

いけば花・創作フラワー

※受講料は3ヵ月分(1・2・3月) [税込]

いけばな嵯峨御流 TRY 資格取得
 日 時/月曜日(第1・3) 17:00~19:00
 講 師/嵯峨御流華道総司所 名誉教授 川嶋 牧甫
 受講料/9,900円
 いけばなの基本を学びながら自然の花、草木を通して自分を表現できるように指導します。

フラワージュエリー&プリザーブドフラワー TRY 資格取得
 日 時/火曜日(第1) 10:00~12:00
 講 師/国際フラワージュエリー協会 代表 興 淳子
 受講料/4,950円
 プリザーブドフラワーの総合レッスンです。フラワージュエリーはお花を閉じ込めて宝石のような作品を作ります。

草月流のいけばな TRY 資格取得
 日 時/水曜日(第2・4)
 ①13:00~15:00 ②17:30~19:30
 講 師/草月流師範会理事 中島 舟白
 受講料/9,900円
 季節の植物とともに創造する楽しさ、空間を変化させる魅力があります。わかりやすいテキストを使って、基本から自由へ。

ワンランク上のプリザーブドフラワー TRY 資格取得
 日 時/木曜日(第3) 13:00~15:00
 講 師/グローバルフラワー アカデミー
 プリザ・デコ・JAPON 正教授 横山 博子
 受講料/4,950円
 本物のプリザーブドフラワーを主体にシャボンフラワーやドライフラワーなどを取り入れた楽しい講座です。

いけば花 池坊 TRY 資格取得
 日 時/木曜日(第1・3) 18:30~20:30
 講 師/池坊岐阜支部名誉顧問 中村 久恵
 受講料/9,900円
 伝統文化のいけばなも、新しい創造が加えられ今日の美しい姿があります。盛花、自由花、生花、立花新風体まで。

マミフラワーデザインスクール TRY
 楽しみながらフラワーデザインを学ぶ
 日 時/金曜日(第1・3) 18:30~20:30
 講 師/フラワーステップ 代表 服部 倫枝
 受講料/9,900円
 季節の花を使ったテーブルアレンジやコサージュなど、センスの良さを感じさせるデザインを身につけましょう。

フラワーアレンジメント TRY
 日 時/土曜日(第2・4) 10:00~12:00
 講 師/フラワーデザイナー 川瀬 純久
 受講料/17,160円(花材費込)
 普段や特別な時にも使われるお花、プレゼントしたり、ご自分のために作ったり。お花屋さんでしか聞かないエピソードもユニークです。

語学・教養・資格

※受講料は3ヵ月分(1・2・3月) [税込]

楽しく学ぶフランス語・フランス文化(初級) TRY
 日 時/月曜日(第2・4) 13:30~14:30
 受講料/13,200円
 シャンソンを歌ったり映画や料理などフランス文化も学びます。簡単な会話を楽しく時間を共有しましょう。

1月10日スタート 基礎から学ぶフランス語(入門) TRY
 日 時/月曜日(第2・4) 14:40~15:40
 受講料/13,200円
 簡単な日常会話ができる様に、正しい発音や読み書きを基礎から学びます。
 岐阜日仏協会会長 飯塚 保江

魅力をアップする話し方 TRY
 日 時/火曜日(第1・3) 13:30~15:00
 講 師/武山アナウンスオフィス所属 講師 高橋 佳香
 受講料/9,900円
 腹式呼吸を意識して発音・活舌練習を行い、表情筋を動かし、敬語や会話のマナーを学びます。表現力を磨きましょう。

1月11日スタート 心ほどけるコミュニケーション講座 TRY
 日 時/火曜日(第2・4) 10:00~12:00
 講 師/konote代表 吉田 伸枝
 受講料/13,200円
 参加型の講座です。個性診断や自己分析ツールを活用しながら、多様なモノの見方を手に入れ、人間関係が円滑になるコミュニケーション力を育みます。

やさしく身につく英会話 TRY
 日 時/水曜日(第2・4) 10:30~11:30
 講 師/英会話講師 ビスワ スワプナ
 受講料/13,200円
 身近な話題を中心に簡単な英会話を基礎から学びましょう。

1月19日スタート ①1月7日スタート スペイン語 個人レッスン TRY
 30分無料カウンセリング
 日 時/①水曜日(第1・3) 17:30~18:30
 ②金曜日(第1・3) 15:30~16:30
 受講料/各26,400円
 ネイティブ講師との1時間のレッスンです。本格的に学びたい方、目的やレベルに合わせて楽しくレッスンします。

楽しいスペイン語会話 TRY
 日 時/金曜日(第1・3) 13:30~14:45
 受講料/13,860円
 世界の4億人が話すといわれるスペイン語。やさしい日常会話、発音、読み書きを楽しく学びます。
 スペイン語講師 奥田 マリサ

会話をしよう! 韓国語 TRY
 日 時/木曜日(第2・4) 11:00~12:00
 講 師/韓国語講師 文明順
 受講料/13,200円
 韓国語を聞いて話して会話を学びましょう。日常生活や旅行先での表現を学びます。

音楽

※受講料は3ヵ月分(1・2・3月) [税込]

はじめての津軽三味線 TRY
 日 時/月曜日(第1・3)
 ①14:30~15:30 ②15:45~16:45
 ③18:30~19:30 ④19:30~20:30
 講 師/津軽三味線演奏家 糸音(しおん)主宰 田中 隆史
 受講料/各17,160円 [レンタル可]
 初心者の方対象に、基本から取り組んでいきます。めざせ津軽じょんから節!(少人数のグループレッスン)

シニアから始める健康ピアノ TRY
 日 時/火曜日(第1・3)
 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45
 講 師/「雅」ゆったりピアノ教室講師 竹中 雅代
 受講料/各9,900円 [レンタル可]
 楽譜が読めなくても大丈夫。指の運動は、脳の活性化につながります。電子キーボードを進めていくグループレッスンです。

1月18日スタート お箏~気軽に楽しく~(個人レッスン1人30分) TRY
 日 時/①火曜日(第1・3) 13:00~14:50
 ②木曜日(第1・3) 19:00~20:50
 講 師/箏・三絃講師 筑間 千賀
 受講料/各16,500円 [レンタル可]
 日本の伝統楽器のお箏で雅の心を奏でてみませんか。

レディース・コーラス入門 TRY 女性
 ~二部合唱を楽しもう~
 日 時/火曜日(第2・4) 10:15~11:15
 講 師/女声合唱団ヴォーチェ・マルガリータ指導者 音楽家 宮腰 きぬ子
 受講料/9,900円
 馴染みの歌を二部合唱で楽しめます。ハタカラ体操やアイエオ体操の発声練習で口腔機能もアップします。

1月11日スタート 初めてでも楽しいミュージックベル TRY
 日 時/火曜日(第2) 13:00~14:00
 講 師/「雅」ゆったりピアノ教室講師 竹中 雅代
 受講料/6,600円
 初めてでも手軽に音色を楽しめ、一人一人が担当の音を振り、みんなで仕上げていきます。楽譜の読めない方でも演奏できます。

やさしい大人のピアノ 個人レッスン TRY
 日 時/水曜日(第1・3)
 ①10:00~11:50 ②13:00~14:10
 講 師/「雅」ゆったりピアノ教室講師 竹中 雅代
 受講料/16,500円
 個人のペースで無理なくできる初めての方対象のピアノ個人レッスンです。(1人30分)

歌で元気に!! 童謡・唱歌・流行り歌 TRY
 日 時/水曜日(第1・3) 15:30~16:30
 講 師/声楽家 松原 由美子
 受講料/9,900円
 美しい情景を思い浮かべたり、懐かしい歌を、体全体で、気持ちよく歌いましょう。

やさしいギター TRY
 日 時/水曜日(第2・4) 10:00~11:00
 講 師/ギター講師 服部 靖
 受講料/16,500円
 初心者の方、経験のある方など個人のレベルに合わせて進めていくグループレッスンです。

たのしくウクレレ TRY
 日 時/水曜日(第2・4) 11:00~12:00
 講 師/ウクレレ講師 服部 靖
 受講料/16,500円
 初めての方でもウクレレを楽しく弾けます。手軽に持ち運べ、どこでも演奏を楽しむことができます。

楽しくいきいきカラオケ教室I TRY
 日 時/木曜日 10:00~12:00
 講 師/歌謡講師 長尾 登子
 受講料/13,200円(10回分)
 新曲を3週で完全にマスター出来ます。腹筋で軽く発声をしながら、からだをほぐし、楽しく歌いましょう。

楽しくいきいきカラオケ教室II TRY
 日 時/木曜日 13:00~15:00
 講 師/歌謡講師 棚瀬 幹夫
 受講料/13,200円(10回分)
 2回で1曲の新曲をマスターします。歌は好きだけれど歌ったことがない方も一緒に歌っていきましょう。

こころ癒すオカリナ(入門) TRY
 日 時/金曜日(第2・4) 10:30~11:30
 講 師/オカリナ奏者 講師 三宅 良美
 受講料/9,900円 [レンタル可]
 基礎を学びつつ簡単な曲から挑戦していきます。音譜が読めなくてもフレンドがある方も大丈夫です。

大人のためのクラシックギター
 日 時/金曜日(第1・3) 19:30~20:20
 講 師/岐阜県ギター協会会長 真詮ギタースクール主宰 川瀬 寛
 受講料/14,520円 [レンタル可]
 初めてギターを手にする方も、弾ける方も個々のペースに合わせて学び、一緒に楽しみましょう。

楽しい篠笛・能管教室 TRY
 日 時/土曜日(第1・3) 10:30~12:00
 講 師/現代邦楽会 みさと笛一級師範 河合 保
 受講料/11,220円 [レンタル可]
 (初心者)テキストに沿って、簡単な曲を吹けるようになります。(経験者)色々な曲を習得し、合奏を楽しみます。

楽しいカラオケ教室 TRY
 日 時/土曜日(第1・3) 14:30~16:30
 講 師/クラウン専属歌手 しいの 実
 受講料/14,520円
 歌は楽しく唄うこと、メロディーをはっきり取ることを基本に、お好きな曲に合わせて丁寧にレッスンしていきます。

やさしいリコーダー TRY
 日 時/土曜日(第2・4) 10:00~12:00
 講 師/リコーダー講師・演奏家 下畑 都夫
 受講料/9,900円 [レンタル可]
 音符が読めない方、指の位置がわからなくても基本から進めていきます。日本の名曲からクラシックまで楽しく吹いてみましょう。

健康・ダンス

※受講料は3ヵ月分(1・2・3月) [税込]

やさしいホームヨーガ TRY
 日 時/月曜日 10:00~11:30
 講 師/日本ヨーガ学会講師 早川 満代
 受講料/16,500円
 「からだ」が語る声なき声を聞きながら瞑想します。ポーズと呼吸法とマントラを中心に基礎から学びます。

~アロハハワイ気分~ 楽しいフラダンス 女性
 日 時/①月曜日(第1・3) 19:15~20:30
 ②金曜日(第1・2・3) 13:00~14:15
 講 師/フラ ハーラウ オカパアアロハ 岡部 ますよ
 受講料/①11,220円 ②16,830円
 基礎となるステップから始まり心地よいメロディにあわせて踊ります。心身ともにリラックスできます。

いきいき健康! フラダンス TRY 女性
 日 時/月曜日(第2・4) 13:30~14:30
 講 師/フラ ハーラウ オカパアアロハ 岡部 ますよ
 受講料/11,220円
 フラのゆったりとした動きは、負担なく筋力がつき運動不足とストレス軽減に効果があります。(初心者対象)

中高年のための健康太極拳 TRY
 日 時/水曜日(第1・2・3) 13:30~15:00
 講 師/日本健康太極拳協会 師範 早川 百合子
 受講料/11,880円
 深く長い呼吸で全身の筋肉や関節をゆるめ、気血の流れを促し、肩こりや腰痛などを解消する健康体操です。

ベリーダンス RE TRY 女性
 日 時/水曜日(第1・3) 19:00~20:00
 講 師/Belnur 主宰 YOKO
 受講料/11,220円
 ベリーダンスの基礎を中心に、アラブの音楽に合わせて、楽しく身体を動かし、美しさを磨いていきましょう。

大人のバレエ入門 TRY 女性
 日 時/木曜日 15:30~16:30
 講 師/小幡子バレエ団講師 梅田 有希
 受講料/19,800円
 ストレッチ・バレエの基本を通して体の筋肉を鍛え、美しい姿勢と健康を目指しましょう。

バレリーナ エクササイズ 女性
 日 時/金曜日 11:00~12:00
 講 師/川島ナナバレエ研究所 教師
 受講料/19,800円
 体が硬くても、経験がない方でも大丈夫。姿勢が良くなり、体の歪みも改善し理想の体形に近づけます。

基礎から学ぶフラダンス(入門編) TRY 女性
 日 時/金曜日(第1・3) 14:45~16:00
 講 師/フラ ハーラウ オカパアアロハ コークア 栗野 由紀
 受講料/11,220円
 フラの基礎であるベーシックステップを中心にじっくりと学べるコースです。

~おなかとお尻引きしめ~ピラティスヨガ TRY 女性
 日 時/土曜日 12:45~13:45
 講 師/フィットネスインストラクター RIKKA
 受講料/17,820円
 ヨガとピラティスをベースにおなかとお尻を引き締めていきます。ダイエット効果とリラックス効果が期待でき、初めての方や体が硬い方でも大丈夫です。

初心者のための健康太極拳 TRY
 日 時/土曜日(第1・3) 10:30~12:00
 講 師/日本健康太極拳協会 師範 谷沢 真弓
 受講料/7,920円
 ゆっくり呼吸しながら体を動かし、免疫力を高めた健康な体へと導きます。無理なくできる全身運動です。

和のおけいこ

※受講料は3ヵ月分(1・2・3月) [税込]

茶道 表千家~立礼のおもてなし~ TRY 資格取得
 日 時/①月曜日(第1・3) 13:00~15:00
 ②火曜日(第1・3) 19:00~21:00
 講 師/表千家教授 臼井 宗芳
 受講料/各11,220円
 おもてなしの心を学び、至福の時間を感じるお茶を立礼(椅子とテーブルを用いた点前)で楽しみます。

きれいに早く簡単に着つけ(基礎) 女性 資格取得
 日 時/①月曜日 14:00~16:00
 ②水曜日 18:30~20:30
 講 師/小林豊子美容学院 分校長 中岡 豊優華
 受講料/各16,500円(10回分)
 美しく楽にひとりで早く着られるように基本から学びます。基礎から応用、師範へと進んでいきます。 ※希望日よりスタート可

心を結ぶ俳句 問
 日 時/木曜日(第2) 10:00~12:00
 講 師/「つちくれ」俳句会 主宰 今津 大天
 受講料/5,610円
 俳句は想像力を膨らませ、心を豊かにしてくれます。身近に感じたことを「五・七・五」で表現してみましょう。

民謡・新舞踊 TRY
 日 時/土曜日(第2・4) 14:30~16:30
 講 師/日本民謡・新舞踊協会 主任教授 河村 徳子
 受講料/9,900円
 古くから全国各地に伝わる民謡、演歌の曲に合わせて楽しく踊る新舞踊。一緒に踊ってみませんか。

