

2024年
7-8月号
講座案内

MS エムズ倶楽部

お友達作りのカルチャーサロン

入会金・年会費無料!
1回の受講もOKです!

ご参加には事前予約が必要です
※受講料は消費税が含まれています



楽しく学ぶ講座

New **開運ラメアート** 講師:飯尾 喜久 ■受講料/1,210円
ライブ 第2月曜日 7月8日 8月19日 10:00~12:00
 ■持ち物/必要ならエプロン(多少ラメが付きます) ■材料費/¥1,000
 キラキラは魔を祓い開運効果があります。絵心がなくても大丈夫モチーフのご利益もお話いたします。

New **こころの不思議 かんたん!アートセラピー体験**
 講師:石井 瑞恵 看護師・公認心理師・アートセラピスト ■受講料/¥1,210
城北 第3木曜日 7月18日 8月15日 13:00~14:30
 ■持ち物/無し(クレパス・用紙等はこちらで用意します) ■材料費/¥50
 絵の上手い・下手は全く関係ありません!(^^)感じたままに自由に表現してください。

New **最期まで自分らしく生きるための『私の人生会議』はじめの一歩!**
ライブ 7月22日 8月26日 13:30~15:00 講師:石井 瑞恵 看護師・公認心理師
大平台 7月20日 8月24日 13:00~14:30 ■受講料/¥1,210
 「人生会議」…もしもの時のために、前もって考え繰り返し話し合い共有する取組。誰でもいつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。あなた大切にしているものは何ですか?カードゲームを行いながら進めていきます。

あなたの魅力が分かる 数秘講座 講師:ハピネス数秘®アドバイザー 風巻えのわ
ライブ 通常第2金曜日 7月12日 8月9日 ■受講料/¥1,210
 10:00~12:00 ■資料テキスト代 各回¥200
 ■持ち物/筆記用具 誕生日の数字からあなたを紐解きます

楽しく学ぶ手相教室 6回講座 講師:おのの やすこ ■受講料/¥2,200
 天掌易 セラピスト ※2名以上で開講します
大平台 第4水曜日 7月24日 8月28日 13:30~15:00
ライブ 第4木曜日 7月25日 8月22日 13:30~15:00
 手相を読み取ることによって自分では気が付かない良いところや、人生の過去、現在、未来がわかります。

知ってるようで知らない 家康公の家臣たち 講師:池谷 勝利 ■受講料/¥660
城北 第4金曜日 7月26日 8月23日 13:00~14:30 ■資料代/¥30~50程度
 7月:三河三奉行 どちらへなきは天野三郎兵衛こと天野康景 8月:奥平信昌と鳥居強右衛門

知ってるようで知らない 浜松の歴史 講師:池谷 勝利 ■受講料/¥660
和合 第2水曜日 7月10日 8月14日 14:00~15:30 ■会場/知久屋和合店内
 ■持ち物/筆記用具 ■資料代/¥30~50程度 浜松市中央区和合町220-69
 7月:富士山本宮浅間神社と富士宮市 8月:諏訪原城と島田市金谷地区

雪月花 教養舞踊講座 講師:岡部 澄子 ■受講料/¥1,210
城北 第1,3月曜日 7月1,29日 8月5,19日 9:30~11:00
 ■持ち物/浴衣、浴衣用帯(半幅帯)、浴衣用肌着、紐2本、足袋またはソックス

写真の楽しみ第一歩・第二歩 講師:小塚 浩 ■受講料/¥880
城北 第2水曜日 7月10日 8月14日 15:00~17:00 ■資料代/¥50
 ■持ち物/筆記用具、お持ちのカメラ(フィルム、デジタル、一眼レフ何でもOK)
 お持ちのカメラの使い方から、写真作品の作り方までを学びましょう♪

また作りたくなる 飾り巻き寿司 7月:古典柄 8月:くじら
城北 第3土曜日 7月20日 8月3日 9:30~11:00
 ■受講料/¥660 講師:えのわ 飾り巻き寿司インストラクター
 ■持ち物/エプロン、ラップ、持ち帰り用容器 材料費¥1,500

初心者でも簡単! 巻きずし講座 7月:お花 8月:ペンギン
ライブ 第4金曜日 7月26日 8月23日 10:00~11:30
 講師/鈴木 佳世 JSIA認定飾り巻きインストラクター
 ■受講料/¥660 ■材料費/¥1,700(レシピ・道具貸出込み)
 ■持ち物/ラップ、エプロン、大きなおにぎりが4つ入る容器

毎日が変わる心理学入門 ■受講料/¥1,210
 講師:杉元 真友実
城北 第2土曜日 7月13日 8月10日 10:00~11:30
 ■持ち物/筆記用具 ■資料代/¥50
 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。知っている人と人間関係が円滑に♪暮らしが幸せになる知識を身につけませんか?

初めての書道 基礎から楽しく学びましょう 講師:佐藤 北泉 ■受講料/¥1,210
大平台 第2,4火曜日 7月9,23日 8月13,27日 9:30~11:00
 ■持ち物/書道一式(筆、小筆、半紙、下敷、墨滴、文鎮) ■材料費/¥1,000
 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。

大人の色鉛筆画 講師:広野 永子 ■受講料/1,210円
大平台 第3金曜日 7月19日 8月16日 10:00~11:30
 ※初めての方は道具をお貸します。
 まずは色鉛筆で身近な物を書いてみましょう♪お試し参加OK!!

語学講座

韓国語 講師:金 玟址 ■受講料/¥1,210 ■持ち物/筆記用具 ■資料代/¥50程度
城北 第2,4土曜日 7月13,27日 8月10,24日
 ◆入門編 12:30~13:45 ◆初級編 14:00~15:15
城北 第1,3土曜日 7月6,20日 8月3,17日
 ◆中級 13:30~14:45

会話を楽しむ韓国語 講師:金 玟址 ■受講料/¥1,210 ■持ち物/筆記用具
城北 第1,3土曜日 7月6,20日 8月3,17日 15:00~16:15

韓国語 基礎編 講師:金 玟址 ■持ち物/筆記用具 ■受講料/¥1,210
城北 第2,4土曜日 7月13,27日 8月10,24日 15:30~16:45

もう一度学びたい中学英語 講師:落合 歩 ■テキスト代/¥350程度 (初回のみ)
城北 第1,3火曜日 7月2,16日 8月6日※8月1回のみ 13:30~14:30
 ■持ち物/筆記用具 ■受講料/¥1,210
 海外に行けない 今だからこそ、中学レベルの英文法・会話からもう一度おさらい。英語力をアップさせましょう。

個人または少人数 学び直しの韓国語 講師:楢 直子 ■受講料/¥1,320
大平台 通常第1,3月曜日 7月1,22日 8月5,19日 ※韓国に興味のある方、言葉以外の質問もOKです!
 第2,4水曜日 7月10,24日 8月14,28日
 ■持ち物/筆記用具、現在お使いのテキスト ※開始時間はご相談ください

中国語基礎会話 講師:加藤 英明 ■受講料/¥1,210
城北 第1,3火曜日 7月2,16日 8月6,20日 9:30~10:30
 ■持ち物/筆記用具 ■教材費/¥30程度
 発音記号を覚えれば、正しく発音ができます。中国語の歌も歌ってみましょう!

奏でる講座

1からはじめる大人向け『初めての鍵盤ハーモニカ』
 講師:川合明美 SUZUKIケンハモ認定講師/ケンハモ音楽呼吸法トレーナー
城北 第2,4月曜日 7月8,22日 8月26日※8月1回のみ ■受講料/¥1,210
 10:00~11:00 テキスト代/¥2,750
 ■持ち物/お手持ちの鍵盤ハーモニカ、ハンカチ ※初回のみ楽器貸出可
 楽譜が読めなくても大丈夫!!まずは楽しくやりましょう♪(吹口¥660は購入頂きます)

琴クラブ 憧れのお琴を奏でてみませんか? 講師:藤井賀都巴・夕希子・莉江子
城北 第2,4金曜日 7月12,26日 8月9,23日 ■受講料/¥1,210※別途テキスト代
 14:00~16:00 ■持ち物/琴(ある方) ※お琴は貸します。

ギター個人レッスン 講師:木村優介 ■月謝/大人¥3,300
城北 第1,3月曜日 7月8,22日 8月5,19日 ■持ち物/ギター ※無料貸出有ります。
城北 第1,3土曜日 7月6,20日 8月3,17日 ※時間をご相談ください
 ギターは指先の運動にもなり、室内で弾いても静かなので、長く続ける趣味として楽しめます。上達したら、みんなと一緒に演奏しましょう。楽器の無料の貸出しもありますのでお気軽に。

基本から丁寧に 二胡初級 講師:加藤 英明 ■受講料/¥1,210
城北 第1,3水曜日 7月3,17日 8月7,21日 9:00~11:00
 ■持ち物/楽器 ※貸出有ります
 楽譜が読めなくても大丈夫!簡単な曲ならすぐ弾けるようになります。

基本から丁寧に 二胡入門 講師:加藤 英明 ■受講料/¥1,210
城北 第2,4火曜日 7月9,23日 8月13,27日 9:00~11:00
 ■持ち物/楽器 ※貸出有ります

ただ今、講師募集中! 下記へお電話下さい
 資格をお持ちで「教えることが好き」「楽しい時間を皆で過ごしたい」という方のご連絡をお待ちしております
参加のお申込み お問合せは ☎0120-24-2880 9:30~17:30 土・日・祝日休み

城北サロン 浜松市中央区城北2-14-3 (アウンス・ヤナギハラ本社)
 ハスターミナル⑩番乗場全路線「六間坂上」下車 徒歩3分
 静岡大学 ● 姫街道 ● アウンス・ヤナギハラ本社 ● エムズ倶楽部 本館 ● 西館 ● サテライト教室 ● アライブ ● スルガ銀行 ● 浜松商高 ● 杏林堂 ● セブンイレブン ● 浜信追分支部 ● 追分小学校 ● 六間道路 ● 浜松北高校 ● 駐車場は建物西側にあります

大平台サロン 浜松市中央区神ヶ谷町8880-1 (アウンス・ヤナギハラ大平台店)
 ハスターミナル⑩番乗場「四ヶ谷山崎線」、「東平」下車。徒歩15分
 自衛隊 ● セブンイレブン ● トクラス ● 米の鈴忠 ● センイレブン ● 三幸の園 ● 飯島歯科医院 ● 杏林堂 ● 佐鳴学院 ● 静大 ● パークタウン ● サウス ● 北高校 ● 佐鳴湖

小物を作る講座


誰でも簡単 食器アート(モロッカンプレート)

ライブ **第2水曜日** 7月17日 8月21日 10:00~12:00

■持ち物/持ち帰り袋(お皿13cmが入るもの) 講師:石田 奈苗

お皿に専用絵の具で模様を描いてガラス皿を作ってみましょう。プレゼントにもぴったり!!

■受講料/¥1,210
■材料費/¥500



はじめての切り絵 素敵なインテリア

講師:成田 恵美子 ■受講料/¥1,210

大平台 **第3火曜日** 7月16日 8月20日 9:00~11:00 ■材料費/¥200~¥300

■持ち物/ものさし、筆記用具※デザインカッター、カッター板は貸し出し可

美しく繊細なアート作品を作ってみましょう。図案に集中することで、自律神経のバランスを整えてくれる切り絵。心にゆとりと、張りを与えてくれる趣味を始めてみませんか?

やさしい編み物

講師:草島 章子 ■受講料/¥1,210

城北 **第2、4木曜日** 7月8、22日 8月26日※8月1回のみ 10:00~12:00

■持ち物/編み針、糸 ※編みかけのものがある方はお持ち下さい。

糸と編み棒があれば空いた時間にできて気軽に趣味として始められるのが編み物の魅力です!

やさしい卓上手織り

講師:草島 章子 ■受講料/¥1,210

大平台 **第1、3金曜日** 7月5、19日 8月2、16日 13:00~15:00

■持ち物/織り機、はさみ※織り機の貸出しあり。 ■材料テキスト費/¥3,000程度


新しい織りの技術を学びながらご自身のペースで作っていきましょう。

楽しい絵手紙

講師:鈴木 啓子 ■受講料/¥1,210

大平台 **第4月曜日** 7月22日 8月26日 9:00~11:00

7月「大きな額に入れる絵を描こう」
8月「円空を描こう」 ■材料費/300円 ■持ち物/絵手紙道具



水引教室

7月:「髪飾り」 8月:「イヤリング」 講師:青木 きよ子

城北 **第2水曜日** 7月10日 8月14日 9:30~11:30 ■受講料/¥1,210

■持ち物/はさみ、ラジオペンチ、目打ち、ボンド、ものさし ■材料費/7月:1,000円 8月:500円

大注目の伝統工芸を気軽に始めてみましょう!

心を癒し、指で描く パステル和(NAGOMI)アート

講師:北島 多江子

大平台 **第2月曜日** 7月8日 8月19日 9:00~11:00

■受講料/¥1,210 ■材料費/¥1,650

初めてのの方も四季の作品を簡単に楽しく描けるパステルアートです。



墨絵入門

講師:大杉 豊伸 ■受講料/¥1,210


城北 **第1、3金曜日** 7月5、19日 8月2、16日 9:00~11:00

城北 **第3水曜日** 7月17日 8月21日 14:00~16:00

7月5日:「夏野菜」 7月17日:「水辺の風景」 7月19日:「暑中見舞い」
8月2日:「建物風景」 8月16日:「夏の味覚」 8月21日:「初秋の花」

■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

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!



お花の講座

暮らしに生かすフラワーデザイン

講師:田中 澄子 ■受講料/¥1,210

城北 **第3月曜日** 7月22日 8月19日 14:00~16:00

季節に合わせたフラワーアレンジで暮らしをお花で彩りましょう。 ※日程通常と変動

選べるフラワーアレンジメント ①ドライフラワー ②ブリザードフラワー ③生花

※お好きな方を選んで、ご予約時にお伝え下さい。


大平台 **第3水曜日** 7月17日 8月休講 9:30~11:30

城北 **第3木曜日** 7月18日 8月休講 13:00~15:00

講師:山本理絵 felior主宰 ■受講料/¥1,210

■材料費/①¥1,000~¥2,000 ②¥2,500 ③¥1,500

■持ち物/持ち帰り袋、花用ばさみ、ピンセット




気軽にフラワーアレンジメント

講師:藤本 博子 ■受講料/¥1,210

城北 **第2、4金曜日** 7月12、26日 8月9、23日 9:00~11:00

城北 **第4土曜日** 7月27日 8月24日 10:00~12:00



パソコン講座

パソコン講座

編集実践コース 7月5、19日


城北 **隔週金曜日** 構成実践コース 8月2、16日

パソコン講座 構成基礎コース 7月10、24日

城北 **隔週水曜日** 表作成基礎コース 8月7、21日

〈共通事項〉講師:杉元 真友実 時間/9:30~11:00 ■受講料/¥1,375

■持ち物/パソコン、テキスト、筆記用具※パソコン貸出1回¥500 ■テキスト代/¥500(初回のみ)



キッズ講座


ママも赤ちゃんも楽しい 癒しのベビーマッサージ

講師:横道 由香 ■受講料/¥1,210

城北 **第2、4木曜日** 7月11、25日 8月8、22日 10:00~11:00

■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



講座の見学・キャンセルについてのお願い

※事前にご連絡を頂ければ講座をご覧頂けます。また、受講のご予約をされた方前日(土・日曜・祝日含まず)と当日のキャンセルは受講料の半額を頂戴致します。教材費のかかる講座では材料と引き換えに教材費をいただく場合がございます。

健康講座

社交ダンス


講師:鈴木時雄 (公益財団全日本ダンス協会連合会 舞ダンススクール主催)

城北 **第2、4火曜日** 7月9、23日 8月13、27日 13:30~15:00

■受講料/¥1,210 ■持ち物:動きやすい靴 服装はなんでもOK (但し、男性は半袖はご遠慮いただけます)

初回半額

初心者の方も大歓迎です! ジルバ&ブルース、すぐに踊れます。まずは、楽しく体を動かしてみましよう。性別は関係なく、幅広い年齢層の方に楽しんで頂けます!




物忘れ予防 脳トレーニング教室

講師:血良 陽子 (認知症ケア指導管理士/認知症ケア准専門家)

城北 **第2、4金曜日** 7月12、26日 8月9、23日 9:30~11:00 ■受講料/¥1,210

■持ち物/筆記用具 ■材料費/¥100

右脳、左脳を鍛える様々な問題。記憶やイメージトレーニング、日記、脳活性化体操、歌、レクリエーションなどを行い、積極的に脳を刺激して認知機能低下を防ぎます。




肩こり・腰痛解消 簡単リンパ体操

講師:血良 陽子(国際ウェルネス協会公認) ■受講料/¥1,210

城北 **通常第2、4火曜日** 7月9、23日 8月13、27日 9:30~11:00

■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 ※運動の出来る服装

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。




ずっと元気に100才まで! 体作りトレーニング

講師:大庭宏之(元A級プロボクサー)

城北 **第1、3金曜日** 7月5、19日 8月2、16日 13:30~14:30

■持ち物/水分補給、汗拭きタオル ■受講料/¥1,210

※運動のできる服装でお越しください。 全身を動かし、硬くなった体をほぐし、姿勢を改善・代謝UP 体感トレーニング。



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 ■受講料/¥1,210

城北 **第1、3木曜日** 7月4、18日 8月1、15日 9:30~10:45

■持ち物/水分補給飲料 ※運動のできる服装でお越し下さい。



筋肉向上で脂肪すっきり体操

講師:鈴木 百合子 ■受講料/¥880

城北 **第1、3火曜日** 7月2、30日 8月6、20日 9:30~10:45

大平台 **毎週月曜日コース** 7月1、8、22、29日 8月5、19、26日 13:00~14:15

大平台 **毎週木曜日コース** 7月4、11、18、25日 8月1、8、22、29日 13:00~14:15

大平台 **毎週土曜日コース** 7月6、13、20、27日 8月3、10、17、24、31日 10:00~11:15

■持ち物/上靴、水分補給飲料、500mlの空ペットボトル2本

雅ヨーガ操体教室

講師:芥川 登喜代 ■受講料/¥1,210(1回) 初回無料

城北 **毎週水曜日** 7月3、10、17、24、31日 14:00~15:30

8月7、14、21、28日 初心者・60代以上も大歓迎!

■持ち物/バスタオル、靴下※運動のできる服装でお越しください。

はじめての太極拳

講師:長谷川 徳子 ■受講料/¥1,210 初回無料

城北 **第2、4木曜日** 7月11、25日 8月8、22日 14:00~16:00

■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。 ※日程通常と変動

太極拳が初めての方も、お気軽にご参加ください。 60歳以上限定

New! リライフ富塚 7・8月の講座

しさんと新聞バッグ講座

講師:川木千佳代(しさんと新聞バッグインストラクター)

7月4日 8月1日 13:00-15:00

英字新聞や可愛い広告でおしゃれに作れます! 小物入れや野菜入れにも♡

■受講料/¥1,210 ■材料費/¥300

■持ち物/はさみ、30cmのものさし

物忘れ予防 脳トレーニング教室

講師:血良陽子

7月11日 8月8日 9:30-11:00

体操、歌、レクリエーションなどを行い、積極的に脳を刺激して認知機能低下を防ぎましょう。

■受講料/¥1,210 ■材料費/¥100

■持ち物/筆記用具

水引教室

講師:青木 きよ子

7月19日 8月16日 13:30-15:30

7月「ひまわり」
8月「バッグチャーム」

大注目の伝統工芸を始めてみましょう!

■受講料/¥1,210

■材料費/7月500円、8月300円

■持ち物/はさみ、ラジオペンチ、目打ち、ボンド、ものさし

はじめての太極拳

講師:長谷川徳子

7月26日 8月23日 13:00-15:00

太極拳が初めての方も気軽に参加下さい!!

■受講料/¥1,210

■持ち物/運動靴、タオル、飲料

※運動のできる服装でお越し下さい。



会場:リラーフ富塚/Pあり 中央区富塚町1222-145
ご予約はエムズ倶楽部へ 0120-24-2880

お知らせ 都合により、決められた曜日から変更している場合がございます。開講日は「日にち」でご確認下さい。また、ご参加人数により、休講の場合がございます。ご不明な場合はお気軽にお問い合わせ下さい。尚、表示価格はすべて税込みです。