

## 冬のオススメ講座 入会必要

### ヘルス&エクササイズ

#### 美尻&美姿勢メゾット

女性が憧れるキレイな後ろ姿。筋トレして美尻を手に入れませんか？ヒップアップ効果で後ろ姿が美しく変わります。

- 日 程 【土】1/19, 2/2, 2/16, 3/2, 3/16
- 時 間 13:30~14:30
- 受講料 3,240円/月【1月】1,620円
- 講 師 若松宏美



### ヘルス&エクササイズ

#### ペルヴィス® 骨盤から全身ケア

心地よい動きで骨盤を中心に全身を整えるプログラムです。同時に筋膜ストレッチも行い回復力を高め輝く肌を手に入れましょう。

- 日 程 【水】
- 1/16, 30
- 2/6, 20
- 3/6, 20
- 20:00~21:00
- 受講料 3,240円/月
- 講 師 Satoe



### キッズ

#### 子ども絵画造形教室【火曜日クラス】

※対象:5歳~小6まで  
絵画を中心に造形工作も行います。集中力や想像力を養い、気持ちの安定にもつながります。一人ひとりの個性を大切にしながら、道具の使い方も丁寧に指導します。

- 日 程 【火】1/15, 22, 29, 2/5, 19, 26, 3/5, 19, 26
- 時 間 16:30~18:00
- 受講料 4,200円/月(別途教材費300円/月)
- 講 師 榑部貴子



### スタディ

#### 韓国語 初心者クラス

街で見かけることの多くなったハングル。読めるようになったら楽しいと思いませんか？文字の仕組みを知り、その発音や書き方、簡単な挨拶の仕方などを習得していく初心者向けのクラスです。

- 日 程 【火】
- 1/8, 15, 22
- 2/12, 19, 26
- 3/12, 19, 26
- 時 間 19:00~20:00
- 受講料 6,480円/月
- (初回のみ別途テキスト代2,000円程度)
- 講 師 朴香妹



### ミュージック

#### みんなで歌おう青春ソング

〜フォーク・GS・ニューミュージックを歌いましょう〜  
だいすきだったあの歌を、あの頃のことを思い出しながら歌いましょう。フォークソング・グループソング・ニューミュージック、そして当時のアイドルソングをギターとの生演奏で仲間といっしょに歌います。

- 日 程 【金】1/18, 2/1, 15, 3/1, 15
- 時 間 10:30~12:00
- 受講料 3,240円/月【1月】1,620円
- 講 師 芳川峰生



### ヘルス&エクササイズ

カラダとココロを調える セルフ・コンディショニング	Chizu 振替可	1/9, 23 【水】2/13, 27 3/13, 27	20:00~21:00	3,240円/月
週末のヨガ& リフレッシュエクササイズ KAZE	Chizu 振替可	1/13, 20 【日】2/3, 17 3/3, 17	13:30~14:30	3,240円/月
シニアのためのやさしい ヨガと筋力運動	Chizu	1/11, 25 【金】2/8, 22 3/8, 22	11:00~12:00	2,700円/月
シェイプアップ ピラティス	中村朋子 振替可	1/10, 17, 24 【木】2/14, 21, 28 3/14, 21, 28	13:00~14:00	4,860円/月 (別途セラバンド代 1,620円、ご希望の方は テキスト代1,550円)
週末ピラティス	中村朋子 振替可	1/20 【日】2/3, 17 3/3, 17	10:30~11:30	3,240円/月 【1月】1,620円
癒しのヨーガ	日原範子	1/10, 24 【木】2/14, 28 3/14, 28	10:00~11:00	3,240円/月
ウェープリング& 骨盤キレイ 〜びれ美人〜	山村利枝子	1/8, 15, 22 【火】2/12, 19, 26 3/12, 19, 26	13:00~14:00	4,860円/月
バランスボール 〜セミパーソナルで 効果アップ〜	山村利枝子	1/17, 31 【木】2/7, 21 3/7, 21	11:45~12:45	3,240円/月
骨盤調整でバランス美人 〜キレイのためのタイ式ヨガ〜	A's(アズ)	1/17, 31 【木】2/14, 28 3/14, 28	18:30~19:30 20:00~21:00	3,240円/月
朝からゆったり骨盤& バレエストレッチ	Yuki	1/8, 22 【火】2/12, 26 3/12, 26	10:00~11:00	3,240円/月
骨盤ストレッチ& バレエエクササイズ 入門	Yuki	1/8, 22 【火】2/12, 26 3/12, 26	13:00~14:00	3,240円/月
ミセスのための 骨盤ストレッチ& バレエエクササイズ	Yuki	1/8, 15, 22 【火】2/12, 19, 26 3/12, 19, 26	11:15~12:15	4,860円/月
バレトン& 美姿勢エクササイズ	若松宏美	1/8, 15, 22 【火】2/5, 12, 19 3/5, 12, 19	19:00~20:00	4,860円/月
リラックスゆるゆるヨーガ 〜しなやかに明るい心と 身体を目指そう〜	稲垣千佳	1/9, 23 【水】2/13, 27 3/13, 27	10:00~11:00	3,240円/月
身心から 姿勢美人になる YOGA MOVE	安藤寿江 (Ann) 振替可	1/11, 18, 25 【金】2/8, 15, 22 3/8, 15, 22	【金曜日クラス】 10:00~11:00	4,860円/月
体幹から 姿勢美人になる ピラティス	安藤寿江 (Ann) 振替可	1/12, 26 【土】2/9, 23 3/9, 23	【土曜日クラス】 13:30~14:30	3,240円/月
身心から姿勢美人になる YOGA MOVE & 体幹から姿勢美人になる ピラティス	安藤寿江 (Ann) 振替可	1/15, 29 【火】2/5, 19 3/5, 19	【火曜日クラス】 10:00~11:00	3,240円/月
インナーマッスル を鍛えて 「美」ラインピラティス	池谷あづさ	1/11, 18, 25 【金】2/8, 22 3/8, 15, 22	14:00~15:00	4,860円/月 【2月】3,240円
軽快リズムに 「快汗」!	grace (グレース)	1/10, 24 【木】2/14, 28 3/14, 28	11:30~12:30	3,240円/月
リンバストレッチ& かんたんエアロ 〜有酸素運動で心肺機能を高め、さらにはからだの めぐりを促すリンバストレッチでデトックス〜	Mieko	1/16, 30 【水】2/6, 20 3/6, 20	10:00~11:30	3,240円/月
美尻&美姿勢メゾット	若松宏美	1/19 【土】2/2, 16 3/2, 16	13:30~14:30	3,240円/月 【1月】1,620円
ペルヴィス® 骨盤から全身ケア	Satoe	1/16, 30 【水】2/6, 20 3/6, 20	20:00~21:00	3,240円/月
はじめての キックボクシング レディースクラス	RUMIKO☆	1/8, 22 【火】2/12, 26 3/12, 26	【レディースクラス】 18:45~19:45	3,240円/月
はじめての キックボクシング 一般クラス	RUMIKO☆	1/8, 22 【火】2/12, 26 3/12, 26	【一般クラス】 20:00~21:00	3,240円/月

### キッズ

ベビーマッサージ教室 ※対象:生後2ヶ月~ 1歳頃まで ※保護者の方のお名前 でお申し込みください	横道由香	1/17, 31 【木】2/7, 21 3/7, 21	1/17のみ 10:00~11:30 1/31以降は 10:30~11:30	2,800円/月 (初回のみ資料代500円、 別途オイルレンタル代 1,000円/月)
子どもハーモニカ 【中級クラス】 【初心者クラス】 ※対象:年中~小2	高村昌幸	1/10, 24 【木】2/14, 28 3/14, 28	【中級クラス】 17:00~17:30 【初心者クラス】 17:30~18:00	3,240円/月 (お持ちでない方は初回 復習ハーモニカ代約6,000円) 3,240円/月 (お持ちでない方は初回 ハーモニカ代1,500円)
親子でほかほかリトミック&プレピアノ ※対象:1歳半~就学前まで ※親子での参加となります ※お子様のお名前でお申し込みください	矢野裕子	1/13 【日】2/3 3/3	10:00~10:45 11:00~11:45	1,080円/月
親子でほかほかリトミック&ピアノあそび ※対象:1歳半~就学前まで ※親子での参加となります ※お子様のお名前でお申し込みください	矢野裕子	1/17, 31 【木】2/7, 21 3/7, 14	10:00~10:45	2,160円/月
子ども絵画造形教室 【火曜日クラス】 ※対象:5歳~小6まで	榑部貴子	1/15, 22, 29 【火】2/5, 19, 26 3/5, 19, 26	16:30~18:00	4,200円/月 (別途教材費300円/月)
子どものためのお花教室 ※対象:幼稚園~小6まで	伊藤貴美	1/9 【水】2/6 3/6	16:30~17:30	1,620円/月 (別途教材費 1,500円~2,000円/月)
キッズバレエ ※対象:年少~小3 ※男の子歓迎 ※月の最終週のみ観望さん見学OK	豊島鮎子	1/8, 15, 22 【火】2/5, 12, 19 3/5, 12, 19	15:45~16:45	4,860円/月
ジュビロジュニアアチア Jubies 【低学年(1~3年生)】 【高学年(4~6年生)】 【中学生(中学生~高校生)】 Jubiesインストラクター	【金】	【小学校低学年】 16:45~17:45 【小学校高学年】 17:50~18:50 【中学生】 19:00~20:00	※お申し込み お問い合わせ ジュビロ塾 TEL.054-260-4400 http://www.jubilo- iwata.co.jp/	
キッズピラティス 【遊びながら体幹トレーニング】 ※対象年齢:年中~小6	中野まどか	1/13 【日】2/10 3/10	10:00~10:45	1,400円/月
初めての楽しいダンス ※対象:小学校高学年~ 中学生(10才~15才)	太田彩夏	1/18 【金】2/1, 15 3/1, 15	18:30~19:30	3,600円/月 【1月】1,800円
子どもの手習い (毛筆と硬筆) 【火曜日クラス】	西村春麗	1/8, 15, 22, 29 【火】2/5, 12, 19, 26 3/5, 12, 19, 26	【火曜日クラス】 17:00~18:15	6,000円/月 (別途教材費 本とお手本代1,200円/月、 初回のみ硬筆用下敷き700円) ※受験希望者のみ半年に1回300円
子どもの手習い (毛筆教室) 【木曜日クラス】	西村春麗	1/10, 24 【木】2/14, 28 3/14, 28	【木曜日クラス】 17:00~18:15	3,000円/月 (別途教材費 本とお手本代1,000円/月、 ※受験希望者のみ半年に1回300円)
子どもの手習い (硬筆教室)〜えんぴつ〜	西村春麗	1/10, 24 【木】2/14, 28 3/14, 28	【木曜日クラス】 17:00~18:15	3,000円/月 (別途教材費 本とお手本代800円/月、 初回のみ硬筆用下敷き700円) ※受験希望者のみ半年に1回300円

### スタディ

韓国語 【初心者クラス】	朴香妹	1/8, 15, 22 【火】2/12, 19, 26 3/12, 19, 26	【初心者クラス】 19:00~20:00	6,480円/月 (初回のみ別途テキスト代 2,000円程度)
日本を旅したくなる 古典音読カフェ	余川千津子	1/22, 29 【火】2/5, 19 3/5, 19	10:15~11:30	3,240円/月 (別途教材費初回のみ 500円)
ビジョン 筆ペン美自文字講座	松竹由紀	1/9, 23 【水】2/13, 27 3/13, 27	19:30~21:00	3,880円/月 (別途教材費テキスト代 1,080円)
楽しく学ぶ九星の基礎 〜気学の基礎科〜	村上華彩	1/11 【金】2/8 3/8	10:00~12:00	2,160円/月 (別途教材費初回 200円~300円)
気学応用コース 〜気学をさらに奥深く追求〜	村上華彩	1/15 【火】2/19 3/19	【火曜日クラス】 10:00~11:30	2,700円/月 (別途教材費初回1,000円)
大人のための基礎英会話 【木曜日クラス(初~中級)】	落合 歩	1/10, 17, 24 【木】2/7, 14, 21 3/7, 14, 28	【木曜日クラス】 13:30~14:30	6,480円/月 (必要に応じてテキスト 購入3,000円程度)
大人のための基礎英会話 【金曜日クラス(初~中級)】	落合 歩	1/11, 18, 25 【金】2/1, 8, 15 3/1, 8, 15	【金曜日クラス】 10:30~11:30	6,480円/月 (必要に応じてテキスト 購入3,000円程度)

### ミュージック

コカリナ 〜木でできた笛 コカリナを奏でよう!〜	米津絵美	1/17, 31 【木】2/7, 21 3/7		
「二胡を弾こう」 【初心者クラス1】 ※初心者の方対象です 【初級クラス1】 ※2~3年程度の経験者 【初級クラス2】 ※3年未満の経験者	村松克子	1/16, 30 【水】2/6, 20 3/6, 20		
GOSPEL (ゴスペル)	CHUBBY (チャビィ)	1/20 【日】2/3, 17 3/3, 17		
はじめての三線(沖縄民謡) 【初級クラス】 ※1.2年程度経験者向け 【初心者クラス】 ※初心者の方対象です	小泉 博	1/12, 26 【土】2/9, 23 3/9, 23		
みんなで歌おう青春ソング 〜フォーク・GS・ ニューミュージックを歌いましょう!〜	芳川峰生	1/18 【金】2/1, 15 3/1, 15		
中高年 初めてのキーボード教室 〜指1本で簡単 楽ちん〜	清口里美	1/18 【金】2/1, 15 3/1, 15		

### ハンドメイドクラフト

古布で作る ちりめん細工	横山恵美	1/15, 29 【火】2/5, 19 3/5, 19		
つまみ細工	横山恵美	1/15 【火】2/19 3/19		
トレンド手編み	彦坂祐子	1/29 【火】2/5, 26 3/5, 26		
マクラメジュエリー スタイリッシュコース	吉田葉子	1/16 【水】2/20 3/6		
シルバージュエリーを 作ろう1	白尾由美	1/31 【木】2/7 3/7		
シルバージュエリーを 作ろう2	白尾由美	1/17 【木】2/21 3/21		
アンティーク スタイルビーズ	古田かおる	1/31 【木】2/7 3/7		
アーティフィシャル フラワーアレンジメント 【初級クラス】	Sayaka	①1/18 【金】②2/1 ③3/8		
リボン刺繍を楽しむ	岡本易子	1/30 【水】2/27 3/27		
トールペイント 《アッセンデルフトコース》	武田ひろみ	1/11, 25 【金】2/8, 22 3/8, 22		
羊毛フェルト スウィーツ講座	野中直子	1/12 【土】2/9 3/9		
ビーズアクセサリー	杉浦あずみ	1/8 【火】2/12 3/12		
クラフトバンド手芸 【午前クラス】 【午後クラス】	岡本悦子	1/23 【水】2/27 3/27		
押し花	須山侑子	1/22 【火】2/5 3/5		
Newクラフト 〜バックチャーム作り〜	須山侑子			
羊毛フェルトペット	齋藤智香	1/10, 24 【木】2/14, 28 3/14, 28		
タティングレース& レース編み 〜心ときめく時をかんじて〜	藤城衣美香	1/23 【水】2/27 3/27		
【水曜日クラス】 【土曜日クラス】	振替可	1/12 【土】2/9 3/9		
フラワーアレンジメント 〜季節のお花で彩り豊かに〜	伊藤貴美	1/9 【水】2/6 3/6		

## 入会のご案内

(1)本アカデミーに入会するには、各教室の受付またはホームページにて承ります。入会を希望する方は、申込書に必要事項を記入し、入会金を現金もしくはクレジットカードで一括払いにてお支払いください。入会金は、3,240円です。ただし、サーラカード会員およびUCSカード会員、豊橋市の国百貨店カード・カーネーションカード会員・花マルカード会員・ケーブル・ウィンディメンバースカード会員は2,160円、65歳以上の方および中学生以下の方は無料、大学・専門学校・高校生は半額とします。(2)未成年者が会員になるときは、保護者の同意を得て申し込むものとします。この場合保護者は、当入会規約に基づく責任を本人と負うものとします。(3)入会金は、いかなる理由があっても返金できません。(4)会員の有効期限は、入会日より36ヶ月とします。

## 受講のご案内

(1)申込は店頭・電話・ホームページから行う事ができます。講座受講は、一部の講座を除き月謝制となります。各講座とも満員に成り次第、締め切ります。また、最低開講人数に達しない場合は、開講となるまで、現金、またはクレジットカードにてお支払ください。以降毎月のお支払は、本アカデミーが指定する方法(口座振替月謝講座)受講日の5営業日前までに受付窓口、またはホームページにてお支払ください。(3)【初回月謝講座】「クレジットカード払い」クレジットカード・印鑑「ガスタックサービスのガス料金等と一緒に」