

60才から始める！ 習い事・体験レッスン



一覧

これからの人生を
楽しむために
今、始めたいこと

体験はお気軽に！
まずはWebまたはお電話で簡単予約♪

TEL 0547-37-1941 WEB 24時間受付中
【電話受付】月～土曜日：9:30～18:00
※講座状況に応じて変動あり
掲載講座の詳細は
ホームページでチェック！

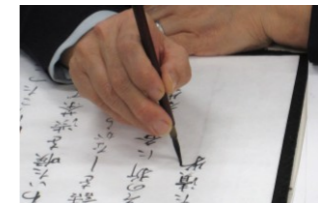


人生を、今こそ楽しもう！

プライベートレッスン

美しい文字は、一生の宝物 書道【水曜クラス】

実用から作品制作まで対応し、
目的に合った指導で書の魅力を
広げる書道教室です。



毎週(水) 9:30～12:00
【フリータイム60～90分】

受講料:18,150円(3ヵ月11回) 教材費:1,320円(3ヵ月)
書籍代別途 ※月2回クラスもございます。

体験：11/12・19・26 12/3・10 2,200円(要予約)
講師：宮地 柗石

心を落ち着かせる自分時間 書道【木曜クラス】

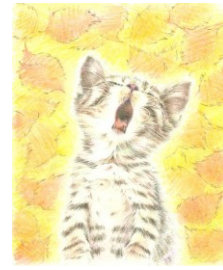
ペン字から毛筆まで、実力派講師が
個々に寄り添い丁寧に指導します。
子どもクラスも同時開催しているた
め、ご家族一緒に受講いただけます。



第1・2・4(木)16:30～18:30
【フリータイム60～90分】

受講料:12,870円(3ヵ月9回) 教材費:1,980円(書籍代・3ヵ月)
体験：11/6・13・27 12/4・11 2,200円(要予約)
講師：北川 耀香

いつもの日常をやさしくスケッチ 大人の 色えんぴつ画&水彩画



身近で親しみやすい、けれど奥が深い色
鉛筆を使って、日常にあるちょっとした
美しさをやさしいタッチで描いてみませ
んか。水彩画にも対応しています。

第4(木) 14:00～16:00
受講料:6,930円(3ヵ月3回)
教材費：990円(〒7代など)

体験：11/27 12/25 1/22 2,750円(要予約)
講師：杉村 清美

現役看護師の指導だから安心 笑って学んで若返る♪ シニア元気塾

明るい人柄の講師で教室は笑顔いっぱい！運動と学び
(座学)で頭と体の“貯筋”を始めましょう。



事前体験会：1/6・20 1,650円(要予約)
テーマ「ロコモを知ってよせつけない」

第1・3(火)10:00～11:30

受講料:9,900円(3ヵ月6回) 保険代:90円(3ヵ月)
講師：小寺 満里子

シニア向けテキストでゆったり学べる！ 60代から始める 英会話入門

もう一度英語を学びたい、外国人
と英語で話してみたいという方へ。
シニア向けテキストでリラックス
して学べるクラスです。



第2・4(木) 10:00～11:00
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 2,200円

体験：11/13・27 12/11・25 2,750円(要予約)
講師：小林 佑美

日常に、ちょっと特別な花の時間を ペピマンさんのフラワー&グリーン

島田市の人気花店『ペピマン』
さんが贈る、心ときめくフラ
ワーレッスンです。



見学できます(要予約)
第2(月) ①13:30～15:00 ②19:00～20:30
受講料:5,940円(3ヵ月3回) 教材費:実費(1回3,850円程度)

12/27(土)19:00～1日講座開催！(要予約)
『和モダン お正月生花アレンジ』7,590円
講師：椎野 真弓

楽しみながら脳の若さをキープ 麻雀教室【月曜クラス】

戦略と思考力を鍛えながら楽しく
学べる麻雀教室。初心者にも安心
な、やさしく丁寧なレッスンです。



体験：11/3・24 12/1・15
2,530円(要予約)

第1・3(月) 13:30～15:30
受講料:13,200円(3ヵ月6回) 教材費:660円(資料代)
※金曜クラスもございます。
詳しくはお問い合わせください。 講師：望月 雅継

大切な器を蘇らせる和の伝統技法 はじめての金継ぎ

蒔絵の技術も取り入れながら、
基本を学びつつご自身の器も直
せます。かぶれにくく、身体に
優しい「生漆」を使用します。



体験：11/15, 12/20, 1/17 5,940円(要予約)

第3(土) 14:00～16:30
受講料:13,200円(3ヵ月3回) 道具代・教材費 別途
初回のみ 練習用初回セット 5,940円
講師：杉浦 傑

季節の歌を口ずさみ、心に彩りを 童謡・唱歌 を歌おう

季節の童謡や唱歌をみな
んで楽しく歌い、心もリ
フレッシュしましょう♪



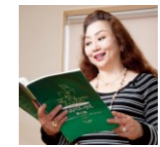
第1・3(月) 10:30～12:00

受講料:13,860円(3ヵ月6回)
教材費:資料代 330円(3ヵ月)

体験：11/10・17 12/1・15 2,640円(要予約)
講師：山中 雅代

世界の歌で、楽しく健康に 健康ボイストレーニング

姿勢を正し深呼吸、
お腹から声を出して
楽しく健康に！



第1・3(金) 13:30～15:00

受講料:13,860円(3ヵ月6回)
教材費:資料代 330円(3ヵ月)

体験：11/7・21 12/5・19
2,640円(要予約)
講師：永田 文子

実力派講師の発声レッスン！ 発声プライベートレッスン

実力派講師が声域の拡張や呼吸法
の習得をはじめ、発声の基本を丁
寧に指導する個人レッスン！

第1・3(金)15:00～15:30 他
【30分プライベートレッスン】
※詳細はお問い合わせください

受講料:23,100円(3ヵ月6回)
教材費:資料代 330円(3ヵ月)

体験：11/7・21 12/5・19
4,180円(要予約)

あの頃口ずさんだ歌 もう一度 昭和歌謡

一人ひとりの思い出を胸に一緒に
歌いましょう。レパートリーを広
げたい方におススメです。



第2・4(金) 11:00～13:00

受講料:13,200円(3ヵ月6回)
教材費:資料代 132円(3ヵ月)

体験：11/14・28 12/12・26
2,530円(要予約)
講師：増田 幸子

プライベートレッスン 楽しいカラオケ

お好きな曲(ポップス・演歌など)
を歌唱指導。発声の基礎を学んで
上達を目指す個人レッスンです。

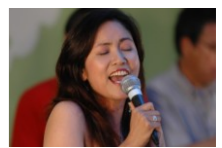
①第2・4(金) ②第2・4(水)
①②15:40～17:55 (要問合せ)
【うち30分プライベートレッスン】

受講料:19,800円(3ヵ月6回)
教材費:実費

体験：11/12・14・26・28
3,740円(要予約)

名曲を英語で歌って楽しもう！ マリテスのポップス&ジャズ

一度は聞いたことがある
ちょっと洒落た英語の歌。
みんなで楽しく歌います。



第2・4(月)
①10:30～12:00 ②19:00～20:30

受講料:14,190円(3ヵ月6回)
教材費:330円(資料代・3ヵ月)

体験：①11/10 12/1・8・22
②11/10・17 12/8・22 2,695円(要予約)
講師：安原 マリテス

プライベートレッスン 二胡【水曜クラス】

心に響く優しい音色が魅力の中国伝統
楽器「二胡」。CMでもおなじみの二胡
奏者が、楽器の扱い方から基本の音階、
曲の演奏までを丁寧に指導します。



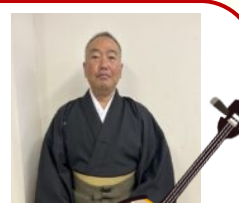
第1・3(水) 【30分プライベートレッスン】
17:00～17:30 他【空き時間はお問い合わせください】

受講料：16,500円～(3ヵ月6回) 教材費：330円
※楽器購入は講師に相談 ※レンタル料：1,650円/3ヵ月

体験：11/5・19 12/3・17 3,080円～ ※楽器以外無料(要予約)
講師：鈴木 裕子

沖縄の風を感じる 沖縄三線

大人気の琉球サウンドをになう「沖縄
三線」を、きめ細かい少人数レッシ
ンで、指導します。



第4(土) 18:00～20:00

受講料：10,560円(3ヵ月3回) 教材費：330円
※楽器購入は講師に相談 ※レンタル料：1,650円/3ヵ月

体験：11/22 12/27 3,850円～
※楽器レンタル無料(要予約)
講師：須田 秀明

新しい趣味で、心豊かに



入会不要

お時間がない方でも♪

気軽に一日講座



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) 保険料:90円(3ヵ月)

体験:11/13・27 12/11・25 1,980円(要予約)

講師:勝恵

めまい・耳鳴りにお悩みの方にも ベテラン講師 成田先生の ヨガ(3クラス)

初心者の方、運動が苦手な方や体を動かす習慣がなかった方でも少しずつ無理なく楽しめます。



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) ②③13,200円(3ヵ月6回) 保険料:90円(3ヵ月)

体験:①11/17・24 ②11/21・12/5 ③11/22・29 他
体験料:①1,980円 ②③2,530円 (要予約)

講師:成田 奈緒子

年末年始のおもてなし 野菜カービング 5種

包丁とカービングナイフを使って、野菜の飾り切りに挑戦。(人参・大根・ラディッシュ・赤玉ねぎ・きゅうり)



12/11(木)または18(木)
10:00~12:00

受講料:3,080円
教材費:1,700円(カービングナイフ付・野菜代)

講師:大石 ひとみ

パワー財布で新しい1年をスタート! グルーデコ® 財布をデコレーション



財布のワンポイント部分を、自分好みにアレンジ!100種類以上のクリスタルやパールのパーツは盛り放題☆財布の色は3色から選べます。(黒もあり)

12/3(水)13:30~15:00

受講料:2,750円 教材費:2,900円(講師に当日払い)
講師:渡辺 詩歌

深い呼吸と優しい動きで長寿を目指そう 健康体操 自彊術

続けることで、健康な体へ。膝や腰への負担が気になる方も気楽に参加いただける、手軽な体操です。



毎週(金) 10:00~11:30

受講料:17,160円(3ヵ月12回) 保険料:90円(3ヵ月)

体験:11/14・21・28 12/5・12・19 1,760円(要予約)

講師:廣野 あき子

人気ダンサーと楽しく踊りましょう♪ はじめての 社交ダンス

スタンダード、ラテンの基礎的な動きや身体の使い方をエクササイズとして取り入れ、より上手に踊れるように丁寧に指導します。



毎週(木) 14:10~15:10

受講料:21,120円(3ヵ月12回) 保険料:90円(3ヵ月)

体験:11/13・20・27 12/4・11 1,980円(要予約)

講師:永井 謙作

作る楽しみ、飾る喜び☆ 紅白の水引きで祝うお正月飾り

畳縁をリボンに見立て、紅白のクラフトバンドやシルクフラワー、アーティフィシャルフラワー(人工花)で淑やかに仕上げる和モダンな壁飾りです。



12/9(火)10:30~12:00

受講料:3,850円(教材費込み)

講師:村松 晶子

DECOクレイクラフト(樹脂粘土)で作る 春色♪お洒落な 多肉ポット

エレガントでありながら気軽に出来るとセレブの間でも注目のDECOクレイクラフト。美しい質感が長時間楽しめるので、お部屋を彩る素敵なインテリアに。



2026.1/22(木)10:00~12:30

受講料:3,960円(教材費込み)

講師:田口 千早

※1日講座は、1回110円/人 の維持費がかかります。

響くりズムで心も弾む♪60代から楽しむ はじめての タップダンス

軽快なステップと心地よいリズムにのって気持ちよく汗をかき、自然と笑顔が広がる特別な時間を過ごしましょう。タップシューズのレンタル可。



第1・2・3(木) 13:30~14:45

受講料:17,820円(3ヵ月9回) 保険料:90円(3ヵ月)

体験:11/13・20 12/4・11・18 2,310円(要予約)

講師:KUMI

イギリスの伝統レース編み はじめての タティングレース

手のひらサイズのシャトルを使って糸を結び、その連続でレースを作る英国貴族の伝統技法です。体験の方は、可愛いチャーム等小物を作ります。(写真は全3回コースで作る作品です)



第3(月) 13:00~15:00

受講料:9,240円(3ヵ月3回) 教材費:実費 シャトル代570円

体験:11/17 12/15 1/19 3,410円(要予約)

講師:高木 桂一

かごやバッグなど...小物のアレンジが楽しめる 和紙と柿渋の 一閑張り

竹で編んだ籠やザルに和紙を張り、柿渋を重ね塗りすることで、防水・防虫・防腐効果があり、とても丈夫で素敵な小物が出来上がります。



第4(水) 13:30~16:00

受講料:8,250円(3ヵ月3回) 教材費:実費

体験:ご相談ください。見学できます。11/26・12/24

講師:金刺 京子

やさしいふんわりタッチが魅力 パステル画

パステルの柔らかな色彩と技法で自由な表現を楽しみながら、リラックス効果も感じられる講座です。



第1・3(火) 13:30~15:30

受講料:14,520円(3ヵ月6回) 教材費:実費
初回教材費 16,000円程度

体験:11/4・18 12/2・16 2,640円(要予約)

講師:なわり よこ



静岡朝日テレビカルチャー 島田スクール 島田市本通3-6-1 歩歩路2F

■お申込み・お問い合わせ

【電話番号】

0547-37-1941

【電話受付】月~土曜日9:30~18:00
※営業時間は講座の状況により異なります。

Webからのお申込みは24時間受付中!

【ホームページ】

静岡朝日テレビカルチャー 検索

<https://www.satv-c.co.jp/>

ホームページのQRコードはこちら



【LINE公式アカウント】

友だち追加で
トークメニューから簡単予約!

QRコードから
友だち追加できます



※受講(体験・見学)希望日の1週間前までにご予約をお願い申し上げます

■アクセス

島田市地域交流センター歩歩路2F



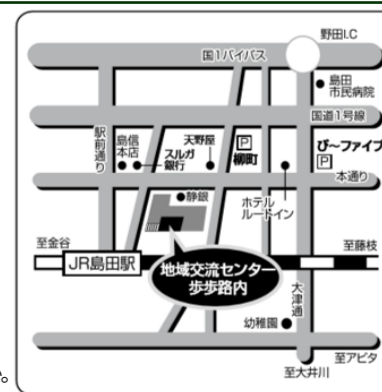
- JR「島田駅」北口から徒歩約3分
- バス停「本通三丁目東」から徒歩3分

提携駐車場

ご来店の際は下記駐車場をご利用ください。歩歩路受付にて割引駐車場チケットを販売しております。

- 柳町駐車場
- ぴ〜ファイブ

※他の駐車場のチケットは販売しておりませんのでご注意ください。



●継続する講座、期間限定講座をご受講いただくには、会員登録が必要です。入会金: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・体験参加は会員登録不要です●ほとんどの講座が3ヵ月毎の更新制です●施設維持管理のため維持費として、継続講座1ヵ月660円、1日講座110円別途がかかります●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