

2018年夏季講座 講座情報一覧 **NEW!**

新規開設講座と夏休み企画が加わった講座情報一覧です。

ご予約・お申込みは

フリーダイヤル **0120-141-413** まで

カルチャースクール会員様は、ご希望の講座の番号（100ではじまる数字6桁）と会員番号をお申し付けください。

講座情報はホームページからもご覧いただけます。各講座の開講日および日程をカレンダー形式でご確認いただけます。



「いよかる」で検索!

いよかる

検索

表の見方について

| 講座ID | ① | 講座名 | ④ 受講料 | 見学 | ○ | 体 | △ |
|------|--------|-----|----------|----|---|---|---|
| 日程 | 曜 時間数 | | 受講料総額 | 単 | ⑥ | 途 | — |
| 開講日 | ② 開始時間 | 講師名 | 回数 | 発 | X | 中 | — |
| 全日程 | | | ⑤ 教材・材料費 | | | | |

- ①講座ID…講座ごとに割り当てられた管理番号です。
- ②日程/曜日/時間数…講座の実施頻度と曜日、1回あたりの講義時間(分)です。
- ③開講日/開始時間/全日程…講座の初回日付と開始時間、全開催日程です。
- ④受講料/受講料総額/回数…一回あたりの受講単価、講座の総回数と総額です。(※全て税込価格)
- ⑤教材・材料費…教材・材料購入が必要な場合の費用総額です。(※全て税込価格)
- ⑥見学/体験/単発/途中…○の場合可能、△の場合応相談、Xの場合不可、—の場合該当なしです。

【NEW】2018年夏季★新設講座



いよぎんマネーセミナー

伊予銀行様のご協力による分かりやすいマネー講座です。受講料は全て無料です。各回定員20名

| | | | | | | | |
|------------------|------------------------------------|---|--|--|--|--|--|
| edu100763 | いよぎんマネーセミナー①～退職金の上手な使い方～ | | | | | | |
| 第4水 | 45分 | 老後の不安を解消する手段として、また充実したセカンドライフを過ごすため、退職金の上手な使い方、貯める・増やす・残すを一緒に考えてみませんか? | | | | | |
| 6/27 | 18:15 | | | | | | |
| edu100764 | いよぎんマネーセミナー②～よくわかるiDeco～ | | | | | | |
| 第4水 | 45分 | 個人型確定拠出年金「iDeco(イデコ)」について、詳しく、具体的な事例やシュミレーションを交えながら、分かりやすく説明します。 | | | | | |
| 7/25 | 18:15 | | | | | | |
| edu100765 | いよぎんマネーセミナー③～相続の知識と対策～ | | | | | | |
| 第3金 | 45分 | 相続問題は、資産のある家庭に限った問題ではありません。資産の有無に限らず、また仲の良い家庭においても起こり得ます。相続問題を選べるポイントや対策について、実例を交えながら分かりやすく説明します。 | | | | | |
| 8/17 | 10:30 | | | | | | |
| edu100766 | いよぎんマネーセミナー④～介護を知る&備える～ | | | | | | |
| 第3金 | 45分 | 介護にかかる費用がどれくらいかご存知ですか? 具体的な事例を交えながら、今からできる将来の介護に向けた備えについて分かりやすくご説明します。 | | | | | |
| 8/17 | 13:00 | | | | | | |

こどもが主役! いよカル夏休み企画2018

| | | | | | | |
|---|----------------------|------------------------------------|----|-----|---|--------|
| summer100767 | パステルアートで | ¥1,620 | 見学 | — | 体 | — |
| 第4日 | 90分 | うちわ作り♪ | 単 | — | 途 | — |
| 7/22 | 13:00 | 浜田 陽子 (Pastel Healing Space OASIS) | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 7/22(日) | | | 全1回 | | ¥540 |
| 指を使って、パステルアートで団扇に絵を描きましょう! 自由な発想で思い出に残る一本を仕上げてください。4歳以上対象、小学生以上の場合はお子様のみ参加可能。 | | | | | | |
| summer100768 | SUSUさんの夏休み羊毛 | ¥1,080 | 見学 | — | 体 | — |
| 第1日 | 90分 | フェルト教室🐏① | 単 | — | 途 | — |
| 8/5 | 13:00 | 羽留種珠 (Wool-SUSU) | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 8/5(日) | | | 全1回 | | ¥500 |
| SUSUさんの夏休み羊毛フェルト教室🐏② 第3日 8/19 10:30 | | | | | | |
| 流行りの羊毛フェルトを使って、ストラップやバックチャーム、キーホルダーなどを作ります。簡単そうで、実はいろいろコツがある針使いを丁寧に指導します。夏の思い出作りにも、お揃いの羊毛アクセサリーを作ってみませんか? ※親子受講、兄弟姉妹3名まで1名分の受講料で参加可能(材料費別途必要) | | | | | | |
| summer100770 | キッズ歓迎! オリジナル | ¥1,620 | 見学 | — | 体 | — |
| 第4木 | 90分 | ハーバリウムを作ろう! ① | 単 | — | 途 | — |
| 8/23 | 15:30 | 白戸 優華 (atelier-rafeli) | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 8/23(木) | | | 全1回 | | ¥1,620 |
| キッズ歓迎! オリジナルハーバリウムを作ろう! ② 第4土 8/25 10:30 | | | | | | |
| 沢山あるお花から自由にえらび、オリジナルハーバリウムをつくりましょう。夏休みの宿題にも最適です。サイズ、本数は自由にお選びいただけます。※親御様の付き添い必須です。お子様と一緒に制作される場合は、材料費のみお支払いください。 | | | | | | |
| summer100772 | キラキラ☆ビーズ | ¥1,080 | 見学 | — | 体 | — |
| 第2金 | 90分 | キーホルダー作り① | 単 | — | 途 | — |
| 8/10 | 15:30 | ビーズクラフト・mayuri | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 8/10(金) | | | 全1回 | | ¥540 |
| キラキラ☆ビーズキーホルダー作り② 第4金 8/24 15:30 | | | | | | |
| お好みのビーズを選んで通すだけのキーホルダー作り(仕上げは講師がお手伝い致します)小学生以上はお子様のみ参加可能。 | | | | | | |
| summer100774 | 井戸啓司のこども | ¥1,620 | 見学 | — | 体 | — |
| 第3月 | 120分 | 水彩画教室【1DAY】 | 単 | — | 途 | — |
| 8/20 | 15:00 | 井戸 啓司 (紫蘭の会) | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 8/20(日) | | | 全1回 | | ¥1,620 |
| 【小学生以上対象】水彩画1DAY教室(風景画)です。夏休みの思い出の場所やワンシーンを、水彩画で表現してみましょう! はがきサイズの額付きフレームか画用紙いずれかを選択できます。 | | | | | | |
| summer100777 | キッズヨガ体験レッスン | ¥1,080 | 見学 | — | 体 | — |
| 第1月 | 60分 | | 単 | — | 途 | — |
| 8/6 | 15:30 | Mai | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 8/6(日) | | | 全1回 | | ¥0 |
| どうぶつポーズや乗り物など交えて子どもたちと楽しみながら、身体面だけでなく呼吸の大切さを伝え、集中力や自己肯定感、など心身ともにアプローチしながらヨガを行います。吸収力のあるこどもにだからこそ早い段階でヨガを取り入れてみませんか? 【親御様はプラス500円で参加可能】 | | | | | | |
| summer100775 | キッズ・ハワイアンフラ | ¥1,000 | 見学 | ○ | 体 | ○ |
| 日曜日 | 60分 | 教室<低学年クラス> | 単 | ○ | 途 | ○ |
| 7/29 | 15:30 | 片側 仁奈 | 発 | ○ | 中 | ○ |
| 全日程 | 7/29(日)8/5(日)8/19(日) | | | 全3回 | | ¥3,000 |
| キッズ・ハワイアンフラ教室<高学年クラス> | | | | | | |
| 7/29 | 16:30 | 全日程 7/29(日)8/5(日)8/19(日) | | | | ¥0 |
| 夏休み限定のフラダンス教室です。興味はあるけど始めるきっかけがない、楽しい思い出や新しいお友達をつくりたいキッズにおすすめです。親御様のご観覧可能です。 | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|----------------------|---------------------|----|-----|---|--------|
| beauty100758 | 綺麗に歩こう! 健康美 | ¥2,160 | 見学 | ○ | 体 | ○ |
| 第3土 | 70分 | ウォーキング | 単 | ○ | 途 | ○ |
| 7/21 | 13:00 | 菊地 紀衣 (日本DF WALK協会) | 発 | ○ | 中 | ○ |
| 全日程 | 7/21(土)8/18(土) | | | 全2回 | | ¥4,320 |
| 【体験会】綺麗に歩こう! 健康美ウォーキング 第5土 6/30 ¥1,080 | | | | | | |
| 「90歳になってもハイヒールの履ける人生を!」一般社団法人日本DF WALK主宰。DF WALKは、上質な姿勢と歩き方、立ち居振る舞いを行うことで、心身の美と健康を促進させる独自のウォーキングメソッドです。 | | | | | | |
| edu100759 | 「似合う」が分かる! 骨格 | ¥3,240 | 見学 | — | 体 | — |
| 第1月 | 90分 | スタイル入門【夜】① | 単 | — | 途 | — |
| 7/2 | 19:00 | 宇佐美ゆかり | 発 | — | 中 | — |
| 全日程 | 7/2(月) | | | 全1回 | | ¥0 |
| 話題の骨格スタイル分析について、わかりやすく説明する入門講座です。自分の骨格タイプを知ることで、ファッション全般の似合う・似合わないが分かります。服で失敗したくない、自分に似合うスタイル、コーディネイトを見つけない方におすすめです。※パーソナルカラー講座(裏面)との同時受講推奨 | | | | | | |
| sport100756 | らくらくバレエ体操 | ¥1,620 | 見学 | ○ | 体 | ○ |
| 第1・3(5) | 60分 | | 単 | ○ | 途 | ○ |
| 7/19 | 14:00 | 高橋 由樹 (Y's Ballet) | 発 | ○ | 中 | ○ |
| 全日程 | 7/19(木)8/2(木)8/30(木) | | | 全3回 | | ¥4,860 |
| 【体験会】らくらくバレエ体操 第1木 7/5 ¥810 | | | | | | |
| バレエの動きをとり入れた、バーを使わない床でできる体操です。体を柔らかくし、体のバランスを強化します。初心者歓迎! 体が固くても大丈夫。年齢不問、男性の受講可能です。 | | | | | | |

| | | | | | |
|--|-------------------------------|--------|------------------|------------------|---|
| 夏休み企画講座続き | | | | | |
| summer100780 | キッズ・アナウンス講座 | ¥1,620 | 見 学 単 発 | 体 験 途 中 | - |
| 第4木 90分 | 【1～3年生クラス】 | 全1回 | | | |
| 7/26 15:30 | 福井 一恵 (アナウンサー) | あり | | ¥1,080 | |
| 全日程 7/26(木) | ※「こどものためのアナウンスブック」持参の場合、材料費不要 | | | | |
| summer100781 | キッズ・アナウンス講座【4～6年生クラス】 | | | | |
| 7/27 15:30 | 全日程 7/27(金) | | | | |
| 発表や音読が苦手でも大丈夫!アナウンサーが人前で上手に話す基本をわかりやすく指導します。小さな成功体験の積み重ねを応援します。親御様の観覧&撮影・録音可能です。 | | | | | |

| | | | | | |
|--|-------------------------|---------------|------------------|------------------|------------|
| summer100778 | キミもキーボードリスト | ¥1,000 | 見 学 単 発 | 体 験 途 中 | - |
| 第5火 60分 | !!! <低学年クラス> | ¥2,000 全2回 | | | |
| 7/30 13:00 | 梶本 有紀 | 無し | | ¥0 | |
| 全日程 7/30(月)7/31(火) | ※年少～小学3年生対象 | | | | |
| summer100779 | キミもキーボードリスト!!! <高学年クラス> | | | | |
| 7/30 14:30 | 全日程 7/30(月)7/31(火) | | | | ※小学4～6年生対象 |
| ♪音楽を楽しむ2DAYS♪電子キーボードで、様々な音色を出し、お友達と一緒にアンサンブルを楽しみましょう。鍵盤ハーモニカなど楽器の持ち込み歓迎! 小さなお子様向けレッスンの経験豊富な講師が、丁寧に指導します。 | | | | | |

2018年開講講座の一覧

※各講座の開講状況、定員等については ☎0120-141-413までお問合せください。

| 講座ID | 講座名 | 受講料 | 回数 |
|--|-------------------------------------|-----------|----------|
| 日程 | 開始時間 時間数 講師名 | 材料費の有無と金額 | |
| 全日程 1DAY講座の場合は開催日、その他通常講座は実施日を記載 | | | |
| 暮らしに役立つ講座 | | | |
| liv100652-1 | 俳句カフェ(夜)～のんびりまったり5・7・5～ | ¥1,620 | 全3回 |
| 第2火 | 19:00 120分 和泉厚子 (襟の会) | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/12(火)7/10(火)8/28(火) | | | |
| liv100652-2 | 俳句カフェ(昼)～のんびりまったり5・7・5～ | ¥1,620 | 全3回 |
| 第1月 | 12:00 180分 松田かをり (襟の会) | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/4(月)7/2(月)8/6(月) | | | |
| liv100654 | はじめてのアロマセラピー② | ¥1,620 | 全1回 |
| 第2土 | 7/14 10:30 60分 森 なほ | あり | ¥600 |
| liv100656 | はじめてのアロマハンドトリートメント② | ¥2,700 | 全1回 |
| 第2土 | 7/14 13:00 120分 森 なほ | あり | ¥500 |
| liv100657 | アロマ活用術入門 | ¥1,620 | 全3回 |
| 第3(5)金 | 10:30 75分 森 なほ | あり | ¥2,592 |
| 全日程 6/15(金)7/20(金)8/31(金) | | | |
| liv100658 | 元気になりたいあなたのアロマ活用術 | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・4月 | 19:00 75分 森 なほ | あり | ¥5,184 |
| 全日程 6/18(月)6/25(月)7/16(月)7/23(月)8/20(月)8/27(月) | | | |
| liv100661 | 簡単! はじめてのスマートフォン講座07月① | ¥0 | 全1回 |
| 第2・4月 | 7/9 13:00 120分 愛媛CATV | 無し | ¥0 |
| 7/23 簡単! はじめてのスマートフォン講座07月② 8/27 簡単! はじめてのスマートフォン講座08月 | | | |
| liv100658 | 元気になりたいあなたのアロマ活用術 | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・4月 | 19:00 75分 森 なほ | あり | ¥5,184 |
| 全日程 6/18(月)6/25(月)7/16(月)7/23(月)8/20(月)8/27(月) | | | |
| 歌声・音楽の講座 | | | |
| music100665 | ♪あのオカリナで好きな曲を吹こう! | ¥1,620 | 全6回 |
| 第2・4火 | 13:30 90分 浅野 翔子 | あり | ¥17,820 |
| 全日程 6/12(火)6/26(火)7/10(火)7/24(火)8/7(火)8/21(火) | | | |
| music100666 | ♪キーボード!!! でEnjoy music! | ¥1,620 | 全6回 |
| 第2・4月 | 10:00 90分 梶本 有紀 | あり | ¥1,500～ |
| 全日程 6/11(月)6/25(月)7/9(月)7/23(月)8/13(月)8/27(月) | | | |
| music100668 | ♪ティンホイッスル1 DAY講座② | ¥3,240 | 全1回 |
| その他日 | 7/29 14:00 120分 久保 真由美 | あり | 楽器購入 |
| 8/19 楽器購入 | ♪ティンホイッスル1 DAY講座③ | | |
| music100670 | ♪はじめよう! ティンホイッスル | ¥2,160 | 全6回 |
| 第2・4水 | 14:30 60分 久保 真由美 | あり | 楽器購入 |
| 全日程 6/13(水)6/27(水)7/11(水)7/25(水)8/8(水)8/22(水) | | | |
| music100671 | ♪歌って健康! コーラスリハビリ®合唱団 | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・3水 | 10:00 60分 塚本 愛 (コーラスリハビリ®マスター講師) | あり | ¥1,188 |
| 全日程 6/6(水)6/20(水)7/4(水)7/18(水)8/1(水)8/29(水) | | | |
| music100672 | ♪大きな声で歌おう! 合唱講座 | ¥1,620 | 全5回 |
| 第1・3火 | 10:00 90分 塚本 愛 (コーラスリハビリ®マスター講師) | あり | ¥2,226 |
| 全日程 6/5(火)6/19(火)7/3(火)7/17(火)7/31(火) | | | |
| music100673 | ♪癒やしの弦楽器マンドリン | ¥1,620 | 全6回 |
| 第2・4木 | 13:30 90分 牧野 麗子 | あり | 楽器購入 |
| 全日程 6/14(木)6/28(木)7/12(木)7/26(木)8/9(木)8/23(木) | | | |
| music100675 | ♪シニアボイストレーニング② | ¥2,160 | 全3回 |
| 第1・3・5火 | 14:00 60分 渡部 マリ (Lasmariposas) | 無し | ¥0 |
| 全日程 7/17(火)8/7(火)8/21(火) | | | |
| music100679 | ♪なつかしい日本の歌をハーモニカで | ¥1,620 | 全5回 |
| 第2・4土 | 13:30 90分 井原 孝明 (ハーモニカ奏者 愛媛作曲協議会理事) | あり | 5,000円程度 |
| 全日程 6/9(土)6/23(土)7/14(土)7/28(土)8/25(土) | | | |
| 教養・資格取得の講座 | | | |
| edu100681 | 人間関係スッキリ! ～キャラクターロジー®心理学入門～② | ¥3,240 | 全1回 |
| 第4日 | 7/15 13:30 90分 石川 舞衣子 | 無し | ¥0 |
| 8/5 人間関係スッキリ! ～キャラクターロジー®心理学入門～③ | | | |
| edu100753 | キャラクターロジー®心理学～性格タイプ別受験のススメ～② | ¥3,240 | 全1回 |
| 第4土 | 7/28 10:00 120分 堀内ふみ | 無し | ¥0 |
| 8/25 キャラクターロジー®心理学～性格タイプ別受験のススメ～③ | | | |
| edu100684 | 色を楽しもう! パーソナルカラー入門② | ¥1,620 | 全1回 |
| 第2水 | 7/11 19:00 60分 猪野 弥生 | 無し | ¥0 |
| 8/8 色を楽しもう! パーソナルカラー入門③ | | | |
| edu100687 | 色を楽しもう! パーソナルカラー実践② | ¥1,620 | 全1回 |
| 第3木 | 7/19 19:00 60分 猪野 弥生 | 無し | ¥0 |
| 8/30 色を楽しもう! パーソナルカラー実践③ | | | |
| edu100689 | 40歳から始める おとなの脳トレ | ¥1,620 | 全6回 |
| その他木 | 10:00 90分 得居 なぎさ | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/14(木)6/21(木)7/12(木)7/19(木)8/9(木)8/23(木) | | | |
| edu100690 | 将棋講座 | ¥1,350 | 全6回 |
| 第2・4水 | 10:00 90分 松山将棋センター 児島有一郎 五段 | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/13(水)6/27(水)7/11(水)7/25(水)8/8(水)8/22(水) | | | |
| edu100692 | 整理収納アドバイザー3級認定講座② | ¥9,720 | 全1回 |
| 第3土 | 7/28 15:30 180分 梶岡ルミ子 (快適生活 アメニティR) | 無し | ¥0 |
| 8/18 整理収納アドバイザー3級認定講座③ | | | |
| 芸術・アートの講座 | | | |
| art100694 | 井戸啓司の水彩画教室～初級編～ | ¥2,160 | 全3回 |
| 第3月 | 12:45 120分 井戸 啓司 (紫蘭の会) | あり | ¥1,728 |
| 全日程 6/18(月)7/16(月)8/20(月) | | | |

| | | | |
|--|--|--------|-------------|
| art100695 | 樹脂粘土でフラワーアート～バラの花～ | ¥1,620 | 全5回 |
| 第2・4土 | 10:00 120分 長沼 敬子 | あり | ¥6,000 |
| 全日程 6/9(土)6/23(土)7/14(土)7/28(土)8/25(土) | | | |
| art100696 | お洒落なアルファベット カリグラフィー講座 | ¥2,160 | 全6回 |
| 第2・4火 | 10:00 90分 今城 リエ (atelier.R) | あり | ¥12,960 |
| 全日程 6/12(火)6/26(火)7/10(火)7/24(火)8/21(火)8/28(火) | | | |
| art100698 | 【1DAY】パラレルペンで簡単カリグラフィータッチ! ② | ¥2,160 | 全1回 |
| 第1土 | 7/7 10:00 120分 今城 リエ (atelier.R) | あり | 2,000円程度 |
| 8/4 【1DAY】パラレルペンで簡単カリグラフィータッチ! ③ | | | |
| art100704 | ハーバリウム1DAYワークショップ② | ¥1,620 | 全1回 |
| 第4土 | 7/28 10:30 90分 白戸 優華 (atelier-rafeli) | あり | 1,000～2,000 |
| 8/25 ハーバリウム1DAYワークショップ③ | | | |
| art100706 | 指で描く! パステルアート入門講座 | ¥3,240 | 全3回 |
| 第4日 | 10:30 90分 浜田 陽子 (Pastel Healing Space OASIS) | あり | 540円/回 |
| 全日程 6/24(日)7/22(日)8/26(日) | | | |
| art100707 | 簡単ビーズアクセサリ! | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・3・5金 | 13:30 120分 ビーズクラフト・mayuri (谷岡真里・小川真由子) | あり | ¥9,000 |
| 全日程 6/1(金)6/15(金)7/6(金)7/20(金)8/3(金)8/31(金) | | | |
| art100708 | はじめての「羊毛フェルト猫人形」額飾り編 | ¥2,160 | 全3回 |
| 第1木 | 16:00 90分 羽留種珠 (Wool-SUSU) | あり | ¥1,500 |
| 全日程 6/7(木)7/5(木)8/2(木) | | | |

健康・スポーツの講座

| | | | |
|--|-----------------------------------|--------|----------|
| sport100710 | お腹を凹ますための体幹トレーニング | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・3水 | 13:00 60分 窪田 三恵 (ボディ・デザイン・スタジオ34) | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/6(水)6/20(水)7/4(水)7/18(水)8/1(水)8/31(金) | | | |
| sport100711 | アロマヨガで心と身体をリラックス! 【火曜コース】 | ¥1,620 | 全11回 |
| 毎週火 | 16:30 60分 Mai | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/5,6/12,6/19,6/26,7/3,7/10,7/17,7/24,8/7,8/21,8/28, | | | |
| sport100712 | アロマヨガで心と身体をリラックス! 【金曜コース】 | ¥1,620 | 全6回 |
| 第2・4金 | 10:30 60分 Mai | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/8(金)6/22(金)7/13(金)7/27(金)8/10(金)8/24(金) | | | |
| sport100722 | ナイトアロマヨガで週中リフレッシュ! | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・3水 | 19:00 60分 Mai | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/6(水)6/20(水)7/4(水)7/18(水)8/1(水)8/29(水) | | | |
| sport100723 | 健康増進! おもいで歌体操 | ¥1,080 | 全6回 |
| 第2・4金 | 13:30 90分 NPO法人全日本健康音楽研究会 愛媛支部 | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/8(金)6/22(金)7/13(金)7/27(金)8/10(金)8/24(金) | | | |
| sport100724 | ハワイアンフラでリフレッシュ&ダイエット | ¥2,160 | 全6回 |
| 第1・3火 | 19:00 90分 片側 仁奈 | あり | 5,000円程度 |
| 全日程 6/19(火)7/3(火)7/17(火)7/31(火)8/7(火)8/21(火) | | | |

語学の講座

| | | | |
|---|--------------------------------------|--------|--------|
| lang100732 | 【英語】よく分かる&話せる「おもてなし英会話」 | ¥2,160 | 全6回 |
| 第1・3(5)金 | 19:00 60分 Per Adolfsson (パール アドルフソン) | あり | ¥1,000 |
| 全日程 6/29(金)7/6(金)7/20(金)8/3(金)8/17(金)8/31(金) | | | |
| lang100733 | 【中国語】中国語4級検定コース【木曜夜】 | ¥2,592 | 全6回 |
| 第2・4木 | 19:00 90分 張 曉美 | あり | ¥2,376 |
| 全日程 6/14(木)6/28(木)7/12(木)7/26(木)8/9(木)8/23(木) | | | |
| lang100734 | 【中国語】入門者基礎コース【金曜夕】 | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・3・ | 16:30 90分 張 曉美 | あり | ¥1,404 |
| 全日程 6/15(金)6/29(金)7/6(金)7/20(金)8/3(金)8/31(金) | | | |
| lang100735 | 【中国語】初級者基礎コース【金曜夜】 | ¥1,620 | 全6回 |
| 第2・4金 | 19:00 90分 張 曉美 | あり | ¥1,404 |
| 全日程 6/8(金)6/22(金)7/13(金)7/27(金)8/10(金)8/24(金) | | | |

美容・食と健康の講座

| | | | |
|---|--|--------|--------|
| beauty100739 | 簡単キレイ! 夏の楽々メイクレッスン♪ | ¥1,188 | 全3回 |
| 第2火 | 10:00 60分 本田 純子 | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/12(火)7/10(火)8/7(火) | | | |
| beauty100741 | 【1DAY】耳つぼ・腸活入門② | ¥1,620 | 全1回 |
| 第1木 | 7/5 19:00 90分 柴田 かおり | あり | ¥1,080 |
| 8/2 【1DAY】耳つぼ・腸活入門③ | | | |
| beauty100743 | 免疫力改善! ～中医学やさしい薬膳～ | ¥2,160 | 全3回 |
| 第1木 | 10:00 90分 原口 陽子 (中医薬膳学院) | あり | ¥6,480 |
| 全日程 6/7(木)7/5(木)8/2(木) | | | |
| beauty100744 | はじめてのリンパ巡り体操<女性限定> | ¥1,620 | 全6回 |
| 第1・3月 | 10:30 60分 リンパ節子 (iya-sya) | 無し | ¥0 |
| 全日程 6/4(月)6/18(月)7/2(月)7/16(月)8/6(月)8/20(月) | | | |
| キッズ・ママ向けの講座 | | | |
| baby100737 | 子どもたちの創作アート! 07月 | ¥1,080 | 全1回 |
| 第1日 | 7/8 10:30 90分 たまい えりこ (Art space アテナルミエール) | あり | ¥1,080 |
| 8/5 子どもたちの創作アート! 08月 | | | |

特別講座 ※先着順定員20名

| | | | |
|---------------|--------------------------------------|--|--|
| special100751 | 伊藤園お茶セミナー | | |
| 第3土 120分 | ～美味しいお茶の淹れ方～ | | |
| 7/21 10:00 | お茶の基礎知識や歴史、文化や健康性、おいしいお茶の淹れ方をご説明します。 | | |
| 参加無料 | 淹れ方による味のの違いを体験していただけます。 | | |
| | 伊藤園は、お茶を通して楽しく、健康的な食生活を応援いたします。 | | |

