

実用

パソコン教室

講師 (資)オフィスピーシーネット
代表取締役

清水 雅夫

月曜日(月2回)(計6回)

13:30~16:00

料金 19,440円

※初心者不可

ワード・エクセル・インターネット・メール・
デジカメ編集・筆まめ賀状・音楽CD作成・
DVD作成・データ保存・その他



女性のためのマナー教室

講師 日本現代作法会師範
岡田 和子

第3水曜日(計3回)

13:00~14:30

料金 4,860円

テキスト・教材費972円

またお会いしたい、そんな女性になるための立
ち居振る舞い、冠婚葬祭の知識、テーブルマナー
など日常にすぐ役立つマナーのレッスンです。

開講日はいつでも体験できます

体験料 1,620円 教材費 324円

期日 前日まで



現役カウンセラーが教える恋愛・ビジネスシーンに使える 心理カウンセリング講座

講師 特定非常利活動法人 ころろ和み理事長
(社会福祉士・心理カウンセラー)

濱田 陽介

第2・4土曜日(計6回)

10:00~11:30

料金 14,904円

テキスト代1,500円

よりよい人生を送るために心理学を学んで今後
に生かしてみませんか?実践型で楽しく学べま
すのでお気軽にご参加ください。

開講日はいつでも体験できます

体験料 500円



アロマで癒しのレッスン

講師 日本アロマ研究所所属講師
賀屋 幸子/山本 勲

土曜日(月1回)(計3回)

10:00~12:00

料金 8,100円

材料費1,500円(1回あたり)

アロマは心身を癒し、毎日の暮らしを快適にしま
す。毎回いろいろな実習を行い、お持ち帰りいた
だけます。

開講日はいつでも体験できます

体験料 1,620円教材費1,500円

期日 3日前まで



健康運動

講師 整・体・リンパセラピスト、健康管理士
渡邊 桂子

第1・3月曜日(計6回)

10:00~11:30

料金 6,480円



健康の為、少し筋肉を動かしてみませんか?
リンパを流してリフトアップはもとより、身体を
動かして健康寿命を伸ばしましょう。

開講日はいつでも体験できます

体験料 500円

美BODYレッスン&表情筋エクササイズ

講師 ヴェーネレ山口講師
大橋 佐代子

第4火曜日(計3回)

10:00~11:30

料金 4,860円



美乳、美尻も思いのまま。女性らしくびれも
ゲット。イメージを最大限に利用したエクササイズ
で美しいボディラインを作ります。年齢に関係
なく誰でも簡単にいつからでも始められます。

開講日はいつでも体験できます

体験料 無料

医師も勧める楽しい”足もみ健康法”

講師 OfficeU代表
上田 美子

第1・3木曜日(計6回)

13:00~15:00

料金 12,960円

教材費500円



世界中でブーム!足全体を自分で強くもみつ
ぶして血液循環を良くすることで、健康の回復、
維持、管理ができるようになる健康法です。

開講日はいつでも体験できます

体験料 1,620円

和に親しむ着付け教室

講師 京都きもの学院副院長
村田 捷世

毎週木曜日(計12回)

13:00~15:00

料金 16,848円

教材費3,000円程度



着る楽しみと着せる楽しみをお教えます。それ
ぞれの生徒に合わせた内容で教えてもらえて、
とても勉強になります。着物に興味がある人に
オススメです。

開講日はいつでも体験できます

体験料 1,404円

煎茶道松月流教室

講師 (財)松月流公認教授、
松月流指導者連盟島根西支部長
松崎 幸代

第4木曜日(計3回)

13:00~15:00

料金 4,860円

お菓子代、お茶代200円/回

煎茶、番茶、玉露、中国茶等、お茶の出し方を学び
ます。美味しいお茶を頂きながらおもてなしの心
も学びましょう。

開講日はいつでも体験できます

体験料 無料 お菓子代、お茶代200円

期日 前日まで



趣味

吉田正の写真倶楽部

講師 写真家、日本広告写真家協会会員、
日本写真芸術学会会員

吉田 正

第4日曜日(計3回)

13:15~16:45

料金 6,804円



写真に上手下手などありません。輝く瞬間を写
真でいっぱい。自分の知らない部分に気づけ
たり、他の人の写真を参考にすることもできま
す。先生が良いところをほめて伸ばしてくれる
ので楽しいと評判です。

自分と仲間を守る登山の基本講座

講師 ラポールやまぐち代表
林 孝行

土曜日(月1回)

9:00~16:00

料金 6ヶ月 12,960円

保険料600円/6ヶ月

道に迷わずに歩く技術や、いざという時役立つ
知識などが、楽しく登りながら自然に身につく!
初心者からでも、いろいろな山で体験的に学べる
ユニークな講座です。毎月1回土曜 多くの素敵
な仲間が待ってます!

開講日はいつでも体験できます

体験料 体験については要相談



しげるの囲碁教室

講師 囲碁七段格
有田 滋

第2・4火曜日(計6回)

13:00~15:30

料金 7,128円



囲碁を学ぶのが初めての方から、少し学んだ
ことがある方まで実践を交え基礎からしっかり
お教えます。

開講日はいつでも体験できます

体験料 無料

マジックを楽しむ

講師 山口マジシャンズクラブ副会長
石津 房之

第2・4土曜日(計6回)

10:00~12:00

料金 9,720円

教材費 毎回100円~300円程度

観る楽しみ、知る楽しみ、演じる楽しみ、練習で
テクニックを得とくする楽しみ、発想に感心す
る楽しみ、マジックの楽しみ方は無限です。

開講日はいつでも体験できます

体験料 1,000円 教材費300円

期日 3日前まで



スクラップブックで思い出アルバム作り!

講師 アート&クラフトDUO認定講師、
スクラップブック協会認定講師

徳永 尚美

第3火曜日(計3回)

10:00~12:00

料金 3,240円

教材費あり



思い出の写真、お客様の写真などをかわいくオン
シャレにスクラップブックしてみませんか?

開講日はいつでも体験できます

体験料 無料 教材費500円

“大道芸” ジャグリング<高校生以上>

講師 ジャグリングインストラクター
ストークバム

第2・4水曜日(計6回)

18:30~20:00

料金 6,480円

テキスト代1,200円



ジャグリングは誰でも気軽に楽しめる趣味です。
人を楽しませるジャグリングの楽しさを体験し
てみませんか?

開講日はいつでも体験できます

体験料 500円

栗林和彦と撮る写真教室

講師 写真家
栗林 和彦

第2土曜日(計3回)

屋外10:00~17:00

屋内13:00~17:00

料金 4,860円



屋外と屋内の講座を交互に行います。屋外実習
ではアドバイスをもらいながら写真を撮ります。
同じ写真を撮るなら、少しでも違った写真に仕上
げて、無限の可能性のある写真を一緒に体験して
遊んでみませんか?

キャンセル
待ち