

ゼロから始める！超初心者さんのための体験会

まずは気軽に楽器にふれてみよう

二胡【30分個人レッスン】

二胡奏者として活躍する講師の直接指導が受けられるクラスです。

第1・3(水)

13:00/16:25/
17:00/17:35/18:10

受講料：16,500円～(3ヵ月6回分)

教材費：330円(3ヵ月) ※楽器レンタル有料

体験日：9/3・17・10/1・15
体験料：3,080円～
楽器レンタル込



鈴木 裕子

例えば、めまい・耳鳴りに悩む方に

ヨガ【3クラス】

50～60代の女性中心のクラスです。定期的に体を動かして巡りの良い体に。3クラス間で振替受講できます。

- ①毎週(月)13:30～14:40
- ②第1・3(金)18:45～20:15
- ③第2・4(土)10:10～11:40

受講料：①18,150円(3ヵ月11回分)
②13,200円 ③13,200円(3ヵ月6回分)
保険料：90円(3ヵ月)

体験日：①9/15・22 ②9/19 ③9/27
体験料：①1,980円 ②③2,530円

成田 奈緒子

楽しむ気持ちが若さキープの秘訣！

健康麻雀教室

これから、麻雀を暮らしおの楽しみに始めてみたい！という初心者の方、大歓迎。体験レッスンへどうぞ。

- ①第1・3(月)13:30～15:30
- ②第2・4(金)13:30～15:30

受講料：13,200円(3ヵ月6回分)
教材費：660円(3ヵ月)

体験日：①9/15・10/6
②9/26・10/10
体験料：2,530円

望月 雅継

和やかな雰囲気で初心者も安心

午後のカラオケサロン

歌に自信がない方こそ大歓迎！細やかな指導で楽しく学べます。演歌・昭和歌謡など。

- ①第2・4(水)13:30～15:30
- ②第2・4(金)13:30～15:30

受講料：13,200円(3ヵ月6回分)

教材費：132円

体験会：(水)9/10・24・10/8
(金)9/12・26・10/10
体験料：2,530円



増田 幸子

日常を離れて自分を整える時間に

バレエストレッチ

気張らない服装で楽しめます。体験はTシャツ、スパッツ、裸足でご参加ください。

- ①第1・3(木)10:00～11:00
- ②第2・4(日)15:10～16:10

受講料：11,220円(3ヵ月6回分)
保険料：90円(3ヵ月)

体験日：(木)9/4・18 (日)9/14・28
体験料：2,200円

※こどもバレエ 14:00～開講中 富田 志保

同年代の講師と一緒に、楽しく

やさしいピラティス

加齢とともに変化する体と向き合い、体をすこやかに保つために始めてみませんか。

第1・3(水)10:30～11:30

受講料：9,900円(3ヵ月6回分)

保険料：90円(3ヵ月)

個人レッスンも受付中！

詳しくはお問い合わせください。

体験日：9/17・10/1・15

体験料：1,980円



山本 明美

最近声を出してないな、という方も

健康ボイストレーニング

お腹の筋肉を使って、思い切り声を出して歌えば良い運動になります♪

第1・3(金)13:30～15:00

受講料：13,860円(3ヵ月6回分)

教材費：330円(3ヵ月)

個人レッスンも受付中！
詳しくはお問い合わせください。

体験日：9/19・10/3・17

体験料：2,640円



永田 文子

お子様も参加できます

木曜夕方の書道

ペン字から毛筆まで、暮らしに活かせる書道を実力派講師が丁寧に指導。

体験は硬筆です



50代から始める

タップダンス【入門】

はじめはみんな初心者！コツコツ、足で鳴らす快感を体験してみて下さい♪

第1・2・3(木) 13:30～14:45

受講料：17,820円(3ヵ月9回分)

保険料：90円(3ヵ月)

体験日：9/11・18・10/2・9

体験料：2,310円(体験シューズレンタル無料)

※靴のサイズをお伝えください

※ジュニアクラス 16:00～開講中 KUMI



北川 翔香

懐かしい思い出の曲を歌いましょう

童謡・唱歌を歌おう

第1・3(月)10:30～12:00

受講料：13,860円(3ヵ月6回分)

教材費：330円(3ヵ月)

体験日：9/29・10/6・20

体験料：2,640円



中山 雅代

セミパーソナルリラックスヨガ

一人ひとりの体調を見ながら無理なく取り組みます。

(定員8名)



姿勢が良いと、若く見える♪

背骨コンディショニング

最近体が硬くなってきたと感じる方や肩こり・腰痛の方、一度試してみませんか。

第2・4(木)10:00～11:00

受講料：9,900円(3ヵ月6回分)

教材費：実費(仙骨枕：希望者は2,000円より)

保険料：90円(3ヵ月)

体験日：9/11・25・10/9・23

体験料：1,980円

勝恵

ダンボール織り機ではた織り体験

はじめての製織り＆手織り講座内で開催。手ぶら参加OK！

10月～12月期間内に2回参加

第1・3(水)13:30～15:30

受講料：6,820円(全2回・教材費込)



生越 千鶴子

これから始める方の投資入門講座

AI活用で学ぶ 投資の新常識

生成AIの進歩で投資の手法も様変わり。専門家が投資の今を楽しく解説。未来が楽しみになる資産作り始めませんか？

①第2・4(火)19:00～20:00 10/28～ 受講料：11,550円

②第2・4(水)12:30～13:30 10/22～

事前体験会
【投資の基本新時代編】

(火)9/30・10/14

(水)9/24・10/8

体験料：1,650円

(3ヵ月全5回)

渡邊 希史

気軽に楽しめる1日イベント

島田スクール初登場！

9/16 火

季節を彩る練り切り3種

心ときめく和菓子作り体験♪日本茶インストラクターの講師が厳選したお茶でティータイムも楽しめましょう。



9/16(火) 10:30～12:00

※申込締切：9/9

(以降お問合せください)

受講料：4,950円(教材費込)

Hiroyo

週末の食卓を華やかに

単発参加OK

おもてなしの飾り巻き寿司



かわいさはもちろん、味も保証付のおいしさです！

10/26(日) 森の妖精

11/15(土)サンタ

12/6(土)七宝巻き

各 13:30～15:30

※申込締切 各1週間前

受講料：5,500円

(材料教材費込み)

ゆ～こ

あきらめずに、始めましょう！

50代からの ヘッドスパ



頭皮をほぐすと、顔が上がる。その理由、体験してみませんか？髪の悩み、目の疲れも頭皮ケアから。

11/11(火)
10:00～12:00

※申込締切11/4

受講料：3,080円

(教材費込み)



澤脇雅乃

美容大国韓国との日常の食卓を味わう♪

旨さと辛さの 韓国家庭料理



「葱入り海鮮チヂミ」と「旨辛トッポッキスープ」で美味しく健康的な家庭料理を。焼き方のコツと旨辛仕上げのポイントを伝授します。

11/21(金)11:00～13:00

※申込締切 11/14

受講料：3,740円

(材料教材費込み)



金 福姫

9月の1日講座一覧

9/5(金)	10:00～	大人女性の普段着スタイル講座
9/6(土)	13:00～	みんなに優しいアロマ虫よけスプレー
9/24(水)	12:30～	AI活用で学ぶ投資事前体験会
9/30(火)	19:00～	お子さまの生まれ持った素質を知りのびのび子育て
9/14(日)	12:00～	四柱推命【45分個人鑑定】
9/28(日)	15:15～	四柱推命【45分個人鑑定】
9/28(日)	13:00～	ハンドトリートメント実技セミナー

</