

1日講座は **入会不要**  
50代から始めるワタシ時間

# 1日講座

2025  
5月»9月

公式LINE

お得なイベント  
講座情報、発信中!



7/5(土) 13:00-14:30

素敵に香るオトナになりましょう

## 大人のアロマ 香水作り



受講料 **4,730円**(教材費込) 数種類のお好みのアロマをブレンドして、  
優しく上品に香る、あなたのオリジナル  
アロマ香水を作りましょう。  
定員:8名 申込期限:6/28  
※アロマ香水10ml ロールオンボトル

講師: 明 由佳

7/3(木) 10:00-12:00

## 生花の輝きそのままに美しさ長持ち! プリザーブドフラワーで作る お供え花アレンジ



生花を加工しているので、美しさはそのまま長持ち! 夏の暑い季節にもピッタリ。対で制作可。

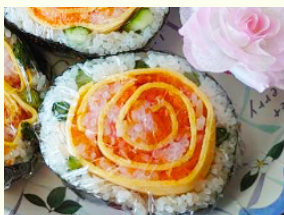
受講料 **6,380円**(教材費込) 定員:8名  
教材2個(対) +3,630円 申込期限:6/26

講師:大塚 敦子

5/25(日) 10:00-12:00

かわいくて美味しいおもてなしのワザを学びましょう★

## バラの飾り巻き 寿司



【材料】たまご、とびこ、野沢菜、きゅうり  
などを使います

受講料 **4,950円**(教材費込) 定員:12名 申込期限:5/22 講師:ゆ〜こ

5/31(土) 10:00-19:15

心の定期点検におすすめ★ [30分個人]

## みやきみえこの 手相&タロット占い



講師のポジティブなメッセージで元気が湧いてくる♪と、リピーターの多い人気企画。  
空き時間はHPをチェック!

受講料 **5,610円**(教材費込) 定員:8名  
教材2個(対) +3,630円 申込期限:6/26



申込期限:5/30

講師:みやきみえこ

7/11(金) 10:00~11:30

スマホでの写真撮影をもっと楽しみたい方に

## スマホカメラ マスター講座



スマホのカメラ機能を最大限に活かして撮影するためのノウハウ  
をカメラ初心者の方にもわかりやすくお伝えします

受講料 **2,310円**(教材費込) 定員:10名 申込期限:7/4 講師:平井 建郎

7/8(火) 13:30-15:00

ゲルデコのアクセサリ作り

## つや 艶めく大人のブローチ



ブラウスや帽子、バッグにつけて、  
キラキラ&かわいい大人のアクセサ  
リ作りを楽しみましょう♪

受講料 **2,750円** 定員:10名  
教材費:当日払 2,640円 申込期限:7/1

直径  
約2.5cm

講師:渡辺 詩歌

6/22(日) 13:00-17:00

## 肩甲骨 トリートメント 実技セミナー



7/27(日) 13:00-17:00

## フット トリートメント 実技セミナー



8/24(日) 13:00-17:00

## 腰&お尻こりほぐし トリートメント 実技セミナー



それぞれ、15分~20分程度の施術ができる技術を、実践形式で学びます。受講後、修了証をお渡しします。

各**8,250円**(教材費込) 教材費当日支払3,300円 定員:6名 申込期限:各7日前(以後相談)

講師:澤脇 雅乃





8/2(土) 10:30-12:00

50代からの、夏のお守り習慣。

## お灸女子会

初めてでも安心！セルフお灸で体を整え、健康習慣を始めましょう。ほっこりティータイム付き♪

受講料 4,180円(教材費込)

定員:8名 申込期限:7/26



講師: 増田 佳世

7/27(日) 10:00-11:30

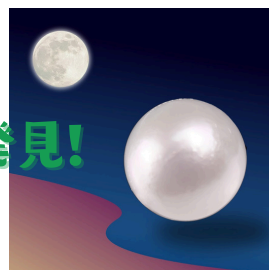
大好きな真珠をもっと好きになる

## 真珠の魅力を再発見!

歴史や種類、見分け方、正しいメンテナンス方法等学んで真珠愛を深めましょう。

受講料 2,200円

申込期限:7/20



日本真珠振興会認定  
真珠アドバイザーシニア

講師: 細谷 祥子

選べる2日間/第1・3水 13:30~15:30

織り機は段ボール製！  
カラフル糸で手織りにチャレンジ

## 段ボールで手織り

織り機・毛糸は講師が用意するので手ぶら参加OK(自分の糸も可)。日程はHPでご確認ください。

受講料 4,950円(全2回)

教材費 1,320円(織り機、毛糸) 申込期限: 6月~9月講座内で2回連続受講 1週間前



講師: 生越 千鶴子

第2・4水 または 第2・4金 13:30-15:30

60代からの新しい趣味にピッタリ♪

## 昭和歌謡を歌おう

人気のカラオケ講座を1日体験してみませんか。心躍る1970年代のヒット曲を歌って気持ちも若返る素敵な時間を過ごしましょう。

おすすめ 午後のカラオケサロン 7/9・23(水)  
体験日 楽しく歌うカラオケ 7/11・25(金)

受講料 2,530円

定員:5名 申込期限:3日前

講師: 増田 幸子



## ①6/8(日) ②6/22(日) たっぴり あなたの「My神社」教えます

生年月日から、あなたが持って生まれた才能や可能性を探ります。相性の良いMY神社を味方に運氣アップのヒントをつかみましょう

12:00~13:00/15:30~16:30

受講料 各9,350円

定員:各日2名 申込期限:1週間前  
生年月日・出生地・出生時間(わかる方)をお知らせ下さい



講師: 鈴木 良孝

8/10(日) 10:00-12:00 夏休み

エコ素材でつくるステンドアート

## ディンプルアート

小学生はストラップ、大人はスタンドの作品を作ります。HP作品を選びお申込下さい

受講料 親子2作品 3,850円  
親子1作品 2,750円

・小2まで保護者同伴、小3~大人は1人参加OK  
・教材費は当日支払 キーホルダー880円 スタンド1,430円

定員:10名  
申込期限:8/3

講師: 沼田 晶子



①8/9(土) 13:00-17:00

夏休みの自由課題に対応! 毎年人気講座

夏休み

## 読書感想画を描こう

本を読んで「面白い!」「すてき!」「楽しい!」と感じたことを想像しながら表現しましょう

受講料 各6,215円(教材費込)

※小学3年以下は保護者同伴

定員:10名

申込期限:1週間前

講師: 山城道也



②8/9(土) 13:00-17:00

画用紙いっぱい描くコツをプロの画家から学ぼう

夏休み

## 動物の絵を描こう

動物の写真などをお持ちください。完成したお子様から終了。

受講料 各6,215円(教材費込)

※小学3年以下は保護者同伴

定員:10名

申込期限:1週間前

講師: 山城道也



5月・6月限定

全20講座

1,100円体験

通常1,650円~3,300円の体験レッスン料が、今だけ1,100円!



講座一覧を  
チェック!



静岡朝日テレビカルチャー



島田

TEL 0547-37-1941

【受講のご案内】●1日講座・体験レッスンは入会不要 ●1日講座は1回110円/人の維持費がかかります ●ご予約方法: ホームページ、店頭、電話のいずれか ●お支払い: 店頭、コンビニ払い ●電話受付時間 月~土10:00~17:00(講座開講時間によって変動あり) ●すべて税額表示 ●要事前入金(入金後のキャンセルはできません) ●キャンセルの場合には必ずご連絡ください