2期です。

◆日程 / 10/11, 18, 25, 11/1, 8, 15, 22(木)  
◆時間 / 19:00～20:30  
○講師 / 〇〇〇〇  
○受講料 / 〇〇〇〇

### ビューティー **new**

#### プロが教えるヘアセットレッスン

毎日セットの仕事をしているプロのスタッフから、ヘアセットを学びませんか? 基礎から簡単アレンジまで、自分に合ったヘアセットを作ってみましょう。

◆日程 / 10/11, 25, 11/8, 29, 12/13(火)  
◆時間 / 19:00～20:30  
○講師 / ラポール 野中裕香・川岸めぐみ  
○受講料 / 16,000円/全5回

#### 手軽にできる整膚美容法

整膚とは皮膚を軽くつまんだり引っ張ったりする事で、気血の流れを改善し、心と体の疲れを和らげる手法です。時と場所を選ばず気軽に出来る美容法です。

◆日程 / [A]11/20 [B]12/18(日)  
◆時間 / 10:00～12:00  
○講師 / 整膚美容師 鈴木里江子  
○受講料 / 2,500円/各回 (別途教材費500円/回)

### アナウンサーと一緒に基礎から楽しむ読み聞かせ

「読み聞かせ」に興味のある方、朗読に興味のある方、楽しみながら基礎から始めてみませんか。発声の仕組み・呼吸法・滑舌訓練なども取り入れながら、作品を声に出して読むことの楽しさを学びます。

◆日程 / 10/12, 26, 11/9, 30, 12/14(水)  
◆時間 / 13:30～15:00  
○講師 / フリーアナウンサー 石森恵美  
○受講料 / 7,500円/全5回

### 暮らしスッカリ、ライフオーガナイザー

～思考と空間の整理でおうちを快適に～

ライフオーガナイザーとは、単なる空間の片付けではなく、思考や時間など、生活そのものを整理して見直すこと。一番長く過ごす自宅を居心地のいい、笑顔になれる場所にするための一歩を踏み出してみませんか。

◆日程 / 10/6, 20, 11/17, 12/15(木)  
◆時間 / 13:00～15:00  
○講師 / ライフオーガナイザー 東條真紀  
○受講料 / 7,200円/全4回

### ヘルス&エクササイズ

#### 週末ピラティス～カラダをリセット～

◆奈於 ピラティススタジオ ルーエ所屬 TANAKA  
◆10/9, 16, 23, 30, 11/27, 12/4, 11, 18, 25  
◆11:00～12:00  
◆13,500円/全9回

#### 骨盤ストレッチ&バレエエクササイズ

～正しい姿勢でスタイル美人～

◆ベルビックスレッチ認定インストラクター Yuki  
◆10/6, 13, 20, 27, 11/10, 17, 24, 12/8, 22  
◆19:00～20:00  
◆13,500円/全9回

#### ミセスの為の骨盤ストレッチ&バレエエクササイズ

◆ベルビックスレッチ認定インストラクター Yuki  
◆10/4, 11, 18, 25, 11/8, 15, 22, 12/6, 20  
◆11:15～12:15  
◆13,500円/全9回

#### ブチカイロプラクティック塾

～自分でできる骨盤矯正1・2・3!!～

◆日本カイロプラクティック連合会会員 金澤玲子  
◆10/7, 21, 11/18, 12/2, 16  
◆13:30～15:00  
◆7,500円/全5回(別途ゴムバンド代7350円※500円/回で貸し出し有)

#### ボディデザイン 骨盤体操

◆全健会 あおいグループ  
◆日本カイロプラクティック連合会会員 伊藤順子  
◆10/14, 21, 11/18, 12/2, 16  
◆19:00～20:30  
◆7,500円/全5回

#### Aヨガ

◆Aヨガインストラクター-PHピラティスインストラクター・ハンキー療法士 谷川美智子  
◆10/7, 14, 21, 28, 11/11, 18, 25, 12/2, 9, 16  
◆10:00～11:00  
◆15,000円/全10回

#### メンタルヘルス・ヨガ

◆チャンバカ ヨガセラピスト/カウンセラー Chizu  
◆10/12, 19, 26, 11/9, 16, 30, 12/7, 14, 21  
◆18:45～19:45  
◆13,500円/全9回

#### くびれ美人～ゆらしてしめて骨盤キレイ～

◆ビューティーヘルヴィス 登録養成コース修了  
◆フィットネスインストラクター 山村利枝子  
◆10/4, 11, 18, 11/1, 8, 15, 22, 12/6, 13, 20  
◆13:00～14:00  
◆15,000円/全10回

### からだスッカリ! シェイプアップ

～1ヶ月短期集中講座～

◆健康姿勢アドバイザー Peakピラティス  
◆アドバンスマツ認定講師 柴田敦子  
◆10/7, 14, 21  
◆13:00～14:00 ◆4,500円/全3回

#### 道具を使って体すっきりピラティス

◆奈於 ピラティススタジオ ルーエ代表 神田奈於  
◆10/28, 11/11, 25, 12/9  
◆19:00～20:00  
◆6,000円/全4回

#### シェイプアップピラティス

◆スタジオヘルスタ専属講師  
◆FTPマツピラティスインストラクター 中村朋子  
◆10/6, 13, 20, 27, 11/10, 17, 24, 12/8, 15, 22  
◆13:00～14:00  
◆15,000円/全10回(別途テキスト代1,500円/セラバンド1,575円)

#### リンパリフレッシュ体操

◆ワールドリンパアカデミー認定講師 鈴木則枝  
◆10/5, 19, 11/2, 16, 12/7, 21  
◆10:00～11:30  
◆9,000円/全6回

#### 癒しのヨガ～心も身体もリフレッシュ～

◆PFAヨガコーチ 日原範子  
◆10/13, 27, 11/10, 24, 12/8, 22  
◆10:00～11:00  
◆9,000円/全6回

#### 気功とやさしい気功太極拳(基本)

◆気功講師 寄川鏡子  
◆10/5, 19, 11/2, 16, 12/7, 21  
◆15:15～16:45  
◆9,000円/全6回(別途教材費1,000円初回のみ)

#### 楽々ポーズですっきりヨガ～中高年～

◆チャンバカ ヨガセラピスト・シニアヨガ指導者養成講座修了  
◆Chizu  
◆10/14, 28, 11/11, 25, 12/9  
◆11:15～12:15  
◆6,250円/全5回

### ヘルス&エクササイズ

#### ダンス

◆10/14, 28, 11/11, 25, 12/9  
◆13:00～14:30  
◆7,500円/全5回

#### アート

◆10/14, 28, 11/11, 25, 12/9  
◆16:00～17:30  
◆11,700円/全9回(別途教材費800円)

### キッズ

#### ファーストサイン

2012年2月までの継続講座です。  
◆内閣府認証NPO法人ロイヤルセラピスト協会認定講師 三浦恵美  
◆10/28, 11/18, 12/16, 1/20, 2/17  
◆10:00～11:30  
◆7,500円/全5回(別途教材費5,000円)

#### ベビーマッサージ

◆対象:生後2ヶ月～1歳頃までのお子様  
◆内閣府認証NPO法人ロイヤルセラピスト協会認定講師 三浦恵美  
◆10/13, 27, 11/10, 12/8, 22  
◆10:15～12:15  
◆7,500円/全5回(別途オイル代2,730円)

#### ベビーヨガ

◆対象:生後2ヶ月～あよまで  
◆インド中央政府公認インストラクター ゆかり  
◆10/14, 28, 11/11, 25, 12/9  
◆13:00～14:30  
◆7,500円/全5回

#### プロダンサーSHINNOSUKEのキッズダンスレッスン(幼児クラス・小学校低学年クラス)

◆プロダンサー SHINNOSUKE  
◆10/13, 20, 27, 11/10, 17, 24, 12/1, 8, 15, 22  
◆【幼児クラス】16:30～17:30 【小学校低学年】17:45～18:45  
◆12,000円/全10回

#### Jr.JAZZ

◆対象:小1～  
◆ダンススペースBAZZ 主宰 大山直子  
◆10/5, 12, 19, 26, 11/9, 16, 30, 12/7, 14, 21  
◆17:15～18:15  
◆12,000円/全10回

#### 子ども絵画造形教室

◆対象:3歳～小6まで  
◆はままつ美術研究所  
◆児童画講師 太田敦子  
◆10/11, 18, 25, 11/1, 8, 15, 12/13, 20, 27  
◆16:00～17:30  
◆11,700円/全9回(別途教材費800円)

### 親子のためのリトミックランド(A・B)

◆対象:1歳半～3歳  
◆ピアノリトミック講師 矢野裕子  
◆10/6, 20, 11/17, 12/1, 15  
◆【A】10:15～11:00 【B】11:15～12:00  
◆6,500円/全5回

#### 子ども書道

◆静岡県書道連盟常任理事 浜松書道研究会常任理事 大杉汀華  
◆10/4, 25, 11/1, 15, 12/6, 20  
◆17:30～18:30  
◆9,000円/全6回

#### 子ども将棋教室

◆小学生未満の方は親子同伴でお願いします。  
◆(公)日本将棋連盟公認 将棋普及指導員 神戸博・30期全日本アマ名人 芝裕  
◆10/2, 9, 23, 30, 11/13, 27, 12/4, 11, 25  
◆13:00～15:30 ◆11,250円/全9回

#### おやこでえいご

◆対象:1歳半～未就園児  
◆親子のお楽しみスペース Green Leaf主宰 田中愛  
◆10/28, 11/11, 25, 12/9  
◆10:00～11:00  
◆6,000円/全4回(別途教材費800円)

#### ジュビロジュニアチアJubies(低学年1～3年生) 高学年(4～6年生)

◆Jubiesインストラクター ◆毎週金曜日  
◆【低学年】16:30～17:40 【高学年】18:00～19:10  
◆お申し込み・お問い合わせセジュロ磐田 TEL:0538-36-4675  
http://www.jubilo-iwata.co.jp

#### キッズバレエ

◆対象:3歳～小2  
◆佐藤典子舞踊団 専任教師 福澤舞  
◆10/1, 8, 15, 22, 11/12, 19, 26, 12/3, 10, 17, 24  
◆15:30～16:30  
◆16,500円/全11回

### ダンシング

#### これから始めるフラメンコ

～50歳から～

◆ロサリオカッター+80 フラメンコスタジオ 主宰 太田有香  
◆10/5, 19, 11/2, 16, 30, 12/7  
◆10:00～11:00 ◆10,800円/全6回

#### 社交ダンス～初級コース～

◆(財)日本ボールルームダンス連盟  
◆プロダンスインストラクター 伊藤美雪  
◆10/4, 18, 11/1, 15, 12/6, 20  
◆13:30～14:30 ◆9,000円/全6回

#### JAZZ

◆ダンススペースBAZZ専属インストラクター 鈴木さくら  
◆10/6, 13, 20, 27, 11/10, 17, 24, 12/1, 8, 15  
◆19:00～20:30  
◆15,000円/全10回

### ストリートJAZZ

◆ダンススペースBAZZ 主宰 大山直子  
◆10/4, 11, 18, 11/1, 8, 15, 22, 12/6, 13, 20  
◆10:00～11:30  
◆15,000円/全10回

#### 初めてのベリーダンス

◆ベリーダンス講師 KAORI  
◆10/1, 15, 11/19, 26, 12/3, 17  
◆11:00～12:00  
◆9,000円/全6回

### キッズ

#### アート

◆10/14, 28, 11/11, 25, 12/9  
◆16:00～17:30  
◆11,700円/全9回(別途教材費800円)

### ミュージック

#### サクスを吹こう!

◆フリーランス 近藤春菜  
◆10/5, 19, 11/16, 12/7, 21  
◆19:00～20:00  
◆10,000円/全5回

#### ときめきウクレレアンサンブル

◆マサ ウクレレ スタジオ代表・講師  
◆倉岡マサ・倉岡真理  
◆10/12, 26, 11/9, 23, 12/14, 28  
◆10:00～11:30  
◆15,000円/全6回

### 「二胡を弾こう」

～楽しく、のんびり上達しちゃおう♪～

◆天華二胡学院(東京)所屬 村松克子  
◆10/5, 19, 11/2, 16, 30, 12/7, 21  
◆13:30～15:00 ◆17,500円/全7回

#### GOSPEL(ゴスペル)

◆浜松ゴスペルネットワーク代表  
◆ゴスペルシンガー&ディレクター CHUBBY(チャビィ)  
◆10/12, 26, 11/9, 23, 12/14, 28  
◆13:00～15:00  
◆7,800円/全6回(別途教材費500円/月)

### アート

#### パステルなごみアート

～指で描く癒しのパステル画～

◆日本パステルアート協会 公認インストラクター 杉澤富美子  
◆10/14, 28, 11/11, 25, 12/9, 23  
◆10:00～11:30 ◆10,800円/全6回(別途教材費500円/回)

#### デッサン&色鉛筆画

◆絵画教室 アトリエ・オーブの木 主宰 近藤智枝  
◆10/5, 19, 11/9, 16, 12/7, 21  
◆10:15～12:15  
◆12,000円/全6回(別途教材費500円)

#### 楽しい似顔絵

◆イラストレーター 石津公絵  
◆10/11, 25, 11/8, 22, 12/13, 27  
◆10:00～12:00  
◆12,000円/全6回(別途教材費500円)

### これから始める楽しい絵手紙

～くらしの中にときめきを求めて～

◆日本絵手紙協会公認講師  
◆平山貴康  
◆10/1, 15, 11/19, 12/3, 17  
◆10:00～12:00  
◆7,500円/全5回(別途教材費262円～、初めての方のみ5,280円)

#### たのしく描く詩画習会

◆自遊画家  
◆ヤマモリコウジ  
◆10/5, 19, 11/2, 16, 12/7, 21  
◆13:00～15:00  
◆15,000円/全6回  
(別途色紙代500円～)

### ホビー

#### ワイン入門講座

◆ワインハウス新美 アドバイザー 新美尚巳  
◆10/14, 11/11, 12/9  
◆19:00～21:00  
◆4,500円/全3回(別途教材費9,000円)

#### 愛犬講座～ワンちゃんの困ったこと解決セミナー～

◆犬の相談室主宰 永井孝治  
◆10/23, 11/27, 12/25  
◆10:00～12:00  
◆5,400円/全3回

#### マダムリフが提案するテーブルデコレーション

①大人のハロウィン ②秋のテーブル ③クリスマスのテーブル  
◆飾り代表 片山葉子  
◆①10/8 ②11/12 ③12/10  
◆10:30～12:00  
◆2,000円/各回

#### シニアのためのふれあい将棋道場

◆(公)日本将棋連盟公認 将棋普及指導員 神戸博・30期全日本アマ名人 芝裕  
◆【A】10/2, 9, 23 【B】11/13, 27 【C】12/4, 11, 25  
◆13:00～17:00  
◆【A】13,750円/各全3回 【B】2,500円/各全2回

### ワイン入門講座

◆ワインハウス新美 アドバイザー 新美尚巳  
◆10/14, 11/11, 12/9  
◆19:00～21:00  
◆4,500円/全3回(別途教材費9,000円)

#### 囲碁(入門・初級)

◆日本棋院囲碁普及指導員 池沼晃  
◆10/14, 21, 28, 11/11, 18, 25, 12/2, 9, 16  
◆13:30～15:30  
◆9,000円/全9回

#### ガーデンニング

①ヒューケラでオータムカラーの寄せ植え  
②多肉植物のリース  
③お正月寄せ植え  
◆直香園芸代表 岡本直樹  
◆①10/21  
◆②11/18  
◆③12/16  
◆10:00～11:30  
◆1,500円/各回  
(別途教材費①2,500円 ②③3,000円程度)

### かんたんデジカメ教室

◆PHOTOGRAPHER 大関正行  
◆【A】10/6, 20(木) 【B】11/16, 30(水)  
◆19:00～20:30  
◆4,000円/各全2回

入会規約	一般の方	サーラカード会員	高校生・大学生 専門学校生	70歳以上の方および 中学生以下の方
※一定人数に満たない場合は閉講する場合があります。 ※開講時間の10分前にはお越しください。 ※写真はすべてイメージです。 (1)本アカデミーを受講する際には入会が必要です。(一部入会せず受講できる講座もございます)入会する際には、本教室の受付でのみ承ります。申込書に必要事項を記入し、入会金を現金もしくはクレジットカードで一括払にてお支払いください。入会金は、3150円です。ただし、サーラカード会員は2100円、70歳以上の方および中学生以下の方は無料、大学・専門学校・高校生は半額とします。 (2)未成年者が会員になるときは、保護者の同意を得て申込みものとします。この場合保護者は、当入会規約に基づき責任を負うものとします。(3)入会金は、いかなる理由があっても返金できません。(4)会員の有効期限は、36ヶ月とします。	¥3,150	¥2,100	¥1,575	無料

※割引対象となる方は証明となる  
許証、保険証、学生証などをお持ち  
会員の有効期限は36ヶ月です。3  
ますと更新の手続きが必要となり  
無料)、その際には受付までお越し