

いけ花・創作フラワー

※受講料は3ヵ月分(税込)

空間ディスプレイを楽しむ  
プリザーブドフラワー

講 師／フルールドゥジュリア 主宰 横山博子  
日 時／水曜日(第2) 19:00～20:50  
受講料／5,610円

空間を生かしたフラワーインテリアを学び、オリジナル作品を作ります。お好きなお花の色を選べます。

新感覚フラワーアレンジメント『開花道』

講 師／アポールフラワーアカデミー 代表 田中朝代  
日 時／木曜日(第3) 10:30～12:00  
受講料／6,600円

暮らしにお花のエネルギータラピー効果を取り入れ、笑顔の花を咲かせる至福の花時間。

～免疫力アップ～  
楽しいフラワーアレンジメント

講 師／ステラ・ブルー主宰 浅野麻水  
日 時／金曜日(第1) 10:30～12:00  
受講料／5,610円

カラフルなお花をふんだんに使い、おしゃれな癒やしの空間演出します。

四季を楽しむ生け花

講 師／池坊岐阜中央支部支部長 大島綾子  
日 時／金曜日(第1) 15:00～16:00  
受講料／5,280円

現代の暮らしの空間に合う生け花を楽しんでみませんか。四季折々さまざまな草木や花の美しさに触れる和やかな時間です。

暮らしを彩る幸セリース

講 師／アポールフラワーアカデミー 代表 田中朝代  
日 時／土曜日(第2) 10:15～12:15  
受講料／6,600円

生花、プリザーブドフラワーの豊富な花材を用いて、さまざまな形のリース作りを楽しみます。

語 学

※受講料は3ヵ月分(税込)

楽しく学ぶスペイン語(初級)

講 師／スペイン語講師 奥田マリサ  
日 時／日曜日(第1・3) 13:00～14:00  
受講料／13,200円

少し経験のある方を対象にした初級クラスです。基本的な文法と簡単な日常会話を学びながら、楽しくスペイン語をレベルアップしましょう。

楽しく話そう中国語

日 時／火曜日(第2・4) 10:00～11:00  
受講料／11,220円

声調や発音に慣れずることなく、まずは声に出して練習です。新しい言葉が言えるようになったご自身にいいね! を、楽しみながら学びましょう。

中国語つぎへの一歩

日 時／火曜日(第2・4) 11:10～12:10  
受講料／11,220円

実践で使えて役立つ中国語を学びます。中国の文化に触れながら、仲間と一緒に楽しく学びましょう。基礎からのステップアップにおすすめです。

会話力をつける! 韓国語講座 入門/初級/中級

講 師／韓国語講師 安元會  
日 時／木曜日(第2・4)  
〈初級〉10:15～11:15  
〈入門〉11:25～12:25  
〈中級〉12:30～13:30  
受講料／13,200円

発音の練習、会話を多く取り入れた楽しい参加型の内容です。音楽やドラマ、旅行などに学んだ成果を生かしてみませんか。

大人のためのリラックス英会話

講 師／Private English School 英語事業部 河合慶子  
日 時／金曜日(第2・4) 13:30～14:30  
受講料／11,550円

初心者、シニアの方、歓迎です。大人の方向けのやさしい基礎英会話講座です。

～お仕事帰りにリフレッシュ～ 初級英会話

講 師／Private English School 英語事業部 河合慶子  
日 時／金曜日(毎週) 19:00～20:00  
受講料／23,100円

もし英語がしゃべれたら…と悩んでいるなら諦めないで始めてみましょう。楽しくレッスン。

こども

※受講料は3ヵ月分(税込)

元気にチアダンス☆  
◆対象/年長～小学生女児

講 師／チアダンスインストラクター 堀恭子  
日 時／月曜日(第1・3) 17:00～18:00  
受講料／9,240円

「笑顔・元気・思いやり」を基に、リズム感と柔軟な体、協調性などが身に付きます。

親子の絵画教室

◆対象/5歳～小学生(小学2年生までは親子でご受講ください)  
講 師／洋画家、美遊会代表 高橋正明  
日 時／火曜日(第2) 17:00～18:00  
受講料／親子1組:6,600円  
お子様のみ:4,950円

絵を描くことを通じて想像力を育て、自己表現や創造する力を伸ばしましょう。

こどもバレエ

③3歳～小学1年生 ⑥小学2年生～小学6年生  
講 師／川島ナナバレエ研究所 教師  
日 時／水曜日(毎週)  
④16:30～17:30 ⑥17:30～18:30  
受講料／16,500円

クラシックバレエの基本を親切丁寧に指導します。子どもの豊かな心と健康な身体を養います。

お茶のおけいこ

◆対象/3歳～中学生  
講 師／表千家教授 日比野宗悠  
日 時／土曜日(第2・4) 10:30～11:30  
受講料／7,260円

おいしいお菓子をいただいたながら、お作法から点前まで、やさしく楽しくお稽古します。

プッシュ体験講座

歌って! 笑って!  
脳のトレーニングをしよう!

6月17日(火) 10:00～11:20

講 師／脳トレビデオ®エグゼクティブ講師  
歌って倶楽部認定講師  
山下真実、鈴木恵理子

受講料／1,100円

【持ち物】筆記用具

音楽を楽しみながら脳のトレーニングができる、歌中心のプログラムです。楽譜が読めなくても大丈夫!和気あいあいとした楽しい雰囲気でのブループレッスンです。

マンガイラストを描いてみよう!

6月18日(水) 10:00～12:00

講 師／漫画家、イラストレーター 広東もな  
受講料／1,650円  
教材費／100円

【持ち物】鉛筆(シャープペンシル) 消しゴム

代表作「肉まん先生」「くらげ家族」などで人気の広東もな先生から、初心者でも簡単に上手に描けるコツを学ぶことができます。

©広東もな/Episword.Ltd

マンガイラストを描いてみよう!

6月18日(水) 10:00～12:00

講 師／漫画家、イラストレーター 広東もな  
受講料／1,650円  
教材費／100円

【持ち物】鉛筆(シャープペンシル) 消しゴム

代表作「肉まん先生」「くらげ家族」などで人気の広東もな先生から、初心者でも簡単に上手に描けるコツを学ぶことができます。

©広東もな/Episword.Ltd

毎日続けられる  
チェアヨガを体験しよう!

6月19日(木) 10:45～11:45

講 師／bijja認定ヨガ講師 松葉薫  
受講料／1,100円

【持ち物】動きやすい服装、水分 タオル

体が硬い人、自由に動かせない箇所がある人でも無理なく行えるヨガです。体を気持ちよく動かすことを継続、習慣化し、すてきなシニア期を過ごしましょう。

イタリア語で  
オペラ・カンツォーネを歌おう

6月22日(日) 10:00～11:30

講 師／オペラ歌手 日比野ゆう子  
受講料／1,100円

【持ち物】筆記用具、水分

有名なオペラ・カンツォーネを楽しく歌いましょう。初めての方も豊かな声で歌えるように発声から丁寧に指導いたします。

夏の特集

世界に一つ、自分らしさを詰め込んだウエディングアイテムを作ってみませんか。ウエルカムに飾るアレンジとボード、ブルズブーク、ラウンドブークを制作します。

①ウエルカムアレンジ(プリザ)  
②ウエルカムボード(アーティフィシャル)  
③ブルズブーク(アーティフィシャル)  
④⑤ラウンドブーク(プリザ)  
※①④はご希望の色を選んでいただけます。  
※4回目後、ご自宅でワイヤー掛けあります。

powered by Gifu Housing Gallery

夏の 受講生募集  
2025 7月▶9月

新しく始める、人生は楽しい。

岐阜プレミアムカルチャーズ  
Sa Ka Su. さかす

健康・ダンス

★7月9日スタート

ほぐしのプロが教えます!  
固まった体を柔らかくしよう

講 師／匠の女足技士 西垣直美  
日 時／水曜日(第2・4)  
19:30～20:30  
受講料／13,860円

肩のハリ、腰の痛み、膝の痛みなど疲れた体をセルフケアしたい方におすすめ。フォームローラー、硬式テニスボールなどを使い、固まった筋肉を柔らかくしましょう。

6月25日(水) 19:30～20:30  
受 1,100円

【持ち物】動きやすい服装、水分、タオル、ヨガマット フォームローラー ※お持ちの方

趣味と暮らし

★7月2日スタート

自分色を知って魅力アップ!  
パーソナルカラー講座 全3回

講 師／イメージコンサルタント 大谷ハルナ  
日 時／水曜日(第1) 10:30～12:00  
受講料／9,240円

色ので自分で自分を美しく輝かせるパーソナルカラーを学びませんか。個別のパーソナルカラー診断も行います。診断、色の効果を生かしたメイクやファッションをコーディネートしてみよう。好印象、若みえなど自分の魅力を引き出します。

①パーソナルカラーのお話  
②パーソナルカラー診断  
③メイクやファッションをコーディネート

こども

★7月7日スタート

みんな笑顔! こどもマジック教室

講 師／マジシャン TAKE  
日 時／月曜日(第1・3)  
17:00～18:00  
受講料／8,250円

対象/小学3年生ぐらい～

家族や友達に披露して主役になろう! こどもが大好きなマジックを学ぶことで自然と積極性や集中力、自己表現力などが身に付きます。

6月30日(月) 17:00～18:00  
受 550円

【持ち物】筆記用具

健康・ダンス

★7月23日スタート

楽しく歩いて、美しく健康になろう!

講 師／la chouchou ウォーキングトレーナー  
Mrs. of the year 2021 ジャパンファイナリスト  
FELISICHA代表 池田あゆみ  
日 時／水曜日(第4)  
10:00～11:30  
受講料／14,520円(6ヵ月分)

年齢とともに衰えていく体を、姿勢や歩き方を変えることで、健康で美しい体に導きます。反り腰、猫背、巻き肩、ぽっこりお腹などの悩みに効果的な姿勢と歩き方に変えていきましょう。まずは6ヵ月トライしましょう!

趣味と暮らし

★7月23日スタート

一から見直し!  
大人のメイクレッスン 全3回

講 師／メイクアップアドバイザー 大谷ハルナ  
日 時／水曜日(第4) 10:30～12:00  
受講料／9,240円

ご自分を美しく輝かせるメイク術を身につけませんか。

①美肌の土台づくり  
(スキんケア&ベースメイク)  
②印象の9割が決まるアイメイク!  
(眉&ポイントメイク)  
③自分に似合うトータルメイク術を身につける

夏期特別講座

★7月5日スタート

ブライダルフラワー  
～ウエディングアイテムの手づくりレッスン～ 全5回

7月5日(土)・19日(土)・26日(土)  
8月9日(土)・23日(土)

講 師／フルールドゥジュリア 主宰 横山博子  
時 間／13:00～15:30  
受講料／16,500円(全5回分) 材料費／39,600円(全5回分)

【持ち物】ワイヤーが切れるハサミ、グルーガン

世界に一つ、自分らしさを詰め込んだウエディングアイテムを作ってみませんか。ウエルカムに飾るアレンジとボード、ブルズブーク、ラウンドブークを制作します。

①ウエルカムアレンジ(プリザ)  
②ウエルカムボード(アーティフィシャル)  
③ブルズブーク(アーティフィシャル)  
④⑤ラウンドブーク(プリザ)  
※①④はご希望の色を選んでいただけます。  
※4回目後、ご自宅でワイヤー掛けあります。

夏期特別講座

★7月6日スタート

生成AIを学んで趣味や勉強  
仕事に生かそう! 全4回

7月6日(日)・20日(日)・8月3日(日)・17日(日)

講 師／生成AIプロンプトエンジニア 石丸孝志  
時 間／10:00～11:30  
受講料／7,700円(全4回分) テキスト代/800円

【持ち物】ノートパソコン(スマートフォン、タブレット可) USBメモリー

話題の生成AIは勉強や仕事に役立つ便利で創造的なツール。その仕組みや使い方を学び、文書、画像/絵、動画、音楽生成を体験します。上手に生成するためのコツや注意点も習得します。

①生成AIの基礎知識  
②使えるようにするための設定  
③文章を生成する  
④画像/動画/音楽を生成する

夏期特別講座

★7月8日スタート

中国語発音マスター 全6回

7月8日(火)・22日(火)・29日(火)・8月26日(火)  
9月9日(火)・30日(火)

講 師／中国語講師 澤田美智子  
時 間／19:00～20:00  
受講料／13,200円(全6回分) テキスト代/2,500円程

【持ち物】筆記用具

中国語の発音に特化したクラスです。発音の基礎を徹底的に訓練します。発音が安定すれば、リスニング力も向上、発話も楽しくなり、大きな進歩を感じることでしょう。短期集中で発音をマスターしましょう。

●講師プロフィール/大学で中国語を専攻し、航空会社に就職。主に日台間を結ぶ路線に勤務。上海万博では中国館のアテンダントとして多くの中国のお客さまをお迎えしました。現在は中国語の全国通訳案内士として中華圏のお客さまのツアーガイドもしています。

●新規募集の講座は、初回の1週間前までに催行人数に達しない場合、開講中止と判断させていただきますので、お早めに申込みください。

お申込み方法

※1日体験講座、特別講座の申込み方法は異なります。

1 事前に受講申込みをしてください

お電話、ご来店またはホームページから

2

下記のいずれかより  
受講料を前納してください

●銀行振込でのお支払い  
●払込用紙でのお支払い

3 お申込み完了

各講座がスタートします。  
その後のご連絡はいたしませんので、講座開始時間の5分前にはお越しください。

ほとんどの講座が毎月スタートでき、見学も可能です。

★NEW講座以外は継続開講の講座ですので、体験・見学で内容やレベルをご確認ください。

※満席の場合は体験・見学をお受けできません。

TRY 講座内で  
体験ができます  
(料金別途・要予約)

NEW 新規の講座です

RE 講座名と一部内容が  
変更された講座です

資格取得 希望の場合は  
資格取得できます

女性 女性限定の講座です

定員に達している場合がありますのでお問い合わせください

受講のご案内

【受講料などについて】  
●受講料はお申込み後、指定の期日までに3ヵ月分またはご案内の金額を前納してください。  
●納入された受講料は原則返金できません。  
●天災や教室側のやむを得ない事情で休講になった場合は、振替、相殺などに対応いたします。  
●欠席の場合、受講料などの返金や振替受講はありません。  
●教材費・材料費などが別途必要な講座があります。

詳しくは  
ホームページで  
ご確認ください

個人情報保護について

お客様の個人情報は、講座に関する連絡や当教室からのお知らせなどに使わせていただきますが、ご本人の同意なしに第三者に開示、提供することはありません。

お申込み・お問い合わせ

岐阜プレミアムカルチャーズ  
Sa Ka Su. さかす

058-383-7833

各務原市那加萱場町3-8 (第2・4月曜日定休)

イオンモール各務原インター 3F

info@gifu-sakasu.jp

東海北陸自動車道

新加納駅

那加駅

新那加駅

那加日新駅

市民公園前駅

各務原市役所前駅

JR高山本線

各務原市役所

21

自衛隊岐阜基地

那加日新駅

小佐野町

無料駐車場完備

イオンモール  
各務原インター3F

夏の プレミアム1DAY

大人の美しい浴衣の着方 女性

7月9日(水) 10:15～12:00

講 師／装束きもの学院 教授 若松 澄子、講師 足立 美恵子  
受講料／1,650円

【持ち物】浴衣、帯、肌着(スリッパ) 帯板、履ひも3本 薄手のタオル2枚、髪留め

きちんとした浴衣の着いで、今年の夏はお出かけしませんか。体形を美しく整える、疲れない、着崩れない着方をお教えます。帯結びは基本型と変わり結びを学びます。

おいしいアイスティーを楽しむ

7月19日(土) 10:30～12:00

講 師／Tea tres R 代表 ティーアドバイザー 笠原 鮎子  
受講料／2,750円  
材料費／1,200円

季節限定! 紅茶のアイスティーの基本的な作り方とアレンジティーを学ぶ特別レッスンです。おうちカフェやおもてなしティーに活躍! 良質な茶葉、お菓子とのマリアージュをお楽しみください。

館外提携講座

会場 コーエンゴルフ 2階打席 (岐阜市日野西1丁目1-1)

GOLF LESSON

HPGA日本女子プロゴルフ協会正会員・ティーチングプロフェッショナル資格A級の井上恵子プロが、やさしく教えます。

女性のためのゴルフレッスン

女性ならではの体の柔らかさを生かしたスイングやパワーを必要としない打ち方などをレッスン。

日時/指定火曜日 9:00～10:30 ※7月～9月は  
受講料/26,400円(3ヵ月・8回分) 夏季時間

ゴルフベーシックレッスン

ゴルフを基礎から見直し、自分に合った新しいゴルフスタイルをつくり上達を目指します。

日時/指定火曜日  
A 19:00～20:00 B 20:15～21:15  
受講料/22,000円(3ヵ月・8回分)

講師/井上恵子プロ

趣味と暮らし

※受講料は  
3ヵ月分(税込)

レディース健康マージャン

講師／日本プロ麻雀連盟 中部本部所属 若松正和  
日 時／(A)月曜日(第1・3) ①10:30～12:30 ②13:30～15:30  
③火曜日(第1・3) ①14:00～16:00 ②18:30～20:30  
受講料／11,220円  
指先を使い、仲間と会話を交わすことは、体にも脳にも良い刺激を与えと言われています。



誰でも簡単! マジック入門

講師／マジシャン TAKE  
日 時／月曜日(第1・3) 13:30～15:00  
受講料／11,880円  
プロマジシャンが初心者にも習得できるマジックを伝授!ご家庭やパーティーなどで披露する場合のコツや表現力もお伝えします。



中国茶～和みの時間～

講師／茶藝師 竹中綾子  
日 時／火曜日(第4) 13:30～15:00  
受講料／8,250円  
中国茶の基本的な知識に加え、貴重な茶を味わうことで「知る・楽しむ」から中国茶の世界を広げます。毎回2、3種類の茶葉をご用意。美味しいお菓子と一緒に。



読み聞かせ・声のセラピー

～心地よい音で聞かせる絵本の世界～  
講師／フリーアナウンサー 小椋明子  
日 時／水曜日(第1・3) 19:00～20:30  
受講料／11,220円  
基礎の発声法の練習、実践では絵本を使って正しいアクセントでの発音や表現力を学びます。



おもてなし力を身につける!!

楽しい飾り巻き寿司♪  
講師／Happy Smile Roll EMI  
日 時／水曜日(第2) 10:30～12:00  
受講料／6,600円  
かわい!! 華やかな飾り巻き寿司をつくります。酢飯の広げ方、成形の仕方などの技術を習得して、ご家庭でのおもてなしにも活躍!



広東もな『マンガ・イラスト講座』

講師／漫画家、イラストレーター 広東もな  
日 時／水曜日(第3) 10:00～12:00  
受講料／6,600円  
簡単にうまく描けるコツを学びながら、オリジナルキャラクターを作り、4コマ漫画作品として仕上げます。



季節を彩るラッピング

講師／ラッピング協会認定校 教師 石川悦子  
日 時／水曜日(第3) 13:00～15:00  
受講料／6,600円  
基本からアレンジまで季節や行事に合わせて楽しくレッスン。フラワーや和のラッピング、リボンワーク、慶事・弔事の包み分けなど、幅広く学べます。



寺旅のススメ

講師／寺・コンシェルジュ 神山里美  
日 時／木曜日(第1) 13:00～14:30  
受講料／6,600円  
歴史や由来はもちろん、ちょっと他人に話したくなるエピソードなどを肩ひり張らずに楽しく紹介します。



うれし! たのし! 和菓子!

講師／寺・コンシェルジュ、お菓子・キュレーター 神山里美  
日 時／木曜日(第1) 14:45～16:00  
受講料／6,600円  
和菓子に物語あり。テーマにゆかりの和菓子、一度は食べたい銘菓、隠れた逸品などご賞味ください。



高島易を学ぶ

講師／高島易断本監 高島旺妙  
日 時／木曜日(第2・4) 14:30～15:30  
受講料／13,200円  
伝統の高島易・高島書を読み解きながら、運勢・相性・家相・風水などの各種の占いを学びましょう。



～美味しい紅茶の楽しみ方～ 紅茶教室

講師／Tea tres R 代表 ティーアドバイザー 笠原鮎子  
日 時／土曜日(第4) 10:30～12:00  
受講料／7,260円  
紅茶の基本的な知識を学びながら、おいしい紅茶とケーキやお菓子でゆとりの時間を取り入れてみませんか。



クラフト・手芸

※受講料は  
3ヵ月分(税込)

戸塚刺しゅう

講師／戸塚刺しゅう研究所 師範総代 綿田啓子  
日 時／月曜日(第1・3) 13:00～15:00  
受講料／11,220円  
簡単にできるボーチから、部屋を彩るタペストリーまで個性豊かな刺しゅうを楽しめます。



布であそぶ楽しいパッチワーク

講師／(公財)日本手芸普及協会 花みずき 主宰 前田夕紀子  
日 時／火曜日(第1・3) 10:00～12:00  
受講料／11,220円  
暮らしの中で使って飾って楽しむ作品を、3ヵ月で2～3作品作りします。和布の小物やハワイアンキルトも。



楽しい編み物(棒針・かぎ針)

講師／(公財)日本手芸普及協会 手編み准師範 上杉直子  
日 時／火曜日(第1・3) 13:00～15:00  
受講料／11,880円  
それぞれのレベルに合わせて、小物からウエアまで、好きな物を編んでいただけます。



つるし飾り・ちりめん細工

講師／ハンドメイド縫布民 主宰 大塚まゆみ  
日 時／火曜日(第2) 13:00～15:00  
受講料／5,610円  
縁起物や四季のモチーフをちりめん、和布で作ります。置き飾りで楽しんだら、つるして飾ると豪華です。和のインテリアとして一年中観られています。



着物からリメイク

講師／ハンドメイド縫布民 主宰 大塚まゆみ  
日 時／(A)火曜日(第2・4) 13:00～15:00  
⑧木曜日(第2・4) 10:00～12:00  
受講料／12,540円  
タンスに眠っている着物や帯、安価なリサイクル和布を服やバッグ、小物などにセンス良くリメイクすることで、日常使いできるお気に入りのものにできます。



トールペイント

講師／CD/A認定講師 熊田雅子  
日 時／火曜日(第2・4) 18:50～20:50  
受講料／初級:11,220円、中級:12,540円  
上級:13,860円  
木・金属・布・ガラスなどに絵を転写し、アクリル絵の具で描きます。生活雑貨として幅広く楽しめます。



ハワイアンキルトとハワイアンプリントで作る可愛い小物たち

講師／ルアナハワイアンキルトスタジオ岐阜 インストラクター 小中麻希  
日 時／水曜日(第2・4) 10:00～12:00  
受講料／13,200円  
伝統的なハワイアンキルトや、絵画のようなアートキルトも指導。ハワイ直輸入のプリント布でのハワイアンテイスト作品も。



樹脂粘土(クレイアート)

講師／クレイクラフトアートK 主宰 梶井香代子  
日 時／木曜日(第1) 10:00～12:00  
受講料／5,610円  
オリジナルな樹脂粘土を使って人形・花・かご・動物など、大きなものからミニチュア作品まで作れます。



金継ぎ～壊れた器がよみがえる～

講師／(一社)漆芸伝承の会 主宰 栗原蘇秀 監修 中部地区認定正講師 後藤友己  
日 時／木曜日(第4) 14:00～16:30  
受講料／9,735円  
割れた部分を継ぎ、欠けた部分を成形し、そこに金銀の化粧を施し器を修復する技法です。



ソーブ&フルーツカービング

講師／ソーブ&フルーツカービング教室 Studio arua 主宰 里佳加  
日 時／金曜日(第4) 13:00～15:00  
受講料／6,600円  
ナイフの持ち方から覚え、毎回違った趣向の作品を仕上げます。材料費もお値打ち!



ブルーデコ

講師／(一社)JGA認定講師、ユリスドンネ・デコ認定講師 中野渡千恵子  
日 時／土曜日(第2) 10:00～12:00  
受講料／6,600円  
「ブルーデコ」の技法でジュエリーを作ります。3ヵ月は基本カリキュラム、その後は自由作品。



絵画・書・写真

※受講料は  
3ヵ月分(税込)

暮らしのペン字・毛筆

講師／岐阜県書作家協会常任理事 長屋天虹  
日 時／日曜日(第2・4) 10:00～12:00  
受講料／11,220円  
ボールペン・鉛筆・筆ペン・毛筆など、希望の道具で、文字をバランス良く書くコツ、暮らしに役立つ実用書を初歩から指導します。



こころ和む絵手紙・水彩画

講師／絵手紙・水彩画教室講師 横山寿美子  
日 時／日曜日(第4) 10:00～12:00  
受講料／6,600円  
四季折々のもの、身近な素材をハガキや色紙、巻紙などに元氣よく描きましょう。絵手紙、水彩画どちらも受講できます。



実用書道(かな・漢字)

講師／岐阜県書作家協会理事、黄雅会 主宰 河村貴国  
日 時／火曜日(第1・3) 10:00～12:00  
受講料／11,220円  
実用書・短冊・色紙・扇面など暮らしの中の書を楽しめます。大字作品もご希望に応じて指導。



はじめての油絵画・水彩画

講師／洋画家、美遊会代表 高橋正明  
日 時／火曜日(第2) 15:00～16:30  
受講料／7,590円  
季節の花や果物、人物、旅先での思い出の風景などを描きます。油彩、水彩、デッサン、色鉛筆など画材は自由。希望の方には美術鑑賞や公募展への対応も。



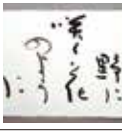
水彩画入門

講師／水彩画会委員、日本水彩画会会員 坂井浩  
日 時／水曜日(第1・3) 10:00～12:00  
受講料／14,520円  
デッサン、構図、着色など基本的な技法を学びながらレベルアップ。屋外スケッチも取り入れます。



ペン・毛筆・創作書道

講師／岐阜県書作家協会常任理事 長屋天虹  
日 時／木曜日(第1・3) 19:00～20:30  
受講料／11,220円  
日常や仕事で役立つ実用ペン、毛筆を美しい字を書くための基本から指導します。墨、筆ならではの線を楽しみながら作品作り。



カメラ、はじめての一步(ベーシックコース)

講師／日本写真芸術学会会員 ソニー・イメージング・プロサポート会員 交和愛  
日 時／木曜日(第2) 13:30～15:30  
受講料／7,260円  
初心者の方に分かりやすく、カメラの操作方法、構図、撮影法など実践を取り入れながら指導。



アート写真(アドバンストコース)

講師／日本写真芸術学会会員 ソニー・イメージング・プロサポート会員 交和愛  
日 時／木曜日(第2) 18:50～20:50  
受講料／7,260円  
ポートレートを中心にポップアートまでの写真教室。撮影した写真をよりオシャレな魅力的なアートに。



植物画(ボタニカルアート)

講師／日本植物画倶楽部会員 梶富士子 (逸見誠三郎氏 師事)  
日 時／金曜日(第2・4) 10:00～12:00  
受講料／13,200円  
植物図鑑の挿絵のように、植物のありのままの姿を鉛筆や水彩絵具で精密に描きます。



～筆ペンで自由に楽しむ～ 己書

講師／(一社)日本己書道場公認師範 ⑧華い己書道場 代表 田中由佳  
日 時／金曜日(第1) ⑩10:30～12:00 ⑧13:30～15:00  
受講料／6,930円  
筆ペンで、己(それぞれの個性)の書(文字や絵を描く)を、「自分らしく自由に楽しく」描きます。



美文字レッスン(ボールペン・筆ペン)

講師／日本ペン習字研究会認定師範 岐阜書の会代表 河口瑛泉  
日 時／金曜日(第2・4) 10:30～12:00  
受講料／13,200円  
「字」のコンプレックスを克服しませんか? 基本点画から、ご希望の方は師範取得までご指導します。



水墨画入門

講師／水墨画家 荒井克典  
日 時／土曜日(第1・3) 10:00～12:00  
受講料／15,048円  
筆を持ったことがない方も、一から楽しめる構図を毎回用意し、ポイントを絞って分かりやすく解説。※小学1年生から大人まで受講できます

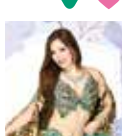


健康・ダンス

※受講料は  
3ヵ月分(税込)

たのしく☆ベリーダンス

①初級クラス ⑧入門クラス  
講師／Emmie Bellydance School El Raqs Hayati 主宰 Emmie  
日 時／日曜日(第1・3) ⑩10:00～11:00 ⑧11:10～12:10  
受講料／11,220円  
美容や健康に良いと人気のベリーダンス。幅広い年齢層の方楽しんでいただけます。



楽しく踊れる! 中高年と初心者のフラメンコダンス

講師／フラメンコ教室ダンサフラメンカ 主宰 服部俊幸  
日 時／日曜日(第2) 10:30～12:00  
受講料／8,250円  
楽しいが一番! 本場スペイン方式で振付中心のレッスンのため、早く踊れるようになります。



基礎から始めるフラダンス入門 ～ロゼレニクラス～

講師／ハーウオ カオアアロハ コークア 栗野由紀  
日 時／火曜日(第1・3) 12:00～13:15  
受講料／11,220円  
フラダンスが初めての方に、基礎となるステップから丁寧にすめ、楽しみながら踊ります。



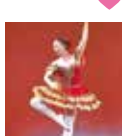
心とカラダにやさしいヨガ

講師／AFFA JAPAN ギャグインストラクター 森幸子  
日 時／火曜日(毎週) 14:15～15:15  
受講料／16,500円  
全身のストレッチをした後、ゆっくりとした動きで呼吸に合わせてヨガのポーズをとり、体形・体質の改善を行い、心と身体のバランスを整えます。



大人のクラシックバレエ

①火曜日クラス ⑧金曜日クラス  
講師／川島ナナバレエ研究所 教師 日 時／(A)火曜日(毎週) 19:15～20:15 ⑧金曜日(毎週) 13:00～14:00  
受講料／19,800円  
体が硬くても、バレエの経験がない方でも大丈夫。姿勢が良くなり、さらに体の重みも改善。



癒しのフラダンス入門

講師／フラ&タヒチアンダンススタジオ アロハアケア 主宰 Yuko Puakea 渡辺  
日 時／水曜日(第1・3) 10:15～11:15  
受講料／11,220円  
ハワイのあたたかな音楽にのって、やさしくエレガントに、時には情熱的に踊ってみましょう。



[60歳以上限定] いきいき音楽体操

講師／全日本健康音楽研究会 講師 村山千秋  
日 時／水曜日(第1・3) 13:15～14:30  
受講料／11,220円  
懐かしい曲、歌謡曲やポップスなどのリズムに合わせて行う健康表現体操です。



癒やしのチェア(椅子)ヨガ

講師／bija認定ヨガ講師 松葉薫  
日 時／木曜日(第1・3) 10:45～11:45  
受講料／11,220円  
体が硬い人、自由に動かせない箇所がある人でも無理なく行えるヨガです。体・心・自律神経・脳への効果が期待できます。



いきいき太極拳

講師／楊名時八段錦・太極拳 師範 早川雄二  
日 時／木曜日(毎週) 15:00～16:30  
受講料／15,840円  
姿勢・呼吸を整え身体をリラックス、ストレスを解消しましょう。有酸素運動で体内脂肪を効率的に燃焼します。



はじめての社交ダンス

講師／ダンススクールイワモト代表 ダンスプロインストラクター 岩本芳旺  
日 時／木曜日(第1・3) 19:00～20:00  
受講料／13,200円  
基本を大切に初級講座です。中部日本プロA級取得ダンスプロインストラクターが丁寧に指導します。



すてきなフラダンス ～マイルクラス～

講師／フラ交流親善大使、プアナニ小林フラスクール 主宰 代表 小林恵美子 インストラクター 牧田順子、武藤恵美子  
日 時／木曜日(第2・4) 13:00～14:15  
受講料／11,220円  
楽しいステップに合わせて、笑顔がこぼれるステキなフラダンスを私達と一緒に踊りませんか。



健康太極拳

講師／日本健康太極拳協会員 早川百合子  
日 時／金曜日(毎週) 10:00～11:30  
受講料／15,840円  
深く長い呼吸に合わせゆったりと動く健康体操です。全身の筋肉や関節をゆるめ、緊張をほぐします。



～骨盤整え美しい体づくり～

きれいになれるピラティス  
講師／ピラティスインストラクター 松葉薫  
日 時／金曜日(第1・3) 19:00～20:00  
受講料／11,220円  
スモールボールを使用して、姿勢の歪みを整え、冷えやむくみを改善し、美しい体づくりを。



タヒチアンダンスで美しく元気に!

講師／フラ&タヒチアンダンススタジオ アロハアケア 主宰 YUKO  
日 時／土曜日(第2・4) 11:45～12:45  
受講料／9,900円  
身体と心を元気に魅力的に導きます。骨格から考えるオリジナルメソッドでインナーマッスルを鍛えます。



音楽

※受講料は  
3ヵ月分(税込)

イタリア語でオペラ・カンツォーネを歌おう

講師／オペラ歌手 日比野ゆう子  
日 時／日曜日(第4) 10:00～11:30  
受講料／9,900円  
老若男女問わず、さまざまなオペラやカンツォーネを歌ってみる講座。最初に発声をし、イタリア語の発音の練習をすることで案に出るようになる効果も!



はじめての長唄三味線

講師／東京芸大卒業・長唄東音会同人 (一社)長唄協会会員 東音 野呂美貴  
日 時／月曜日(第1・3) 10:15～11:15  
受講料／19,800円 ※三味線レンタル可  
長唄で使用する長唄三味線を実際に弾いてみませんか。初心者の方に分かりやすく丁寧に指導。



長唄入門

講師／東京芸大卒業・長唄東音会同人 (一社)長唄協会会員 東音 野呂美貴  
日 時／月曜日(第1・3) 11:30～12:30  
受講料／19,800円  
歌舞伎や日本舞踊の伴奏音楽として親しまれている長唄の名曲を実際に唄ってみませんか。



楽しい篠笛 一步・二歩

講師／現代邦楽会みさと 篠 練士 佐藤マサミ  
日 時／月曜日(第1・3) 10:30～12:00  
受講料／11,220円  
篠笛の音色は、日本人の心に響くものがあります。教科書にそって一歩、二歩を進めていくうちに、しらすらすと吹けるようになります。



歌って脳トレ倶楽部

講師／脳トレピアノ®エグゼクティブ講師 歌って倶楽部認定講師 山下真実、鈴木恵理子  
日 時／火曜日(第1・3) 10:00～11:20  
受講料／10,560円  
昭和歌謡、リクエスト曲などを脳トレしながら楽しく歌います。うまくなる発声法も! 健康アップ、暮らしも輝きます。



カリンバ♪楽しくはじめませんか

講師／カリンバ講師 日比野素江  
日 時／水曜日(第1・3) 13:00～14:00  
⑧木曜日(第1・3) 10:15～12:00  
オルゴールのような優しい音色が魅力のカリンバ。親指で簡単に音を出すことができ、楽器を初めて習う方にもおすすめです。



～癒しの音色～ オカリナ教室(中級クラス)

講師／オカリナ講師、演奏家 吉丸昭彦  
日 時／水曜日(第2・4) 13:00～14:30  
受講料／11,220円  
魅力的な音色のオカリナを基本奏法から高度なテクニックまでやさしく手ほどきします。日本の叙情歌やポップスなど幅広く取り入れます。



楽しい二胡 ①入門クラス ②・③・④上級クラス ⑤初級クラス

講師／胡琴会 主宰 シータ(廣井博子)  
日 時／木曜日(第1・3) ①10:10～11:10 ②11:15～12:15 ③13:00～14:00 ④14:15～15:15  
受講料／16,500円  
優しく澄んだ音色で、東洋のバイオリンとも評される二胡。丁寧なレッスンが人気です。



アコースティックギター

講師／グレースマックミュージックスクール 校長 鈴木勝彦  
日 時／木曜日(第1・3) 13:00～14:00  
受講料／13,200円  
チューニングの仕方、独学では難しいコードのマスターなど、基本から丁寧にレッスンします。



脳トレピアノ

講師／脳トレピアノ®エグゼクティブ講師 山下真実  
日 時／木曜日(第1・3) 13:00～14:30  
受講料／13,200円  
脳を活性化しながら楽しくピアノが弾ける脳トレピアノ®。レベルに合わせて指導します。



楽しいコーラス

講師／合唱指導者、声楽家 赤堀鐵基  
日 時／木曜日(第2・4) 10:30～12:00  
受講料／11,220円  
軽い体操、腹式呼吸、懐かしい単語でウォーミングアップ。ジャンルを問わず楽しく歌いましょう。ストレス解消、心が元気になるります。