

2024年
9-10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 **今からでも遅くない 新NISA講座**
講師:浜松いわた信用金庫追分支部職員 ■受講料/無料
アライブ 9月18日 10:00~11:00 ※必ずご予約して下さい。
今話題のNISA始めていますか?資産運用のコツを交えながら分かりやすく解説します!

New **腸活をもっと楽しく♪腸内細菌のおはなし**
講師:北井 麻里子
城北 第2木曜日 9月12日 10月10日 10:00~11:30
■受講料/1,210円 ■持ち物/ノート・筆記用具
腸活ってなに?腸内細菌が健康に関係しているの?
どんな菌たちがお腹の中にすんでいるのか知り、これからの生活にいかしてみませんか?

開運ラメアート
講師:飯尾 喜久 ■受講料/1,210円
アライブ 第2月曜日 9月9日 10月7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。

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!
講師:石井 瑞恵 看護師・公認心理師
アライブ 9月30日 10月28日 13:30~15:00 ■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。あなたの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
アライブ 通常第2金曜日 9月13日 10月11日 10:00~12:00 ■受講料/¥1,210
■資料代/¥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:おおの 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 9月25日 10月23日 13:30~15:00
アライブ 第4木曜日 9月26日 10月24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 9月27日 10月25日 13:00~14:30 ■持ち物/筆記用具
9月:参謀として活躍した本多正信 10月:三方原で散った武将たち夏目吉信、成瀬正義ほか

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 9月11日 10月9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
9月:相良城と大鐘家住宅と牧之原市 10月:阿弥陀橋と曳馬地区

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水曜日 9月2,30日 10月7,21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 9月11日 10月9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
9月:うさぎ 10月:きのことキャンディー
城北 第3土曜日 9月21日 10月19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
9月:ぶどう 10月:ダッシュキノコ
アライブ 第4金曜日 9月27日 10月25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
くるくる巻いてカットすると絵柄が現れる飾り巻きずし。一緒に楽しく巻きましょう。

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 9月14日 10月12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 9月10,24日 10月8,22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 9月20日 10月18日 10:00~11:30
※初めの方は道具をお貸しします。
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

初めてのご参加も大歓迎!

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 9月14,28日 10月12,26日
◆入門編 12:30~13:45 ◆初級編 14:00~15:15
城北 第1,3土曜日 9月7,21日 10月5,19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 9月7,21日 10月5,19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 9月14,28日 10月12,26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 9月3,17日 10月1,15日 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 9月2,9日 10月7,21日 ※韓国に興味のある方、
第2,4水曜日 9月11,25日 10月9,23日 言葉以外の質問もOKです!
■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 9月3,17日 10月1,15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 9月9日 10月28日 ■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 9月13,27日 10月11,25日 ■受講料/¥1,210※別途テキスト代
14:00~16:00 ■持ち物/琴(ある方) ※お琴は貸出します。

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土曜日 9月7,21日 10月5,19日 ※時間をご相談ください
■持ち物/ギター ※無料貸出有ります。
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 9月4,18日 10月2,16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 9月10,24日 10月8,22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) 徒歩3分
バスターミナル⑨番乗場全路線「六間坂上」下車 徒歩3分

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) 徒歩15分
バスターミナル⑩番乗場「回神ヶ谷山崎線」「東平」下車。徒歩15分

駐車場は建物西側にあります

小物を作る講座

New **楽しい新聞ちぎり絵** 講師:加茂 昌代
城北 第3木曜日 9月19日 10月17日 13:30~15:30

■持ち物/新聞紙(ない方はこちらで用意します)、のり、ハサミ、ピンセット
新聞紙をちぎって台紙に貼り、味わい深い作品を作りましょう。指先を使うので物忘れ予防に最適です。
■受講料/¥1,210 ■材料費/¥200程度



誰でも簡単 食器アート(モロカンプレート)

ライブ 第2水曜日 9月11日 10月9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

大平台 第3火曜日 9月17日 10月15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

城北 第2、4木曜日 9月9、30日 10月21、28日 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

大平台 第1、3金曜日 9月6、20日 10月4、18日 13:00~15:00

■持ち物/織り機、はさみ※織り機の貸し出しあり。 ■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品を作っていきます。

楽しい絵手紙

大平台 第4木曜日 9月30日 10月29日 9:00~11:00

9月「彼岸花をかく」 講師:鈴木 啓子 ■受講料/¥1,210
10月「野菜なんでも」 ■材料費/300円 ■持ち物/絵手紙道具



水引教室

城北 第2水曜日 9月11日 10月9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/9月:800円 10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

大平台 第2月曜日 9月9日 10月21日 9:00~11:00

■受講料/¥1,210 ■材料費/¥1,650
初めて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

城北 第1、3金曜日 9月6、20日 10月4、18日 9:00~11:00

城北 第3水曜日 9月18日 10月16日 14:00~16:00

9月6日:「寺」 9月18日:「人物」 9月20日:「秋の花」
10月4日:「動物」 10月16日:「瀬戸内風景」 10月18日:「奈良」
■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

城北 第3月曜日 9月30日 10月21日 14:00~16:00 ■受講料/¥1,210

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プリザーブドフラワー ③生花

大平台 第3水曜日 9月18日 10月16日 9:30~11:30

城北 第3木曜日 9月19日 10月17日 13:00~15:00

講師:山本理絵 feliru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、花用はさみ、ピンセット



気軽にフラワーアレンジメント

城北 第2、4金曜日 9月13、27日 10月11、25日 9:00~11:00

城北 第4土曜日 9月28日 10月26日 10:00~12:00

講師:藤本 博子 ■受講料/¥1,210
写真はイメージです



パソコン講座

パソコン講座 表作成実践コース 9月6、20日

城北 隔週金曜日 図形実践コース 10月4、18日

パソコン講座 図形基礎コース 9月11、25日

城北 隔週水曜日 表計算基礎コース 10月9、23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)



講座の見学・キャンセルについてお願い

※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 (公益財団法人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 9月10、24日 10月8、22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きます)

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/認知症ケア准専門士)

城北 第2、4金曜日 9月13日 10月3、11、25日 9:30~11:00 ■受講料/¥1,210

■材料費/¥100 ■持ち物/筆記用具

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

城北 通常第2、4火曜日 9月10、24日 10月8、22日 9:30~11:00

■受講料/¥1,210 ■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

城北 第1、3金曜日 9月6、20日 10月4、18日 13:30~14:30

■受講料/¥1,210 ■持ち物/水分補給、汗拭きタオル

※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

城北 第1、3木曜日 9月5、19日 10月3、17日 9:30~10:45

■受講料/¥1,210 ■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

城北 第1、3火曜日 9月3、17日 10月1、15日 9:30~10:45

大平台 毎週月曜日コース 9月2、9、30日 10月7、21、28日 13:00~14:15

大平台 毎週木曜日コース 9月5、12、19、26日 10月3、10、17、24、31日 13:00~14:15

大平台 毎週土曜日コース 9月7、14、21、28日 10月5、12、19、26日 10:00~11:15

■受講料/¥880 ■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

城北 毎週水曜日 9月4、11、18、25日 14:00~15:30

10月2、9、16、23、30日 ■受講料/¥1,210(1回) 初心者・60代以上も大歓迎!

■受講料/¥1,210 ■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

城北 第2、4木曜日 9月12、26日 10月10、24日 14:00~16:00

■受講料/¥1,210 ■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

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

New リライフ富塚 9・10月の講座

しさんと新聞バッグ講座

講師:八木千佳代(しさんと新聞バッグインストラクター)

9月5日 10月3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ものさし

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)

9月6日 10月31日 9:30-11:00

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。

■受講料/¥1,210

■持ち物/ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル

水引教室

講師:青木 千佳子

9月20日 10月18日 13:30-15:30

9月「くるくる花」

10月「桔梗」

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/9月500円、10月800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

9月27日 10月25日 13:00-15:00

太極拳が初めての方も

気軽にご参加下さい!!

■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。



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。