

今すぐできる！「リビング文化教室」生徒募集中心

あなたの家の近くに楽しい教室があります！問い合わせ・申し込みは各教室へ

日本舞踊

おなじみの曲、好きな曲から始めることができ、楽しく踊れるよう一人ずつ丁寧に指導。着付けも指導。無料体験受け付け中。まずは電話を（午前中に）。葵区宮前町31、パッチワーク・デイジー（カキベ）
054(28)46600
http://www.800.ne.jp/as-daisy/

パッチワーク

人気の布雑貨を自分で作る「布小物くらぶ」新設。全5回、9800円。パッチワーク教室も随時生徒募集。月・火・金・土曜の好きな曜日に。葵区宮前町31、パッチワーク・デイジー
http://www.800.ne.jp/as-daisy/

シルバークラーク

銀細工で世界に一つだけの、あなた好みのオリジナル作品を作ってみませんか。都合の良い日時、月1回から通えます。まずは気軽に体験してみませんか。資格取得も可。
葵区羽鳥1381ノ6、松永真知子
054(27)1227
http://www.winnate.co.jp

パソコン教室

小学生から80代の人まで学べる「超」初心者向けのパソコン教室。個別指導なので自分のペースでOK。午前10時～午後9時。静岡市駿河区一色149ノ6
054(24)6141
http://www.winnate.co.jp

ピアノ教室

情操教育、生涯学習、リハビリに。楽しくレッスンしながら右脳開発。豊富な演奏技術、豊かな音楽性を身につけませんか。無料体験も。まずは問い合わせを。1回30分、4回6500円。葵区山崎1ノ217、西沢綾子
054(27)4748
http://ishi.ac/

ウインメイト

小学生から80代の人まで学べる「超」初心者向けのパソコン教室。個別指導なので自分のペースでOK。午前10時～午後9時。静岡市駿河区一色149ノ6
054(24)6141
http://www.winnate.co.jp

PIANO音楽教室

情操教育、生涯学習、リハビリに。楽しくレッスンしながら右脳開発。豊富な演奏技術、豊かな音楽性を身につけませんか。無料体験も。まずは問い合わせを。1回30分、4回6500円。葵区山崎1ノ217、西沢綾子
054(27)4748
http://ishi.ac/

西沢ピアノ教室

情操教育、生涯学習、リハビリに。楽しくレッスンしながら右脳開発。豊富な演奏技術、豊かな音楽性を身につけませんか。無料体験も。まずは問い合わせを。1回30分、4回6500円。葵区山崎1ノ217、西沢綾子
054(27)4748
http://ishi.ac/

ジャズダンス

初級者向けのジャズダンス教室です。火曜、午前10時～11時30分。日程表があるので、まずは連絡を。グランシップ練習場1、2、「J」ジャズダンス教室
http://www.k4.dion.ne.jp/london/

生け花

生け花を通して心の琴線にふれてみませんか。水・木曜、月1回。夜間OK。チケット制。花材400円。まずは無料体験。資格取得可。駿河区東新田2ノ6ノ8（長田東小学校近く）、石原・横山
054(26)1101
http://www3.tokai.jp/likehana-daisuki/

料理

西洋料理菓子・懐中心のサロン制。生活潤いと癒しを暮らしを楽しくするためのフィニッシュスクールタイプの教室です。月1回、5000円（材料費込み）。夜間あり。清水区堂林、料理教室・コバケクラブ
054(35)41052

手作りパン教室

家庭的な雰囲気で、楽しく学んでみませんか。パン・ケーキ・和菓子・料理・シユガーなど、少人数制で学べます。入会金3000円、受講料3000円。駐車場あり。葵区長沼631ノ1、野中パン・ケーキ教室
054(26)12021

天然酵母パン教室

国産小麦粉を使用。穀類（大麦・小麦・もち米）と長芋などの根菜類から作る100%天然酵母パン。自然の甘み、柔らかさ、香りが美味。仕事の合間にできます。月1回。葵区千代田6ノ7ノ7、井上和子
054(26)31606

小原流生け花 橋本

生け花を通して心の琴線にふれてみませんか。水・木曜、月1回。夜間OK。チケット制。花材400円。まずは無料体験。資格取得可。駿河区東新田2ノ6ノ8（長田東小学校近く）、石原・横山
054(26)1101
http://www3.tokai.jp/likehana-daisuki/

アトリエ Gure Chan

生け花を通して心の琴線にふれてみませんか。水・木曜、月1回。夜間OK。チケット制。花材400円。まずは無料体験。資格取得可。駿河区東新田2ノ6ノ8（長田東小学校近く）、石原・横山
054(26)1101
http://www3.tokai.jp/likehana-daisuki/

グランシップ

生け花を通して心の琴線にふれてみませんか。水・木曜、月1回。夜間OK。チケット制。花材400円。まずは無料体験。資格取得可。駿河区東新田2ノ6ノ8（長田東小学校近く）、石原・横山
054(26)1101
http://www3.tokai.jp/likehana-daisuki/

ウェディングの小物

大切な日のためにウェディングの小物を作ります。リングピローとウエルカムボードを、素敵な布、レース、リボン、刺しゅうなどで仕上げます。オリジナルならではのやさしさと温もりが魅力。一生の記念になりそうです。
10月22日(月)、11月5日(月)、午後1時30分～4時
全2回 1万2000円 ウェルカムボードの額は付いていません
●持ち物 裁縫道具、2B鉛筆、ものさし、筆記用具
□講師 山口泰代さんほか・P&Q Bee主宰

パッチワーク倶楽部

大好きな布を使ってパッチワークを楽しみます。手芸が苦手でも初心者でも大丈夫。基礎からステップアップしてわりなくノウハウを覚えることができます。
10月10日からの第2・4水曜、午前10時～正午 午後1～3時の2コース
各全6回 1万500円(初回キット1300円別途、教室で)
●持ち物 裁縫道具、2B鉛筆、ものさし、筆記用具 パッチワーク用具は教室にも用意あり(実費)
□講師 山口泰代さんほか・P&Q Bee主宰

デトックスストレッチ

簡単な「デトックスストレッチ」でいつまでも若々しく！肩こり、腰痛、便秘、シミ、シワなど、顔から足先までの悩みをトータルにケア。心身ともに健康＆スッキリスリムを目指しましょう。
10月3日からの毎週水曜、午前10～11時
10回 1万1550円(設備維持費3000円別途、一緒に振り込みを) 随時入会可
●持ち物 動きやすい服装
□講師 鈴木靖恵さん・心と体の健康広場「セ・ラビア」主宰

ベビーマッサージ

役立つ赤ちゃんの全身マッサージを学びます。
10月10日(水)、午後1時30分～3時30分 全1回 4500円
(教材費込み) ●持ち物 赤ちゃんがくめるようなバスタオル、水分補給できる飲み物、オムツ、筆記用具、マタニティーの人は赤ちゃんの代用として人形かぬいぐるみ
□講師 伊藤加代子さん・ロイヤルリフレクソロジー協会

マタニティヨガ

ベテランの助産師が指導。つわり、腰痛、心理的緊張などをヨガで整えます。
10月5日からの第1・3金曜、午後1時～2時 3回 5670円 ●持ち物 運動しやすい服装、タオル
□講師 片山明子さん・フィジカルヨガ普及協会認定指導員、助産師

洋裁&リフォーム

初心者にも丁寧に指導。丈つめやウエストを大きくするなど、サイズ直しもOKです。
10月3日からの第1・3水曜、午前10時～午後1時 6回 9450円 ●募集人数 5人 ●持ち物 自分が作り変えたい服、裁縫道具、ハサミ(大・小)、定規(50cm以上)
□講師 新美弘美さん

やさしい英会話

日常会話から旅行に必要な英語まで、国際経験豊富な日本人講師が新テキストで教えます。
10月2日からの毎週火曜、午前10時30分～正午 随時入会可 11回 2万1000円(テキスト代1575円別途、教室で) ●持ち物 筆記用具
□講師 利光厚子さん

健康体操 自強術(じきょうじゆつ)

自強術は一連の動作をすることで、心や体を整えていきます。年齢は関係なく、体力に自信がない、運動が苦手、健康に不安を感じている人におすすめの健康体操です。生活習慣病、心身ストレス、肩こり、腰痛などが気になるなら、気軽にチャレンジを。
10月12日からの第2・4金曜、午後1時30分～3時 10回 1万1550円
●持ち物 動きやすい服装
□講師 佐久間照子さん・自強術普及会指導員

心・体・頭の健康表現体操

懐かしいメロディーに合わせて体を動かす人気の講座！無理なく取り組めると評判で、日本だけでなく世界にも広がりをみせている体操です。有酸素運動で脳と体をリフレッシュさせ、老化防止、生活習慣病予防、シェイプアップを目指します。
10月3日からの第1・3水曜、午後1時30分～3時 全10回 8400円
●持ち物 飲み物、タオル、運動のできる靴
□講師 山田智子さん・全日本健康音楽研究会

入会金なし！充実の内容、魅力の講師陣、種類豊富な全110講座。注目の新講座も続々登場！

楽しく学ぶ！輝く！リビングカルチャー倶楽部

もう一度フランス語

10/2～11回 1万4700円
あこがれのフランス語を楽しみながらもう一度始めませんか？復習講座です。
10月2日からの毎週火曜、午後6時50分～7時50分 11回 1万4700円(テキスト代不要) 5人以上の場合のみ開講 ●持ち物 筆記用具 □講師 西田博子さん・県立高校非常勤講師

英会話・実用編

10/5～10回 2万1000円
確実に習得できると評判の講座。日本人が間違えやすいフレーズなどを学びます。見学可。
10月5日からの毎週金曜、午後6時30分～8時20分 10回 2万1000円(3カ月分、テキスト代2500円前後、当日、テキストと引き換え) □講師 クリスティン海野さん

大人のクラシックバレエ基礎クラス

10/1～12回 1万8900円
人気の高い大人のバレエを楽しみましょう。全身ストレッチで体を伸ばします。
10月1日からの毎週月曜、午後2時30分～4時 12回 1万8900円 ●持ち物 動きやすい服装、タオル、バレエシューズ(持っていない人は靴下。バレエシューズ希望者は初回に) □講師 杉本麻紀DanceBreath主宰

大人から始めるバレエ

10/1～全12回 2万5200円
バレエは大人になってからでも十分OK！
10月1日からの毎週月曜、午後7時～8時30分 全12回 2万5200円 ●持ち物 動きやすい服装、タオル、バレエシューズ(持っていない人は靴下。バレエシューズ希望者は初回に) □講師 杉本麻紀DanceBreath主宰

河野麻耶 フラメンコ教室

10/1～4月4回 6300円
全身を使ってシェイプアップできる、華麗なフラメンコに挑戦しませんか。子どもから大人まで本場のフラメンコが踊れます。初心者OK。またフラメンコソング体験(不定期)や、発表会(1年半ごと)などもあります。
10月1日からの毎週各曜日、6コース(別表参照) 月4回 6300円
●持ち物 丈の長いフレアスカート(なければパンツでも可)靴底がゴムでないと靴、動きやすい服装会場 静岡市駿河区池田137-1 JR「東静岡駅」から徒歩約10分(後で現地までの地図を送付)
□講師 河野麻耶フラメンコ舞踊団員

18:30～19:30	入門
19:30～20:30	初級
11:00～12:00	中級
18:30～19:30	入門
17:30～18:30	キッズ(小学生対象)
19:00～20:00	中級

10月の休講 / 29日(月)～31日(水)
11月の休講 / 12日(月)～15日(木)・22日(水) 11月は3回。月謝は4725円

生花で作るブーケ・ブートニア

11/6 10回 1万2600円
ラウンドブーケ、ティアドロップブーケ、キャスケードブーケ...。ブーケホルダーを使用した生花のアレンジを楽しみませんか。初心者でも豪華な作品を作ることができます。
11月6日からの第1・3火曜、午後6時30分～8時 10回 1万2600円(花材費1回2500～3500円、毎回実費。ブーケスタンド1000円・ブーケホルダー500円は初回のみ、各別途、教室で)
●持ち物 筆記用具、花バサミ、お手ふき、持ち帰り袋
□講師 吉野洋子さん・1級フラワーデザイナー