

城北 中国語基礎会話 **NEW**

第1、3火曜日 9月1日、15日 10月6日、20日(火)9:30~10:30
講師:加藤 英明
発音記号を覚えれば、だれでも正しく発音ができます。旅先での会話もOK!中国語の歌も歌ってみましょう!



■受講料/1,100円 ■教材費/¥30程度
■持ち物/筆記用具

大平台 ヨガレッスン

毎週火曜日 9月1、8、15、29日 10月6、13、20、27日
ヨガレッスン 10:00~10:50
自分と向き合う時間を大切に、心も身体もリフレッシュ!
マタニティヨガ 11:00~11:50
赤ちゃんと共にリラックスして、今しかないマタニティライフを楽しみましょう♪



■受講料/1,100円 講師:野澤 奈奈
■持ち物/水分補給飲料、タオル、ヨガマット、運動のできる服装 ※ヨガマット貸出可

城北 二胡初級クラス **NEW**

第1、3水曜日 9月2日、16日 10月7日、21日 9:00~11:00
講師:加藤 英明
楽譜が読めなくても大丈夫!
基本から丁寧に教えます。
簡単な曲ならすぐ弾けるようになります。



■受講料/1,100円
■持ち物/楽器(貸出あり)

城北 暮らしに緑を 多肉テラリウム


第2火曜日 9月8日 10月13日 9:30~11:00
講師:野中 美香子
ぶにぶにした葉っぱとユニークな形が特徴の多肉植物は、細かな手入れがいらず育てやすい植物です。心に潤いを与えてくれる緑を、暮らしに取り入れてみませんか?



■受講料/1,100円
■材料費/1,000円
■持ち物/エプロン、あればピンセット

城北 琴クラブ 憧れのお琴を奏でてみませんか?

第2、4火曜日 9月8日 10月13日、27日 9:00~11:00
講師:藤井 賀都巴 夕希子 莉江子
あこがれのお琴を自分の手で奏でてみませんか?初めての方、大歓迎です。



■受講料/1,100円
■テキスト代/別途
■持ち物/琴爪(ある方)
※お琴はこちらで貸し出します。

大平台 飾り巻き寿司 仙

第2土曜日 9月12日(土) 10月10日 10:00~11:00
講師:徳田
みんなが笑顔になる飾り巻き寿司。
誰もが簡単に作れる美味しいレシピをご紹介します。
9月/お月見団子 10月/カボチャ



■受講料/550円
■材料費/1,500円(1本)
■持ち物/エプロン、ラップ、持ち帰り用容器
※写真はイメージです

城北 ロイヤルベビーマッサージ教室

第2、4木曜日 9月10日、24日 10月8日、22日 10:00~11:00
講師:横道 由香
■受講料/1,100円
■持ち物/バスタオル2枚、おもちゃ、水分補給飲料(母乳OK)
※初めての方は9:45開始になります。
■材料費/¥1,620(初回:オイル、おしっこシート、プリント)※2回目以降は¥500



※写真はイメージです

城北 パソコン講座 実践・基礎コース

基礎コース 9月/編集 10月/構成
隔週水曜日 9月9日、23日 10月7日、21日
応用コース 9月/表計算 10月/編集
隔週金曜日 9月4日、18日 8月2日、16日 9:30~11:00
講師:杉元 真友実
■受講料/各1,375円 ■テキスト代/500円(初回のみ)
■持ち物/パソコン、テキスト、筆記用具※パソコン貸出1回500円



城北 太極拳~足をきたえる健康体操~

第2、4木曜日 9月10日、24日 10月8日、22日 14:00~16:00
講師:長谷川 徳子 金子 清二
60歳以上限定
初回無料
体幹をきたえて、転倒防止!
筋力の低下を予防しましょう。
講師2名で、万全のフォロー体制!



■受講料/1,100円
■持ち物/運動靴、タオル、水分補給飲料
※運動のできる服装でお越し下さい。

大平台 英会話

※参加者さんの予定により日程変更の場合有。まずはお電話ください。
第2、4金曜日 9月11日、25日 10月9日、23日
基礎から学ぶ英会話 10:00~11:00
身近な出来事を通して始めましょう
初めてのトラベル英会話 11:00~12:00
旅先で必要な場面ごとに学びます
講師:中川 有子
■受講料/1,100円
■プリント代/100円/月
■持ち物/筆記用具
新たに「語学」にチャレンジしてみませんか?初心者の方も安心して溶け込めるアットホームな雰囲気です。



城北 お好きな曲をギターでやさしいギター教室

第1、3月曜日 13:00~14:45
唱歌、懐メロ、フォーク、クラシック等、好きな曲をギターで弾いてみませんか?
楽器が初めての方でも大歓迎。
ご自分のペースで進めましょう♪



■受講料/¥1,100
■持ち物/ギター(無料貸出有ります)

城北 毎日が変わる心理学入門 ~自分らしさ、発見~

第2土曜日 9月12日 10月10日 10:00~11:30
講師:杉元 真友実
心理学のひとつ「交流分析」を用いて、自分のことや人との関わり方を学んでいきます。知っている人間関係が円滑に♪暮らしが幸せになる知識を身につけませんか?



■受講料/1,100円 ■資料代/¥50
■持ち物/筆記用具

大平台 パステル和(NAGOMI)アート


第2月曜日 9月14日、10月12日 10:00~11:30
講師:北島 多江子
童心に返ってワクワク。温かみのあるカラーパステルをパウダー状に削って、指で自由に描く不思議なアートです。絵の上手い下手は関係なく簡単に描けます。



■受講料/1,100円
■材料費/1,500円
■フレーム代/1,750円(希望者)

城北 手作り小物教室


第2木曜日 9月10日 10月8日 9:30~10:30
講師:西川 千晶
9月/中秋の名月にちなんだお月見の練り切りを2つ作ります。
10月/ハロウィーンのかぼちゃとゴーストの練り切り。餡は栗とかぼちゃで秋を満喫。



■受講料/1,100円 ■材料費/各¥1,300円
■持ち物/布巾(さらしなど毛羽立たないもの)、持ち帰り容器保冷剤、必要であればエプロン

城北 免疫力を上げるリンパ体操


第2、4火曜日 9月8日 10月13日、27日(火) 9:30~10:30
講師:血良 陽子(国際ウェルネス協会公認)
優しく触れて呼吸したり揺らしながら、硬くなった筋肉をゆるめていきます。日常的なカラダの不調改善に役立つリンパ体操です。



■受講料/770円 ■持ち物/ヨガマット(貸出有)またはバスタオル、フェイスタオル、水分補給飲料 ※運動のできる服装でお越し下さい。

城北 ボールで快適BODY 体幹エクササイズ


第2、4金曜日 9月11日、25日 10月9日、23日 19:30~20:30
講師:中本 純香
膝や腰など関節に負担をかけずに、ボールで弾みながらできる有酸素運動。



■受講料/1,100円
■ボール代/300円
■持ち物/水分補給飲料・動きやすい服装 ※ヨガマットは無料貸出有

城北 墨絵入門


第1、3金曜日 9月4日、18日 10月2日、16日 9:00~11:00
講師:大杉 豊伸
9/4「花又は果実」、9/18「風景」、10/2「人物」、10/16「魚貝」を描きます。身近な物から風景まで、様々な絵を描きます。今人気の講座です!



■受講料/1,100円
■持ち物/習字の下敷き、文鎮(お持ちの方)、筆洗い容器(1,000cc)、使用済タオル
※写真はイメージです

大平台 初めての書道 基礎から楽しく学びましょう

第2、4火曜日 9月8日 10月13日、27日 10:00~12:00
講師:佐藤 北泉
美しい文字を書いて、集中力もアップ!
少人数制ですので、お一人ずつ丁寧に指導いたします。



■受講料/1,100円
■材料費/700円
■持ち物/書道一式(筆、小筆、半紙、下敷、墨滴、文鎮)

参加のお申込み お問合せは ☎0120-24-2880 9:30~17:30 日・祝日休み

お申し込み後のキャンセルはお電話にてお早めにお願ひします。尚、前日(土・日曜・祝日含まず)当日のキャンセルはいかなる場合も受講料の半額を頂戴させていただきます。教材費のかかる講座は材料と引き換えに教材費をいただく場合があります。

講師募集中! 出張講座します!
素敵な習い事を教えて下さる方、募集中!! 施設やイベントなどでの出張講座などもご相談下さい。

知久屋和合店でも開講中!お気軽にお問い合わせ下さい。



※都合により、決められた曜日から変更している場合があります。開講日は「日にち」でご確認下さい。赤ちゃんマークのある講座は、託児室のご用意しておりませんがお子様連れでもご受講できます。詳しくはお問合せください。

楽しく学ぶ講座

東洋医学の知恵～漢方ライフを楽しもう～ 講師:鈴木孝恵 国際中醫師
城北 第3水曜日 9月16日 10月21日 13:00～14:30
私ってどんな人? 講師:杉元 真友実
和合 第4月曜日 9月28日 10月26日 15:30～16:30

知ってるようで知らない 浜松の歴史 講師:池谷 勝利
城北 第4金曜日 9月25日 10月23日 13:00～14:30
知ってるようで知らない 浜松の歴史 講師:池谷 勝利
和合 第2水曜日 9月9日 10月14日 14:00～15:30

雪月花 教養舞踊講座 講師:岡部 澄子
城北 第1,3月曜日 夜間/全3回 9月7日 10月5日,19日 19:30～21:00

写真の楽しみ第一歩・第二歩 講師:小塚 浩
城北 第2水曜日 9月9日 10月14日 16:00～17:30

楽しく飾り巻き寿司 講師:えのわ
城北 9月19日(土) 10月17日(土) 10:00～11:00

気学 講師:村上 華彩
◆基礎コース ～楽しく学ぶ九星の基礎～ 13:00～15:00
◆応用コース ～気学をさらに奥深く追求～ 10:30～12:00

語学講座

韓国語 講師:金 玟址
城北 第2,4土曜日 9月12日,26日 10月10日,24日
◆基礎講座 13:30～14:45 ◆入門編 15:00～16:15
城北 第1,3土曜日 9月5日,19日 10月3日,17日
◆初級 13:30～14:45 ◆中級 15:00～16:15

会話を楽しむ韓国語 講師:金 玟址
城北 第1,3土曜日 9月5日,19日 10月3日,17日 16:30～17:45

やらまいか!英語講座(全10回) 講師:落合 歩
城北 火曜日 9月1日,15日 10月6日,20日 13:00～14:00
9/1「日本を説明してみよう:台風について」9/15「英語で世界をおもてなし④浜松ガイド編」
10/6「日本を説明してみよう:運動会について」10/20「英語で世界をおもてなし⑤浜松ガイド」
個人または少人数 学び直しの韓国語 講師:金 玟址
大平台 第1,3月・金曜日 9月7日,14日 10月5日,19日(月)

健康講座

体すっきり☆シェイプアップピラティス 講師:柴田 敦子
大平台 毎週火曜日 9月1,8,15,29日 10月6,13,20,27日 13:00～13:50
初回無料

心も身体もリフレッシュ! ハワイアンダンス 講師:川瀬 静枝
城北 第1,3木曜日 9月3日,17日 10月1日,15日 9:30～10:45

筋肉向上で脂肪すっきり体操 講師:鈴木 百合子
城北 第1,3火曜日 9月1日,15日,29日 10月6日,20日 9:30～10:45
大平台 毎週月曜日コース 9月7,14,28日 10月5,12,19日,26日 13:00～14:15
毎週木曜日コース 9月3,10,17日,24日 10月1,8,15,22日,29日 13:00～14:15
毎週土曜日コース 9月5,12,19,26日 10月3,10,17,24,31日 10:00～11:15

夜間講座 雅ヨーガ操体教室 講師:芥川 登喜代
城北 夜間 毎週火曜日 9月1,8,15,29日 10月6,13,20,27日 19:00～20:30
毎週水曜日 9月2,9,16,23,30日 10月7,14,21,28日 14:00～15:30
初回無料

見学も可能です!まずはお気軽にお問合せ下さい。

小物を作る講座

はじめての切り絵 素敵なインテリア 講師:成田 恵美子
大平台 第3火曜日 9月15日,10月20日 10:00～12:00
やさしい編み物 講師:草島 章子
城北 第2,4月曜日 9月14日,28日 10月12日,26日 10:00～12:00

大人のための紙粘土 粘土をこねて脳活性 講師:黒川 恵子
城北 第2,4月曜日 9月14日,28日 10月12日,26日 9:00～11:00

デコパージュ 講師:河合 斗志子
城北 第3金曜日 9月18日,10月16日 13:00～15:00
大平台 第3木曜日 9月17日,10月15日 10:00～12:00

やさしい卓上手織り 講師:草島 章子
大平台 第1,3金曜日 9月4日,18日 10月2日,16日 13:00～15:00

絵手紙 9月/大判ハガキにかく絵手紙 10月/墨で秋野菜をかく
城北 第3水曜日 9月16日 10月21日 9:30～11:00

消しゴムはんこの教室 9月/秋のモチーフでティッシュBOX 10月/花のモチーフでミニポーチ
城北 第1水曜日 9月2日 10月7日 9:30～11:00

しまんと新聞バッグ講座 講師:八木千佳代
城北 第1,3木曜日 9月3日,17日 10月1日,15日 13:30～15:00

すぐに使えるトレンド小物 講師:塚本 祐子
城北 第3木曜日 9月17日 10月15日 9:00～11:00

大人の塗り絵教室 まずは色鉛筆で身近な物を書いてみましょう
大平台 第1,3金曜日 9月4日,18日 10月2日,16日 10:00～12:00

楽しい絵手紙 9/14「ワンパウで字を書く」28「丸い物を書く」
大平台 第2,4月曜日 9月14日,28日 10月12日,26日 10:00～12:00

失敗しない手描きの己書(おのれしょ) 幸座 講師:大場 貢
城北 第2水曜日 9月9日 10月14日 9:00～11:00

水引教室 講師:青木 きよ子
城北 第2水曜日 9月9日 10月14日 9:00～11:00

奏でる講座

ギター個人レッスン 講師:鈴木 啓子
城北 毎週土曜日 ※時間はお相談ください

歌うように奏でよう! ハーモニカ初級講座 講師:高村 昌幸
城北 第2,4金曜日 9月11日,25日 10月9日,23日 14:00～15:30
大平台 第2,4火曜日 9月8日,10月13日,27日 14:00～15:30

お花の講座

暮らしに生かすフラワーデザイン 9月ベシックアレンジ 10月秋のアレンジ
城北 第3月曜日 9月28日,10月19日 14:00～16:00

季節を楽しむフラワーデザイン ①ハーバリウム ②フレッシュフラワー ③プリザーブドフラワー
城北 第2月・第4金曜日 9月14日,25日 10月12日,23日 18:30～20:30

気軽にフラワーアレンジ 講師:藤本 博子
城北 第2,4金曜日 9月11日,25日 10月9日,23日 9:00～11:00
大平台 第4土曜日 9月26日 10月24日 10:00～12:00

マスクの着用・手指消毒をお願い致します

新型コロナウイルスの感染症対策のため、ご参加の際にはマスクの着用、手指の消毒をお願い致します。また、室内の換気やお客様同士の間隔を空けるなど、感染対策にご協力ください。

