

美味しさにびっくり!【限定6組】

親子で楽しむ米粉パン

小麦を使わず、やさしい素材で作る米粉パン。発酵要らずでもちふわ食感と驚きの美味しさが魅力。保育士資格を持つやさしい講師が、食育のお話もまじえて楽しくレッスンします。



8/4(火)10:30~12:30

受講料:3,520円(親子)

教材費:1,540円

(米粉パン2つ・レシピ・ラッピング代含む)

対象:3歳~小学生

※アレルギーのある方は事前にお知らせください。

アレルギー対応  
かんたんおやつマイスター 藤田 綾

スパークリング・白・赤  
3種のテイasting  
夏に楽しむワインの魅力

他県からもファンが訪れる人気ワインバー「アンフォラ」初心者から愛好家まで楽しめる限定セミナーです。



7/26(日)

14:00~15:30

受講料:2,750円

教材費:2,750円(ワイン・バケツ含む)

10月開催予定 月1回(日)

ワインセミナー 全3回講座

会場:掛川市「アンフォラ」

ワインバー「アンフォラ」オーナー 瀬戸 敦  
JSA認定ソムリエ

涼を感じる「夏酒」イベント

夏に楽しむ日本酒

暑い夏に楽しむ「夏酒」の楽しみ方を、実際に5種類程度試飲しながら解説します。おつまみとのペアリングも堪能ください!



※おつまみイメージ

7/16(木)19:00~20:30

受講料:3,300円 教材費:2,200円

第3(木)19:00~20:30

「女将と楽しむ日本酒の世界」開催中

SAKEキリンヤ二代目主人 鈴木 美紀

心の健康を提供するセラピスト

福祉ビューティスト

介護を必要としている方へのパーソナルカラー診断と福祉ネイル(マニキュア)を1日で学びます。

9/19(土)10:00~14:00

受講料:15,000円

教材費:18,000円(テキスト、認定証、コンサルティング、アフターフォロー付き)

日常に潜む危険から身を守る

日常生活防犯士 認定講座

高齢者搾取、防犯リスク、子どものいじめ問題を心理学の観点から具体的な対策を学ぶ資格講座です。

9/19(土)14:30~17:30

受講料:11,000円

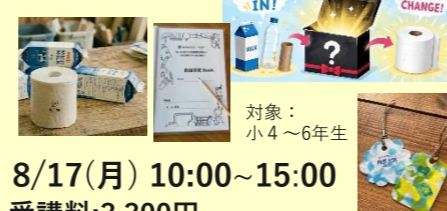
教材費:14,000円(テキスト、認定証付)

JFA認定講師 菊地幸子

地球にやさしい大研究!

もったいないをワクワクに変える  
1日まるごと探究学習

子ども1日自由研究!お昼込みの5時間講座。リサイクル・アップサイクル・食品ロスを学び、自由研究ノートを完成させます。お昼は自分でチョイスする「つむぎCAFE」特製ランチ。持ち物:筆記用具・飲み物・空のお弁当箱・お箸など ※詳細はHPで!



8/17(月)10:00~15:00

受講料:3,300円

教材費:1,980円(研究ノート・材料・昼食代)

(株)エンカルチャー 杉本 真美

NIDO 吉岡 倫子

隠し味ひとつで栄養満点!

夏バテに負けない

スタミナ味変カレー講座

麺パワーで夏バテ解消!おいしさもアップする発酵調味料を知って、我が家カレーをアレンジしましょう!

つむぎCAFE特製ミニカレー3種(1食分)付き



8/10(月)

11:00~12:30

受講料:3,300円

教材費:1,650円

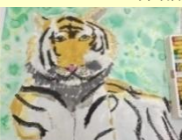
つむぎCAFE 杉本 真美  
mori2kitchen 山本 絵美

夏休みの課題として!

動物の絵/読書感想画

下絵から色塗りまで、1日で完成。感動した場面をプロ画家の技で素敵なオリジナル作品に。動物の絵 or 読書感想画をお選びください。

対象:小学1年~※感想画は事前に本を読んでご参加ください。※詳細はHPにて



7/26(日)13:00~17:00

受講料:6,050円 教材費:165円

二紀会準会員・画家  
芸術文化奨励賞受賞 山城 道也

ワクワク水族館を形に!

ねんど立体アート

みんな大好き!ねんどを使ってワクワク水族館を作ります。手と頭を使ってお子様の創造力を育みます。持ち物:HP参照  
対象:4歳~小学6年※1までは保護者同伴



7/29(水)13:30~15:30

受講料:2,750円 教材費:1,815円

武蔵野美術大学卒 美術講師 土橋 明日香

フェイクスイーツ体験

きらめく夏色  
ゼリーパフェを作ろう

パフェの層の部分からトッピングまで紙粘土や樹脂を使って好きな色のパフェを作ります。対象:小学生~中学生



8/4(火)13:30~15:30

受講料:2,750円

教材費:1,980円

美術講師 倉野 祥代

申込時に作品5色(赤/青/緑/紫/黄)から選択。  
※持ち物:HP参照

こどもの想像力を広げる

パステルアート教室

絵本作家として活躍しているむらまつ先生が提供する絵画教室です。子どもの発想を形にする1日体験です!  
対象:小学生



7/31(金)10:00~11:30

受講料:2,750円

教材費:550円

絵本作家  
むらまつ けーじ



新講座案内

#2026大人の夏を楽しもう

夏の習い事  
& 1日講座



JR藤枝駅南口すぐ[ホテルオーレ3F] TEL.054-634-3330

掲載講座の詳細はHPチェック▶

〒426-0067 藤枝市前島1-3-1 ホテルオーレ3F 電話受付時間:(月)10:00~15:00(火)~(土)10:00~18:00 第2・4(日)10:00~12:00



なかまと楽しく脳トレ! 健康!

春にスタートした人気講座

楽しい麻雀入門

50~80代・女性9割!これから麻雀を覚え、楽しみたい方向けの入門クラスです。超初心者向けに13:10~補講あり。

第1・3(木)13:30~15:30

受講料:16,500円(3ヵ月6回分)

教材費:990円(3ヵ月資料代)

体験料:3,080円



日本プロ麻雀連盟  
静岡支部副支部長  
平岡 理恵

“未来の自分”への贈り物 7/23(木)スタート

大人のための投資入門

長年の金融経験とデータ分析力を持つ講師が、投資の考え方、あなたに合った投資スタイルを紹介!

第2・4(木)18:30~19:30

受講料:11,550円(3ヵ月5回分)

事前体験会 7/9(木)18:30~  
体験料:1,760円



投資スクールAkami Studio代表  
データサイエンティスト  
渡邊 希史

ふくらむ笑顔、広がる思い出!

親子で作る [夏休み特別企画]

バルーンアート教室

ウサギ、クマなどの基礎的な作品から、親子で協力して作る大きめな作品(ハートのステッキ、お花、タコなど)まで挑戦します。対象:年中~小学生の親子



8/18(火)

15:30~17:00

受講料:3,300円

教材費:660円(材料費)

バルーンアートを楽しむ講座 開催中

第1(火)13:30~15:00

受講料:8,250円(3ヵ月3回分)

教材費:1,980円(3ヵ月分)

大道芸人コンビ☆そ〜だ ダリ&そら

一眼カメラを使いこなそう!

初心者向けの入門クラス

7/24(金)スタート

渡邊一矢 写真撮影

基本テクニック

カメラを趣味にしたい方から、中高生の部活・クラブとして習いたい方まで、写真展・写真集出版実績のある講師が丁寧に指導します。旅先、外出先での思い出を鮮明に残す写真が撮れると楽しみが倍増します!



第4(金)19:00~20:30

受講料:7,590円(3ヵ月3回分)

教材費:990円(3ヵ月資料代)

持ち物:カメラ・筆記用具

写真家/フォトマスター検定EX 渡邊 一矢

捨てることで人生が好転!

[事前体験会]

断捨離® トレーニング

人生を好転させたい。面倒な人間関係を断ち切り新しい一歩を踏み出したい...そんなあなたに断捨離の極意を伝えます。



8/1(土)または9/12(土)

13:30~15:00

受講料:3,520円(教材費込み)

10月本講座スタート

第2(土)13:30~15:00

受講料:11,550円(3ヵ月全3回)

教材費:500円

※AM10:30~経験者向け断捨離サロンも開催中

やましたひでこ公認断捨離®トレーナー 星川 テルヨ

# 音楽で心をほぐし、運動で体を整える♪ 夏のリフレッシュ講座

**奏でるメロディーが魅力  
琉球古典音楽沖縄三線**

仕事帰りに、週末の息抜きに  
一歩足を踏み入れればそこは  
ゆったりした時間が流れる  
沖縄の空間です  
体験は手ぶらでOK!

**体験日 7/18・8/29・9/19**

**第1・3(土)15:00~17:00**  
受講料:16,500円(3ヵ月6回分)  
教材費:330円(別途入会時資料330円)

琉球古典音楽野村流音楽協会所属 **鈴木 隆広**

数種類のコードシンプルな指使い  
**平日午前の ウクレレ**

【初心者歓迎】小さくて  
軽いウクレレは男女問わず  
親しみやすく大人  
気!ウクレレの魅力にハ  
マってみませんか?

**体験日 7/24・8/28**

**第2・4(金)10:30~12:00**  
受講料 14,520円 (3ヵ月6回)  
教材費330円(3ヵ月譜面代) PVレッスンもあり

ウクレレ奏者 **井上 直樹**

郷愁を誘う哀愁のメロディー  
**はじめての 二胡**

二胡の音色はどこか懐かし  
さを感じさせます。語り掛  
けるような響きを奏でま  
しょう!初心者向け楽器レ  
ンタルあります!

**体験日 7/14・8/25・9/8**

**第2・4(火) (PVレッスンも受付中)**  
①10:00~11:00 ②13:30~14:30  
受講料:16,500円(3ヵ月6回分)入門D調  
教材費:330円(3ヵ月)

北京中央音楽学院卒 西泉二胡協会会員 **鈴木 裕子**

猫背・腰痛の解消にも最適  
**女性のための 骨盤底筋  
ストレッチ**

便秘、ポッコリお腹、  
尿漏れなどを改善!

**体験日 7/31・8/28・9/11**

**第2・4(金)10:00~11:00**  
受講料:9,900円 保険料 90円 (3ヵ月)  
(3ヵ月6回分) カイロプロテクター **廣岡 美穂**

社交ダンスのリズムで楽しくステップ  
**簡単ダンス エクササイズ**

ダンスエクササイズでフレ  
イル予防、そして健康的で  
若々しい日常を♪

**体験日 8/26・9/9・9/30**

**第2・4(水) 14:30~15:30**  
受講料:11,880円 保険料:90円 (3ヵ月)  
(3ヵ月6回分) 日本介護予防ダンス協会  
1級ゼネラルアドバイザー **築地 慶野**

ゴルフ場レッスンでスコアUP  
**ゴルフ ラウンドレッスン**

ティーショット、寄せ、パター、  
バンカーショットなど実践指導!  
会場:藤枝ゴルフクラブ  
**10/25 11/22 12/27(日)**  
**14:00~16:30** 保険料:360円  
受講料:23,100円 (3ヵ月3回分)  
JGTOツアープレイヤー **数原 正直**

気分も足取りも軽くなる  
**背骨コンディショニング**

腰痛・肩こりなどの不調  
の改善を目指す体操教室  
です。

**体験日 8/18・9/1・9/15**

**第1・3(火)10:00~11:00**  
受講料:9,900円 保険料:90円 (3ヵ月)  
(3ヵ月6回分) SCA(一社)背骨コンディショ  
ニング協会パーソナルトレーナー **勝恵**

眠りの「質」向上を目指して  
**ヨガ ニードラ (眠りのヨガ)**

**YogaNidra**

潜在意識の RELAX

なかなか寝付けられない、何度も目が覚めてしま  
う、考え事で眠れない方へ!  
ヨガニードラで眠りの質を高め、ストレス  
軽減、疲労回復を目指しましょう。

**7/30(木)  
13:30~14:50**  
受講料:2,750円

セントラヨガ主宰 **東出シラール 紀子**

# AI時代の将来必要なスキル! 主体性・創造力・協調力・表現力

放課後ALOHA (優しさ 感謝 協調を表現)  
**Hula Girls Club(フラガール)**

フラを通じて、ハワイの文化や歴史、  
ALOHAの言葉に込められた意味を表現す  
るダンスです。背筋 立ち姿 所作の美しさ  
も磨きます。

**体験日 8/5・8/19・9/2・9/9・9/16**

**第1・2・3(水)17:15~18:15**  
受講料:14,850円(3ヵ月9回分)  
保険料:90円(3ヵ月)  
フラ ハーラウ オ マウロア主宰 **Rikano**

美しい姿勢と音楽的情緒を育てる  
**こどもクラシックバレエ**

バレエは姿勢づくりや感性を  
育てる習いごと。経験豊かな  
講師が楽しくレッスン!

**体験日 7/23・8/6・9/3**

毎週(木)  
①17:00~18:00 (幼児~初心者)  
②18:00~19:00 (小学3年生~経験者)  
受講料:19,360円(3ヵ月11回分)  
保険料:90円(3ヵ月) クラシックバレエ講師 **大津 浩子**

中高生の課外ダンス教室!  
**魅せる!My Styleジャズホップ**

好きなアーティストやダンス  
グループの曲でレッスン。自  
分らしい魅力を見つけて、踊  
る楽しさを一緒に体験!

**体験日 7/31・8/7・8/28**

毎週(金)18:50~19:50  
受講料:18,150円  
(3ヵ月11回分) 保険料:90円(3ヵ月)  
元OSK日本歌劇団  
HoshikageCommunity代表 **星景 友綺**

大胆に描いてみよう!作ってみよう!  
**こども絵画造形クラブ**

自由な発想と想像力を引き出し、のびのびと色  
を使って描くことでお子様の右脳を刺激し感性  
や表現力を伸ばします。対象:4才~中学生

**第1・3(土) ①13:00~14:30  
②14:30~16:00 ③16:00~17:30**  
受講料:10,560円 (3ヵ月6回分)  
教材費:5,610円 (6回分)

美術講師 **倉野 祥代**

自由な感性を豊かに表現  
**こども創造アトリエ**

粘土や木材など様々な材料を使ってゼロから  
作品を完成させます。創造力・達成感は大切  
な経験です。対象:年長~小学生

**体験日 7/25 (PM)・8/8 (AM)・8/22 (PM)**

**第2(土) 10:00~11:30/第4(土) 13:00~14:30**  
受講料:6,270円 (3ヵ月3回分) 【月内振替可能】  
教材費:3,300円 (3回分) 女子美術大学日本画専攻卒 **有坂 はるな**

# 体験すると良さがわかる!初心者大歓迎の「語学」体験レッスン

もう一度英語を学びたい!  
**追加募集**

60代から始める**楽しい英会話**

基本文法を分かりやすく解説。会話練習を通  
じ、最初はやさしいレベルから実践力を  
上げていきます!懐かし  
の名画セリフや洋楽の  
歌詞にも触れながら楽し  
く学びます。

**体験日 8/4・8/18・9/1**

**第1・3(火)  
9:50~10:50**  
受講料:14,520円  
(3ヵ月6回)  
教材費:330円(3ヵ月) ※テキスト代別途

英語 英会話講師 英検1級 TOEIC L&R970点 **小林 佑美**

まずは事前体験会!  
**10月  
スタート**

楽しい**韓国語超入門**

大学でも教鞭をとる実力  
派講師が指導。文法と会  
話を丁寧に学びたい方に  
おすすめ。

**事前体験  
8/3・8/31**

**第1・3(月)  
17:30~18:20**  
受講料:15,180円(3ヵ月6回)  
※表示価格は5名の場合。  
人数により変動有  
教材費:330円(別途テキスト代2,200円)

韓国語講師 **金 水敬**

まずは事前体験会!  
**10月  
スタート**

ゼロから学ぶ**中国語**発音基礎編

まずは基本の  
発音を学ぶ、  
3ヵ月コースを  
予定中。3ヵ月  
学んだ後に進  
級します。

**事前体験  
8/6・9/3**

**第1・3(木)  
10:00~10:50**  
受講料:11,880円(3ヵ月6回分)  
教材費:275円(3ヵ月) ※テキスト代別途

中国語・漢方&薬膳講座 講師 **王 元武**

世界で4番目に多い言語  
**はじめてのスペイン語**

英語・中国語・ヒンドゥー語に次いで世界で  
最も使用される言語4位のスペイン語!文化  
遺産や遺跡も多いスペイン語圏を訪れるため  
の語学習得を目指しましょう!

**体験日 8/22・9/12・9/26**

**第2・4(土)18:00~19:00**  
受講料:30,360円(6ヵ月12回分)  
教材費:660円※テキスト代別途

San Carlos大学卒  
エドウィン・ヴェガ

**追加募集**

旅行人気トップの国を学ぶ  
**はじめてのイタリア語**

楽しく学ぶ!がモットーのヴィットリオ  
先生が、旅に役立つ挨拶やフレーズ、食  
事、美術館、ファッションをはじめ各地  
の見どころを取り入れながらお届け!

**事前体験 8/1・8/29・9/5**

**第1・3(土) 17:40~18:40**  
受講料:33,880円(6ヵ月11回分)  
教材費:990円※受講料は人数により変動

ポローニャ大学法学部卒  
**ヴィットリオ ロッキ**

# 日本の伝統文化 [カルチャー] に触れる!まずは体験会から!

季節を彩るかわいい小物づくり  
**水引きで作る素敵な小物**

日本の伝統「水引」 毎月  
ひとつずつ、基本を  
学びながら、季節を感  
じる作品を作ります。

**体験日 7/23・8/27**

**第4(木)13:30~15:00**  
受講料:6,600円  
(3ヵ月3回分)  
教材費:3,300円(3ヵ月)

Happy水引® 認定講師 **山本 倫江**

本うるしで本格的に!  
**はじめての金継ぎ**

体験時は専用の陶器皿  
で行います。本講座入  
会後は基礎工程を学び  
ながら、自分の器も直  
していきます。

**体験日 7/18・8/29・9/19**

**第3(土) 10:00~12:30**  
受講料:13,200円 (3ヵ月3回分)  
教材費:8,250円(3ヵ月) ※初回道具代あり

監修 漆芸伝承の会 栗原蘇秀会公認 栗原 蘇秀  
中部地区正講師 **杉浦 傑**


つづれ織 裂織 造形織まで  
**はじめての手織り&裂織り**

なんだか懐かしい!温も  
りのある織物に挑戦して  
みましょう!体験後、本  
講座開講開始予定。

**体験 [2回セット]  
8/26・9/30 6,820円 (材料費込み)**

**第4(水)14:00~16:00**  
受講料:7,920円 (3ヵ月3回分)  
教材費:実費

静岡県工芸家協会会員 織物作家 **生越 千鶴子**

【お問い合わせ】  **静岡朝日テレビカルチャー 藤枝スクール**  
藤枝市前島1-3-1 **ホテルオーレ3F**

**JR藤枝駅[南口]直結 駐車場2時間無料 オーレ藤枝第1・3・4パーキング**

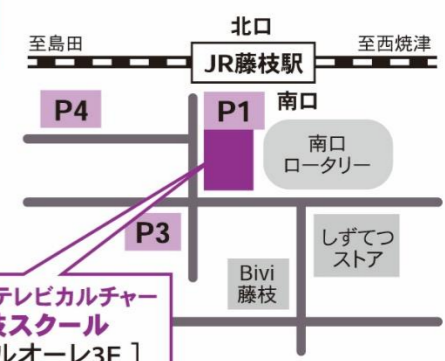
TEL.054-634-3330 ※講座開講状況に応じて変動あり  
※8/11(火祝)~16(日)夏季休暇 ※第1・3(日)は休業日

**講座充実、全130クラス!**

- 語学 ●音楽 ●健康 ●フィットネス ●ダンス
- 美術 ●音楽(楽器) ●手芸 ●工芸 ●教養
- ビジネス ●書道 ●お花・ゴルフ

**LINE**  **LINE**  
お得な **情報GET!**

静岡朝日テレビカルチャー **藤枝スクール**  
[ホテルオーレ3F]



●講座をご受講いただくには会員登録が必要です。入会金は、大人:3,300円、中学生以下1,650円。入会事務手数料2,200円●1日講座・体験参加は入会不要●ほとんどの講座が3ヵ月毎の自動更新制です●施設維持管理のため維持費として、連続講座1ヵ月660円、1日講座110円別途かかります●受講者が少ない場合や講師の事情等により、開催日を延期、開講を中止する場合があります●見学・体験をされる場合は事前にご予約ください●入会日の変更やキャンセルは、ご入金前にご連絡ください●運動やダンスなどの講座は、傷害保険に加入します。対象講座は当スクールで決定し、対象講座の受講生は全員加入となります。保険料は講座内容によって異なります。保険会社:東京海上日動火災保険株式会社