

# 島田スクール

2022 年  
はじめの一步

WEB申込みは 24 時間受付中!

静岡朝日テレビカルチャー 検索

お申し込み・お問い合わせ

≪月~土≫9時30分~19時  
(日)は第2・4週のみ(15時まで)

0547-37-1941



新型コロナウイルスの感染拡大状況により、スタート日や体験日、講座内容等を変更する場合があります。最新情報はホームページをご確認ください。

講座のご受講には、入会金大人:3,300円、中学生以下:1,650円がかかります。1日講座・体験レッスンは入会不要です。別途維持費が、継続講座1ヵ月330円、1日講座110円がかかります。全て税込表示。キャンセルの場合は、ご入金前にご連絡。

## お灸もやります! 鍼灸師が教える 身体スッキリ! ツボヨガ

NEW  
1/28  
スタート

鍼灸師の国家資格を持つ講師が指導するヨガクラスがスタート! 毎回講座の最後には、季節やその時期に感じやすい不調に合わせ、お灸を使ってツボケアを行います。



月3回(金)13:00~14:10  
2/4・25、3/4・11・25

受講料:15,840円(3ヵ月9回分/お灸代込) 音楽著作権料:198円  
鍼灸師 ヨガインストラクター 橋村 絵里

事前体験会 :1/21(金)13:00~14:10 特別価格:1,760円

## 週末の超初心者クラスがスタート! デッサンから始める絵画入門

NEW  
1/29  
スタート



静岡スクールでも人気の絵画クラスが土曜の午後に新登場! 大人になった今こそ一生楽しめる趣味をスタートしてみませんか。デッサンの基本から始めましょう。



第1・3(土)15:40~17:40  
2/5・19、3/5・19

受講料:13,200円(3ヵ月6回分) 教材費:990円

二紀会準会員 画家 山城 道也 特別価格:2,200円(手ぶらでOK)

## 見学 織細な線が魅力の絵画 たのしいポタニカルアート

2021 年秋にスタートしたばかりの新クラス。植物の姿をありのままに描く織細なアート。鉛筆デッサンからはじめて、透明水彩絵具で丁寧に彩色していきます。



第2・4(金)12:30~14:30

受講料:13,200円(3ヵ月6回分)  
教材費:660円(3ヵ月)  
\*入会時、道具別途あり  
美術家 カトウマキ

見学日:12/17、1/14、1/28

## お洒落なお部屋作りに欠かせない インテリアグリーンのある暮らし

期間限定  
NEW  
1/9  
スタート

毎回、プロが厳選した数種類の緑、器からあなた好みの素敵なグリーンを作りましょう。アフターケアもできるので育て方の疑問、悩みも即解決! 基礎知識を学んでどんどん緑に囲まれましょう。



第2(日)14:30~16:00 途中入会可  
1/9、2/13、3/13

受講料:6,600円(3ヵ月全3回)  
教材費:実費(毎回3,500円程度)  
「ANTIDOTE」マネージャー 山本 貴志 他

## 体験 11月にスタートした新しいクラスです ちいさな刺繍教室 超入門

手のひらサイズの、愛らしいワンポイント刺しゅうを楽しみましょう。少ない道具でスタートできるので、刺繍初心者さんにおすすめ!

第2(日)10:00~11:30

受講料:6,600円(3ヵ月3回分)  
教材費:2,640円(3ヵ月)\*道具別途あり  
刺繍教室講師 松浦 彩

体験日:12/12、1/9 体験料:2,530円

## 1日 簡単に帯付ができると大好評! 帯を切らない作り帯

着物は着たいけど帯付けが難しくって...という方におススメ。帯を切らずに折りたたみ、糸で縫い留めて仕上げます。大切な帯をそのままの形で楽しめるのが最大の魅力! 名古屋帯、袋帯に対応可能。



12/23(月)10:00~12:30

受講料:4,730円(教材費込み)

和裁士 大村 恵津子

見学  
できます

「はじめての和裁」

第1・3(月)10:00~12:30 好評開催中!

受講料:15,180円(3ヵ月6回分)  
見学日:12/20、1/17・31、2/7・21

## 今年こそ! 元気に動いて健康習慣始めよう!

スニーカーで気軽にステップ!  
簡単社交ダンスエクササイズ  
マンボやブルース・ワルツ等、社交ダンスのリズムを取り入れた、誰にでもできるやさしいステップ運動です。ペアを組まずスニーカーで、昔懐かしい音楽や歌謡曲に併せて楽しく体を動かしましょう。



NEW  
2/3  
スタート

第1・3(木)10:30~11:30  
2/17、3/3・17

受講料:11,880円(3ヵ月6回分) 音楽著作権料:132円  
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

事前体験会 :1/20(木) 10:30~11:30 特別価格:1,980円

## お腹を出さずにジャージでOK! 大人のためのフィットネスベリー

NEW  
2/2  
スタート

ベリーダンスをやってみたかったけど、お腹を出すことにハードルの高さを感じていた方におすすめの新クラスがスタート! 服装は T シャツとパンツで OK! エキゾチックな音楽を楽しみながら、メリハリのあるボディを目指しましょう。



第1・3(水)20:00~21:00  
2/16、3/2・16・30

受講料:9,900円(3ヵ月6回分) 音楽著作権料:132円  
JWI インストラクター 鈴木 未来

事前体験会 :1/19(水) 20:00~21:00 特別価格:1,650円

## 個々のレベルに合わせ指導します 期間限定 NEW 1/15 スタート ゴルフスクール



全くの初心者からスコアアップを目指す方まで、レベルに合わせて丁寧に指導します。@あり ※現地集合・解散

(土)①9:30~10:45②11:00~12:15

受講料:22,000円(3ヵ月全10回/ボール100球込)  
保険料:200円(損害保険ジャパン)  
JGTO ツアープレーヤー 数原 正直  
会場:中央公園ゴルフセンター(島田市野田)

## 無理なく体幹を鍛えよう 体験 できます 50代からのピラティス & ストレッチ

若さを保つために、最低限の筋力をつけて維持しましょう。大切なことは、無理なく自分のペースで行うこと。明るい講師による楽しいレッスンです。



第1・3(水)10:30~11:30

受講料:9,900円(3ヵ月6回分)音楽著作権料:132円  
AFAA 協会ピラティスアドバンスコーチ 山本 明美  
体験日:12/15、1/19、2/2 体験料:1,980円

## 1日 自宅でもできるお灸付き お灸に挑戦!

女性鍼灸師が、年齢や季節の変わり目など、女性ならではの体の不調に寄り添いこれからの季節を元気に過ごすための知識をお伝えします。



1/29(土)13:30~15:00

受講料:3,410円(資料・お灸セット代込)  
はり・きゅうサロン「はり笑」Harie 主宰  
鍼灸師 橋村 絵里

## 歌う&奏でる 音楽の楽しみいろいろ! まずは体験から!

### マリテスの英語で歌う ポップス&ジャズ

ジャズボーカリストのマリテスと、英語の名曲を楽しく歌いましょう。あなたの声の魅力を引きだし、上手に歌うポイントをやさしく指導します。カタコト英語でOK!



第2・4(月) 朝:10:30~12:00  
夜:19:15~20:45

受講料:14,190円(3ヵ月6回分)  
教材費:330円 音楽著作権料:132円  
ヴォーカリスト 安原 マリテス  
体験日:12/13・27、1/10・24 体験料:2,640円

### お腹から大きな声を出して健康に 健康ボイストレーニング

姿勢を意識して、お腹の底から思い切り声を出しましょう。気持ちよく歌って気持ちもスッキリ! 健康維持やストレス解消にも◎



第1・3(火) 11:30~13:00

受講料:13,860円(3ヵ月6回分)  
教材費:330円 音楽著作権料:132円  
声楽家 アンジェリ音楽院主宰 永田 文子  
体験日:12/7・21、1/18 体験料:2,640円

### 持ち運びが楽なカワイイ楽器 オカリナ入門

素材で温もりのある音色が魅力のオカリナ。音の出し方や息継ぎの仕方など、童謡などの簡単な曲を通して基本から学びます。(アケタ F 管) 使用



第1・3(水) 14:05~15:05

受講料:13,200円(3ヵ月6回分)  
音楽著作権料:132円 楽器代:約1万円  
オカリナ講師 原 佳乃  
体験日:12/15・22、1/19 体験料:2,530円

語学コースは3ヵ月又は6ヵ月更新！4月以降も継続予定です

**日本人講師が優しく教えます  
超初心者のための  
やさしい英会話**

（火）午後の新クラスがスタート！カタコト英語の方が大歓迎。英語を学ぶことを楽しみましょう。定員6名の少人数クラスです。

第1・2・3(火)13:00~14:10  
受講料:14,630円(2ヵ月全7回) 教材費:440円  
英会話講師 ワシントン大学卒 **朝比奈 弘恵**  
事前体験会 :1/18(火)13:00~14:10  
特別価格:1,760円

**旅行やビジネスに役立つ  
週末の中国語超入門**

大学でも教鞭をとる、ベテラン講師の元、北京語の正しい発音や挨拶などの基礎からじっくり学ぶことができます。平日忙しい方にもおすすめの土曜クラス。

第2・4(土)13:30~14:30  
受講料:9,900円(3ヵ月全5回) 教材費:330円  
静岡県立大学非常勤講師 **王 元武(ウ ケン)**  
事前体験会 :1/8(土)13:30~14:30  
特別価格:1,980円

**11月に始まったばかりのクラス  
楽しい韓国語 超入門**

韓国語の基礎となるハングル文字の読み書き・発音から会話まで学びます。ドラマ、K-POP、グルメなどの話題も取り入れた楽しいレッスンです。

第1・3(土)11:10~12:10  
★1/15スタートの場合  
受講料:11,880円(3ヵ月全6回) 教材費:330円  
韓国語講師 **金 福姫(キム ボッキ)**  
体験日:12/18、1/15・29 体験料:2,310円

**学べば老後資金が変わる！？  
はじめての投資の学校**

金融市場を20年近くみてきた講師が、投資・資産運用の基本を初心者目線でわかりやすく教えます。

第2・4(火)19:00~20:00  
第2・4(水)12:30~13:30  
受講料:13,860円(3ヵ月全6回)  
ストラテジスト **渡邊 希史**  
事前体験会 :12/14・28(火)12/8・22(水)  
上記時間通り 特別価格:各1,100円  
ZOOMによるオンライン教室もあります  
第1・3(月)19:00~20:00★1/31スタート  
受講料:11,550円(3ヵ月全5回)

**タイの伝統工芸  
フルーツベジタブル  
&ソーパークーピング**

ナイフ一本で、石鹸や果物、野菜などを彫刻し、美しい花や模様を立体的にデザインします。本場タイで技術を身につけた講師による指導です。

①第2(木)②第3(木)10:00~12:00  
受講料:8,250円(3ヵ月3回分)教材費:1,980円  
クーピング教室 whistle 主宰 **大石 ひとみ**  
体験日:12/16、1/13・20 体験料:3,740円

**3回で完成！  
型染の手提げ袋を  
つくろう**

伝統的な型染技法を気軽に体験できるコースが新登場！3回かけてワンポイントがカワイイ手提げ袋を作ります。

(月)13:45~16:15 1/31、2/7、2/21  
受講料:8,580円(2ヵ月全3回)  
教材費:1,540円  
うさぎ工房主宰 染色家 **松本 治子**

**KIDS 体験会**

**キッズ将棋教室**  
【5歳~小学生】  
12/27、1/24・31、2/14(月)17:00~18:30  
体験料:1,980円/元県アマ名人 棋道指導員5段 **高木 秀彰**

**たのしいドラムス**  
【小学生】  
12/17、1/7・21、2/4(金)18:10~19:10  
体験料:2,860円/プロドラマー 尾崎 浄

**こどものクラシックバレエ**  
【4歳~小学生】  
12/16・23、1/13・27、2/3(木)17:00~18:00  
体験料:1,980円/梶田美於バレエスタジオ **水野 舞子**

**エンジェルバレエ**  
【①3歳~幼児②小学生】  
12/26、1/9・23、2/13・27(日)  
①13:00~13:50②14:00~15:00  
体験料:1,980円/富田バレエ・アーツスタジオ主宰 **富田 志保**

**はじめてのタップダンス**  
【4歳~小学校3年】  
12/16、1/6・13・20、(木)16:00~16:45  
体験料:1,980円/HIRO タップダンスシティ講師 **KUMI**

**キッズ体育塾**  
【①幼児②小学校1~3年】  
1/15・29、2/5・19(土)  
①13:30~14:30②14:35~15:35  
体験料:1,980円/ヤマ・スポーツクラブ **鈴木 淳**

**キッズダンスビート**  
【①4歳~低学年②低学年~高学年】  
12/25、1/8・22、2/12・26(土)  
①16:05~17:05②17:15~18:30  
体験料:1,980円/アジエリミューズダンス講師 **永田 藍**

**元Jリーガーが伝授！  
キッズ  
走り方教室**

走るのが苦手なお子さまに、走るコツと楽しさを教えます。正しい手の振り方や脚の上げ方を知るだけで、今より速く走れるようになります。(対象:年長~小学校4年生)  
会場:サンフィールドぼらの丘(島田市野田・田あり)  
いつでも体験できます！  
12/11、1/8・22、2/12・26、3/12・26(体験料:1,980円)  
※途中入会可  
第2・4(土)10:00~11:00  
受講料:9,900円(3ヵ月全6回)  
サンフィールドぼらの丘代表 元Jリーガー **内藤 修弘**

**ホームページが新しくなりました  
1300講座から検索！**

新型コロナウイルス感染症予防対策に細心の注意を払って運営しております。

静岡朝日テレビカルチャー島田スクール  
☎ 0547-37-1941

**気軽に参加できる一日講座★ あなたはどれにする？<入会不要>**

**写経・写仏と精進料理**  
忙しい日常を離れて写仏・写経を行ってませんか。法話後には、春の食材をふんだんに盛り込んだ体にやさしい二の膳付きの精進料理を召し上がっていただく、心も身体も満足いただける1日講座です。

3/26(土)10:00~13:30  
受講料:3,300円 教材費:2,530円  
会場:水月庵(藤枝市瀬戸 Pあり)  
可睡齋典座老師 観音寺住職 **小金山 泰玄**

**おうちでも作れる材料キット付き  
台湾カステラを作ろう**

無添・安心な良品材料で、今話題のフワフワ台湾カステラを作りましょう。講師によるデモンストレーションとメレンゲの泡立て実習で、おうちでもパッチリ再現できます♪

1/23(日)10:00~12:00 定員8名  
受講料:4,840円(お土産カステラ・材料キット代込み)  
自然派素材ナチュリン主宰 **ひらばやし むつみ**

**島村先生と行く春の吟行会  
島田「蓬莱橋」を歩く**

世界一長い木造歩道橋「蓬莱橋」での吟行会。歴史を振り返りながら厄払いや長寿のご利益スポットとしても有名な蓬莱橋周辺を歩きます。

3/13(日)10:30~13:30  
受講料:4,730円(お弁当・渡橋代込み)  
※現地集合・解散 無料Pあり  
現代俳句協会理事 俳誌「宇宙」主宰 **島村 正**

**パーソナルカラー診断  
【50分個人】**

瞳の色や髪質・肌の色などから、あなたが最も魅力的に見える「色」を個別に診断。2022年、身につけて幸せを呼び込む「ハッピーカラー」もアドバイスします♪

1/15(土)13:00~16:50  
受講料:8,800円  
ワントゥーカー代表 **小島 真代**

**15~20分の施術が可能に  
ハンドトリートメント実技セミナー**

癒しの技術を1日で習得。ご自身はもちろんご家族や、お仕事にも、すぐに実践できるような基礎から学びます。

1/22(土)13:00~17:00  
受講料:7,700円 教材費:3,300円  
(テキスト・NPO法人の「スピニング」協会発行修了証込)  
日本ボディスタylist協会認定校 Luxia 主宰 **澤脇 雅乃**

**アロマカウンセリング  
【45分個人鑑定】**

アロマカードとアロマボトルの香りを使い、体調と精神を良い方向へ導きます。鑑定後、ご自身にあったアロマオイル(5ml)をブレンドしてお渡しします。

2/5(土)12:30~17:50  
受講料3,300円 教材費:3,410円  
アロマブレンドアドバイザー AEAJ認定アロマセラピーアドバイザー **明 由佳**

**2022年のワタシを教えてください！  
【個人鑑定】特集**

**みやき先生の  
開運！手相&タロット**

的中率の高さで定評のある講師を岐阜からお招きし、手相、四柱推命、タロット等、相談内容にあった占術であなただを占います。

2/12(土)10:30~19:05  
【30分個人鑑定】 受講料:5,390円  
幸せコーデーター **みやき みえこ**

**四柱推命で開運  
あなたの「MY神社」教えます**

生年月日からあなたが持つ生まれた才能や可能性を知り、これからの人生をどのように生きるかアドバイスします。 限定2名

①1/9(日)②13(日)15:30~16:30【60分個人鑑定】  
受講料:9,130円  
運勢鑑定事務所「忘荃」代表 **鈴木 良孝**

**楽天ネット占い人気のおい師が鑑定  
2022年の吉方位鑑定**

楽天ネット占い人気のおい師が直接対面で鑑定！毎月変わる2022年のあなたの吉方位を1年分鑑定します。

1/9(日)10:00~18:00  
【20分個人鑑定】 受講料:4,730円  
楽天占い師鑑定士 **颯樹(そうじゅ)**

**ヨガ&フィットネス** ★マークの講座は振替受講ができます (差額料金が発生する場合があります)

講座名	日時	体験日	体験料
リラクゼーション&ダイエットヨガ★	毎(火)10:00~11:20	12/21,1/11,18,25	1,980円
らくらくヨガ★	毎(月)13:30~14:40	12/20,1/10,17	1,980円
ヒーリングセラピーヨガ★	1・3(金)19:00~20:30	12/17,1/7,21,2/4	2,530円
リラックスヨガ★	2・4(火)13:30~14:50	12/28,1/11,25,2/8	1,980円
50代からのピラティス&ストレッチ★	1・3(水)10:30~11:30	12/15,1/19,2/2	1,980円
すてきなアロマヨガ★	1・3(土)10:00~11:30	12/18,1/15,29,2/5	2,530円
ゆったり瞑想ヨガ★	2・4(土)10:10~11:40	12/25,1/8,22,2/12	2,530円
日曜の体ほぐしヨガ★	2・4(日)10:00~11:10	12/26,1/9,23,2/13	2,310円
バレエストレッチ(木・日で振替可)	1・3(木)10:00~11:00	12/16,1/6,20,2/3	2,200円
	2・4(日)15:10~16:10	12/26,1/9,23,2/13	
セミパーソナルトレーニング	2・4(月)10:00~11:30	12/27,1/10,24	3,630円
50代からの簡単ステップダンス~DISCO WORLD~	1・3(水)18:50~19:50	12/15,1/19,2/2,16	1,980円