

2025年度4月～9月 総合講座案内



はちえきキャンパス

〒031-0084 八戸市十八日町 46 ☎0178-46-3025

【駐車場のご案内】

- ・八日町中央パーキング
- ・オーク駐車場

上記駐車場をご利用の会員様に、受付にてサービス券を発行いたします。 ※見学・体験の場合は各自ご負担ください。

講座体験会 入会金不要 お一人様、各講座1回限り

**NEW おうちで楽しむ
シンプルごはん**

普通の食卓にもう一皿、楽しく学べる
お助けレシピ満載の料理教室です。

5/13・6/10(木)
19:00～21:00

体験料:各4,100円
→各3,500円

講師:ナクイ T.

NEW 女性限定! モンゴルヨガ

独特なポーズと呼吸法で心身ともに
健康な状態に近づけていきます。

4/10・4/24・5/8・5/22(木)
19:00～20:00

体験料:各2,200円
→各1,000円

講師:ひろたに

たのしい日本舞踊

美しい姿勢やしぐさも身につきます。
日本舞踊の世界に触れてみませんか?

4/6・6/1(日)
13:00～15:00

体験料:各2,200円
→各1,000円

講師:花柳 葉昌栄

中国語 初めてさんのクラス

まずは発音練習、それから…
会話、餃子、華流ドラマを楽しみましょう!

4/9・5/14・6/11(水)
18:30～20:00

体験料:各1,875円
→各1,000円

講師:渡辺 武秀

**女性限定! らくらく体幹&
ルーシーダットン**

運動が苦手な人や体が硬い人でも大丈夫!
リラックス効果、美肌にもおすすめ!!

5/20・6/17(木) 19:00～20:00
5/28・6/25(水) 10:30～11:30

体験料:各2,200円
→各1,000円

講師:廣谷 洋子

新舞踊～日本舞踊・民踊 ほかの踊り～

初心者、未経験の方でも大歓迎!
洋服でも大丈夫。お気軽にお越しください。

5/2(金) 10:00～12:30

体験料:2,200円
→1,000円

講師:泉 桜晶
泉 知晶

キッズ体験会 入会金不要 お一人様、各講座1回限り

**こどもバレエ/ダンス
チュチュクラス** 対象:
3歳～12歳

音楽とともに豊かな心と
正しい基本を指導します。

4/5・6/7(土) 15:15～16:15

体験料:各1,550円
→各1,000円

講師:鎌倉 魅樹
鎌倉 留美子

**ケイキフラ
(子どもハワイアンダンス)** 対象:
3歳～12歳

優雅に、キュートに本格フラを踊ろう。

5/10・6/28(土)
13:00～14:00

体験料:各1,300円
→各1,000円

講師:上井 慎子
(MOANI KEALA)

シニア HIP HOP

若い世代だけのものにするには
もったいないHIP HOP!

5/11・6/1(日)
15:00～16:00

体験料:各1,900円
→各1,000円

講師:ATSUSHI

**HIP HOP START
はじめてのHIP HOP** 対象:3歳～

これからHIP HOPを始めたい方におすすめ!

4/18・5/16(金)
18:30～19:00

体験料:各750円
→各500円

講師:ATSUSHI

**KOHKI
HIP HOP 入門** 対象:
小学生～高校生

基本的なステップ・基礎を中心に
楽しくレッスンします!

4/23・6/25(水) 19:30～20:30

体験料:各1,400円
→各500円

講師:KOHKI

**RITSUKO & YOSHIO
HIP HOP 超入門** 対象:
4歳～小学生

これからダンスを始めたい皆さんにおすすめ!
ダンスの基礎からじっくりレクチャー♪

5/17・6/21(土) 16:30～17:00

体験料:各750円
→各500円

講師:RITSUKO
YOSHIO

キッズ講座

見学(無料)・体験(有料・受講料1回分) いつでも受付中! やってみたいを始めよう♪

子ども習字

習字の書き取りで、集中力を身につけよう。

講師:臨泉会 大橋 玉樹

■第1・2・3(土) 9:00～10:00
■月3回 4,100円

初心者さんのための やさしい書

筆を使うのが初めてのお子様も大歓迎。一人一人の
ペースで、ゆっくり丁寧に指導いたします。

講師:日本教育書道会 在家 溪静

■毎週(木) 18:30～19:30
■月4回 5,000円 (対象)小学生～中学生
書誌代別途 4,800円/6ヶ月分前納 教材費別途 必要に応じて購入可能

こども着付教室

着物を楽しく着てみましょう。

講師:内閣府認定 公益社団法人 全日本きものコンサルタント協会
装道 小笠原 洋子

■第1・3(木) 18:00～19:00
■月2回 4,000円
(対象)小学生～中学生

ケイキフラ (子どもハワイアンダンス)

優雅に、キュートに本格フラを踊ろう。

講師:慎子フラスタジオ主宰
上井 慎子 (MOANI KEALA)

■毎週(土) 13:00～14:00
■月4回 5,200円
(対象)3歳～12歳

こどもバレエ/ダンス

講師:かまくらダンス・バレエ教室 鎌倉 魅樹・鎌倉 留美子

チュチュクラス

柔軟性を高め、感性やリズム感を
養いましょう!

■毎週(土) 15:15～16:15
■月4回 6,200円 (対象)3歳～12歳

ティアラクラス

音楽と共に豊かな心と正しい基本を
指導します。

■毎週(土) 16:30～17:30
■月4回 6,200円 (対象)3歳～12歳

ATSUSHI HIP HOP

講師:ATSUSHI

HIP HOP START はじめてのHIP HOP

これからHIP HOPを始めたい方におすすめ!

■毎週(金) 18:30～19:00
■月4回 3,000円 (対象)3歳～

HIP HOP START

基礎を楽しく身につけられるクラスです。

■毎週(土) 13:30～14:30
■月4回 5,200円 (対象)3歳～

HIP HOP ダンスキッズ入門

最新のステップで楽しく踊ろう。

■毎週(土) 15:00～16:00
■月4回 5,200円 (対象)5歳～

KOHKI HIP HOP

講師:KOHKI

HIP HOP 入門

基本的なステップ・基礎を中心に
楽しくレッスンします。

■毎週(水) 19:30～20:30
■月4回 5,600円
(対象)小学生～高校生

RITSUKO & YOSHIO HIP HOP

講師:RITSUKO & YOSHIO

HIP HOP 超入門

これからダンスを始めたい皆さんにおすすめ!
基礎からじっくりレクチャーしていきます。

■毎週(土) 16:30～17:00
■月4回 3,000円
(対象)4歳～小学生

HIP HOP 入門

ベーシック中心の楽しいレッスンです。

■毎週(土) 17:00～18:00
■月4回 5,200円
(対象)5歳～12歳

HIP HOP 初級

ベーシックから応用まで幅広いレッスン内容です。

■毎週(土) 18:10～19:10
■月4回 5,200円
(対象)小学3年生～高校生

祝 20周年記念! オープン

4月～6月にご入会の方は
通常入会金 ~~4,400円~~ ▶▶▶ **1,000円**

表記のない講座の締切日は、それぞれ3日前です。締切日までのお申込とお支払をお願いいたします。掲載の内容は予告なく変更・中止になる場合がございます。詳しくはHPをご覧ください。↑

フィットネス

ハワイアンダンス

“HULA”をHAWAIIの雰囲気を楽しみます。

講師：慎子フラスタジオ主宰

講師：上井 慎子 (MOANI KEALA)

■毎週 (火) ①10:30～12:00
②12:30～14:00
③18:30～20:00
■毎週 (土) 10:30～12:00
■月4回 6,600円

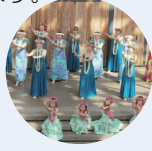
初心者のためのハワイアンダンス

初心者向けクラス！優しく指導いたします。

講師：慎子フラスタジオ主宰

講師：上井 慎子 (MOANI KEALA)

■毎週 (木) 10:30～12:00
■月4回 6,600円

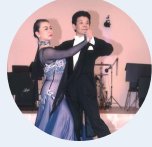


社交ダンス

音楽を楽しみながら動いてみましょう。
身体能力・美姿勢が身につきます。

講師：かまくらダンス・バレエ教室
鎌倉 留美子

■毎週 (金) 13:30～15:00
■月4回 6,400円



楽しく体操教室

ご自分の体力に合わせて、一緒に身体を動かしてみませんか？

NRサプリメントアドバイザー
講師：健康運動実践指導者・介護予防運動指導員
小西池 郁子

■第1・3 (火) 13:00～14:00
■月2回 3,400円



女性限定！らくらく体幹&ルーシーダットン

運動が苦手な方や体が硬い人でも大丈夫！！
リラックス効果、美肌にもおすすめ！！

講師：日本ルーシーダットン普及連盟認定インストラクター
廣谷 洋子

■第1・3 (火) 19:00～20:00
第2・4 (水) 10:30～11:30
■月2回 4,400円



Mrs.こいずみのBody スッキリ！エクササイズ

筋力・持久力・柔軟性アップのバランスエクササイズです。

一般社団法人 日本健康体操普及連盟
健康体操指導員
講師：小泉 百合子

■毎週 (月) 18:30～19:30
■月4回 6,400円 (教材費別途)



NEW 女性限定！モンゴルヨガ

独特なポーズと呼吸法で心身ともに健康な状態に近づけていきます。

講師：モンゴル伝統療法認定インストラクター
ひろたに

■第2・4 (木) 19:00～20:00
■月2回 4,400円

和のおけいこ

茶道 裏千家

茶の湯に出会ってみませんか？

講師：赤坂 宗洋

■第1・2・3 (水) 13:00～15:30
■月3回 6,000円 (材料費込)



いけばな 池坊

花との出会いに想いを託してお花をいけてみませんか？

公益財団法人 日本いけばな芸術協会
講師：名誉特別会員
小野沢 淑子

■第2・4 (火) 13:00～15:00 ■月2回 4,800円 (材料費込)
■毎週 (木) 16:30～20:00 ■月4回 9,500円 (材料費込)

いけばな 龍生派

四季の変化をいつも感じて…
そんな花の暮らししてみませんか？

講師：越後 康邦

■毎週 (土) 13:00～15:00
■月4回 9,500円 (材料費込)

箏曲～生田流～

日本人の心にしみいる伝統の音色を楽しんでください。

講師：生田流 菊鈴 典美

■毎週 (火) 10:00～15:00
のうち1時間
■月4回 6,800円



NEW このマークのついている講座は新講座です。定期講座の見学・体験をご希望の方は、事前にお問い合わせください。
※一部、別途材料費の必要な講座があります。

シニアHIP HOP

若い世代だけのものにするにはもったいない！

講師：ATSUSHI

■第1・3 (日) 15:00～16:00 ■月2回 3,800円
■毎週 (金) 19:30～20:30 ■月4回 6,400円

たのしい日本舞踊

美しい姿勢やしぐさも身につきます。

公益社団法人 日本舞踊協会

講師：青森県支部 支部長
花柳 葉昌栄

■第1・3 (日) 13:00～15:00
■月2回 4,400円



新舞踊～日本舞踊・民踊 ほかの踊り～

八戸おもてなし音頭、笑顔で楽しく踊ろう音頭、ほか
新舞踊、夢ひとすじに等を楽しみ踊りましょう！

講師：泉流 泉華会 師範
泉 桜晶・泉 知晶

■第1・3 (金) 10:00～12:30
■月2回 4,400円



はじめてみよう やさしい筋トレ教室

有酸素運動と筋力トレーニングを行う教室です。
膝痛、腰痛予防と改善に!!

NRサプリメントアドバイザー
講師：健康運動実践指導者・介護予防運動指導員
小西池 郁子

■第1・3 (日) 10:00～11:15
■月2回 4,000円



エアロビクス

有酸素運動で健康！リフレッシュ！

講師：山本 京子

■毎週 (水) 13:00～14:00
■月4回 6,400円

Mrs.こいずみのスッキリ！ストレッチ

ストレッチ+有酸素運動+筋トレのアクティブストレッチです。

一般社団法人 日本健康体操普及連盟
健康体操指導員
講師：小泉 百合子

■第1・3 (日) 13:00～14:00
■月2回 3,200円 (教材費別途)



リラックスヨガ

自分軸につながります。

講師：インド中央政府公認ヨガ教士 ヨーガ療法士
吉田 安寿誌

■毎週 (火) 14:30～15:30 ■月4回 6,400円
■第1・3 (日) 11:00～12:00 ■月2回 3,200円

大人のバレエ/ストレッチ

バレエの動きを取り入れた
ストレッチでボディメイク！

講師：かまくらダンス・バレエ教室 鎌倉 魁樹

■第2・4 (土) 17:50～18:50
■月2回 3,200円



中国太極拳 伝承

伝統太極拳練功で強身、全身美容、
心身健康と、剣も学びましょう。

講師：伝統太極拳指導員 大倉 広治

■第2・4 (土) 10:00～11:30
■月2回 3,800円



ゆるゆる3B健康体操

3B体操で体の中から、若さと元気を取り戻しましょう！

講師：公益社団法人 日本3B体操協会公認指導士
佐々木 美智子

■毎週 (金) 10:00～11:15
■月4回 6,400円



イスに座って楽しく体操

立った状態で行う体操が不安な方や、体力維持したい方に。

NRサプリメントアドバイザー
講師：健康運動実践指導者・介護予防運動指導員
小西池 郁子

■第1・3 (金) 13:30～14:30
■月2回 3,400円



エアロ&ダンベル

ダンベルを使いながらのエアロビクスです。

講師：山本 京子

■毎週 (木) 14:00～15:00
■月4回 6,400円



女性限定 ベーシックフローヨガ

血行促進、体調の改善も望めます。

J-YOGA college 認定インストラクター
講師：上代 真紀子

■毎週 (月) 11:00～12:30
■月4回 6,400円



カルチャー教室



クッキング教室



フィットネス教室

茶道 江戸千家

お茶をいただきながら時間の贅沢を味わいます。

講師：江戸千家師範 大黒 耿雪

■月3回 (土) 13:00～15:30
■月3回 8,100円 (材料費込)



いけばな 小原流

花を好きになって、花と遊ぶひととき
あなたも始めてみませんか。

講師：佐々木 陽紅

■毎週 (火) 17:30～20:00
■月4回 9,500円 (材料費込)

いけばな 京都古流 瑩正庵

四季折々の季節を家の中で楽しんで
活けてみませんか？自然との対話です。

講師：藤野 艶峯

■第1 (月) 10:00～12:00
■月1回 2,200円 (材料費別途)

大正琴

楽器が初めてでも簡単に楽しむことができます。

講師：佐々木 和子

■第1・3 (火) 13:30～15:00
■月2回 3,500円
★大正琴貸出あり



茶道 武者小路千家

おもてなしの心を大切に、茶の湯のひとときを満喫ください。

講師：遠藤 朝子

■第4 (水) 9:45～13:00
■月1回 2,800円 (材料費別途)



着付 (装道)

楽しくわかり易い着付を始めてみませんか？

内閣府認定 公益社団法人
講師：全日本きものコンサルタント協会
装道 小笠原 洋子

■毎週 (木) ①13:00～15:00
②18:00～20:00
■月4回 8,000円



男性のための着付教室

着物をさっと着こなせるようになりましょう。

講師：内閣府認定 公益社団法人 全日本きものコンサルタント協会
装道 小笠原 洋子

■第1・3 (木) 20:30～21:30
■月2回 4,000円

こころに響く篠笛

柔らかく澄んだ日本古来の篠笛の音色を
一緒に楽しみましょう。

講師：山口流 名取教授 山口 汐花

■第2 (水) 13:00～15:00
■月1回 3,600円



音楽

みんなの賛美歌・愛唱歌

くらしの中でくちずさめる歌を。

講師：山路 ゆう子

- 第1・3(火)10:30～11:30
- 月2回 3,600円



叙情歌と世界の名歌

童謡・唱歌からクラシックまで…
ヴォイストレーニングからはじめます。

講師：荒屋敷 和美

- 第1・3(月) ■第1・3(水)
- いずれも 11:00～12:00
- 月2回 3,500円



二胡教室

癒しの楽器、二胡を弾いてみませんか？

講師：陳 為(チン・イ)

- 第2・4(水)①13:00～14:00
- ②19:00～20:00

■月2回 6,700円 ★二胡貸出あり(2,000円/1ヶ月)



マリンバ(木琴)講座

初めての方でも大丈夫！一緒に楽しみましょう！

講師：マリンバ・打楽器奏者 八戸 敦

- 第2・4(金)13:00～

※個人レッスン30分 時間帯要相談

■月2回 6,500円



みんなのゴスペル

人生のパワーになる歌を！

講師：山路 ゆう子

- 第2・3(土)13:00～14:30
- 月2回 4,200円



及川明子の「楽しいカラオケ」

一緒に楽しく歌って元気で笑顔になれる明るい講座です♪

講師：及川 明子

- 第2・4(火)10:00～12:00
- 月2回 3,300円



大人のピアノ

初心者大歓迎！楽譜の読み方から始めます♪

講師：荒屋敷 和美

- 第1・3(月)10:20～
- ※個人レッスン30分 時間帯要相談

■月2回 6,400円



楽しく弾ける簡単キーボード

ドレミがわからなくても大丈夫。
楽しい音楽生活を始めてみませんか？

講師：カシオミュージックサークル認定講師
佐々木 厚子

- 第1・3(水)①10:00～11:30②13:00～14:30
- 月2回 3,300円 ※グループレッスンです



橋本佳代のシャンソン講座

シャンソンを歌って心エステを…

講師：橋本 佳代

- 第2(火)19:30～21:00
- 月1回 2,700円



ウクレレ教室

仲間と一緒に様々な音楽を楽しみましょう♪

講師：荒屋敷 和美

- 第1・3(水)13:00～14:00
- 月2回 3,500円

★ウクレレ貸出あり(有料)



八戸プラザホテル共同企画

講師：八戸プラザホテル 副総支配人 金子 慎也

ワインを楽しもう！

ワインとチーズを本格的に学びます。

- 月1回 不定期 18:30～20:00

■月1回 会 員 6,000円/ビジター6,500円(材料費込)



【一回完結講座】締切日：各3日前

南郷ひなた農園のプレミアムワインと日本料理

豊かな自然に育まれた「南郷ひなた農園」のワインと、旬の食材を使った日本料理の魅力に触れてみませんか？

- 5/24(土) 18:30～

受講料：9,000円



様々な国のワインを飲み比べして お料理に合わせて好みの味わいを発見しよう

様々な国のワインと、お料理の味わいを楽しめる講座です。
ワインを楽しむための知識も紹介致します。

- 4/26(土) 南半球のワイン①の比較と料理

- 5/16(金) 南半球のワイン②の比較と料理

- 6/28(土) 北半球のワインの比較と料理

18:30～

受講料：各7,000円



趣味と教養

ホーム洋裁

自分で作れば着る喜びも倍増！

講師：馬渡 光子

- 毎週(木)13:00～16:00
- 月4回 7,000円



日本刺しゅう

受け継がれてきた日本刺しゅう。
一針一針が雅の世界を作り出します。

講師：高橋 ムツ子

- 第1・2・3(木)13:00～15:00
- 月3回 7,000円(材料費別途)



陶芸倶楽部

自分の器を自分で造る。

講師：佐々木 良市

- 毎週(火)10:00～12:30
- 月4回 6,400円(材料費別途)



フラワーアレンジメント

心を豊かに楽しく制作！

講師：公益社団法人
日本フラワーデザイナー協会講師
八島 幸子

- 第1・3(木)10:00～12:00
- 月2回 11,300円(材料費込)



いぎた フランス語 - 基礎入門 -

初心者大歓迎！ご自分の目的に合わせて勉強できます。

講師：音楽・フランス語教室 studioA 主宰
大黒 亜紗子

- 第1・2・3(金)①10:30～12:00
- ②19:00～20:30
- 月3回 6,000円



はちえき知新俳句会

あなたも俳句の世界を楽しみませんか？

講師：俳誌「たかな」同人
奥田 卓司

- 第1(木) 13:30～15:00
- 月1回 2,200円



初心者対象 初めての俳句

初心者対象クラスです。
俳句をはじめてみませんか？

講師：俳誌「たかな」同人
奥田 卓司

- 第3(木) 13:30～15:00
- 月1回 2,200円



たのしい編物教室

お手元にある糸ですぐに着られる
作品を作りましょう。

講師：小屋敷 ミツ

- 第2・4(月)13:30～15:30
- 月2回 3,200円



戸塚刺しゅう(フランス刺しゅう)

「糸と針の彩に感謝をこめて」一針一針刺しております。

講師：一般社団法人戸塚刺しゅう 師範 砂川 京子

- 第2・4(金)①10:00～12:00
- ②13:00～15:00

■月2回 4,800円(材料費別途)



木目込み人形教室

お子様やお孫さんのために、そして自分の
ために作ってみてはいかがでしょう。

講師：藤野 真葵艶

- 第1・3(月)13:30～15:30
- 月2回 5,200円(材料費別途)



顔彩画を描く

顔彩で気軽に風景や草花を描いてみませんか？

講師：青森県生涯学習絵画指導員
桜沢 絵画教室
桜沢 秀夫

- 第1・3(月)13:30～15:00
- 月2回 4,400円



韓国語教室

韓国語に関する基礎能力を身につけましょう！

講師：八戸学院大学 地域経営学部 准教授 崔 桓碩(チェファンソク)

- 入門 第2・4(木) ■初級① 第1・3(水)
- 初級② 第2・4(水) ■中級 第1・3(木)
- いずれも 18:30～20:00
- 月2回 4,700円(初回テキスト代別途)



吉田千嘉子のチャレンジ俳句

暮らしの中の小さな喜びや発見を
俳句にしてみませんか？

講師：俳誌「たかな」主宰 吉田 千嘉子

- ① 第1(金) ■② 第3(金)
- いずれも 13:00～14:30
- 月1回 2,200円



俳句入門～吉田教室～

自然に恵まれた青森の四季折々を
俳句にしてみませんか？

講師：俳誌「たかな」主宰 吉田 千嘉子

- 第1(金) 19:00～20:30
- 月1回 2,200円



パッチワーク

お気に入りの布、思い出の布で
暮らしを楽しんでみませんか。

講師：堀合 拓子

- 毎週(火)13:30～15:30
- 月4回 7,700円

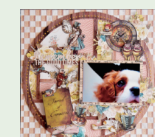


スクラップブックング～写真を飾るペーパークラフト～

思い出の写真を飾る、華やかな写真整理術です。

講師：国際スクラップブックング協会
1級エグゼクティブインストラクター
淡路 明美

- 第2(水)13:00～15:00
- 月1回 2,700円(材料費別途)



源氏物語を読む

日本を代表する古典「源氏物語」を楽しく学びましょう。

講師：八戸学院大学短期大学部 客員教授
三村 三千代

- 第2・4(水)10:30～12:00
- 月2回 4,500円



中国語

まずは発音練習、それから…会話、餃子、華流ドラマを楽しみましょう！

講師：渡辺 武秀

- 初めてさんのクラス 毎週(水)
- 学び直しさんのクラス 毎週(木) ※テキスト代別途
- いずれも 18:30～20:00
- 月4回 7,500円



和歌入門～黄綿教室～

愛しい人との睦み合いを和歌のレリーフに！
子を産んだ時の心模様を和歌の姿に！
孫がとびついて来た時の喜びを短冊に！

講師：「和歌へいざなう会」主宰 黄綿 溪湖

- 第3(日) 10:00～12:00
- 月1回 1,700円

※通信制(郵送)もあります。詳しくはお問い合わせください。

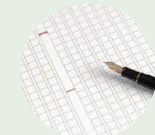


文章教室(随筆)

ふと気付いたこと、経験したことを文章にしてみましょう。
たまれば自分史ができあがります。

講師：エッセイスト 大黒 裕明

- 月1回(金) 10:00～12:00
- 月1回 2,200円



クッキング

エンジョイクッキング

季節を感じながら、
美味しい料理を楽しみましょう！

講師：沢野 節子

■第1(土)10:00~12:00
■月1回 4,100円(材料費込)



発酵食のある暮らしをはじめませんか？

酵素シロップ、甘酒、麹調味料、味噌作りなど
楽しく学びましょう。

siauraディプロマコース認定講師
講師：発酵文化推進機構 発酵食品ソムリエ
mai

■第3(日)10:00~12:00
■月1回 4,200円(材料費込)



NEW おうちで楽しむシンプルごはん

旬の食材で楽しむ、シンプルでおいしい
家庭料理教室です。

講師：ナクイ T.

■第2(火)19:00~21:00
■月1回 4,100円(材料費込)



書道

ペン字・書道

字を綺麗に、心も綺麗になりませんか？

講師：臨泉会 大橋 玉樹

■第1・2・3(月)①13:00~15:00
②18:00~20:00
■月3回 5,400円



今からはじめる書道

筆ペンから毛筆まで。
筆文字の美のコツが学べます。

講師：日展作家 宮古 文雪

■第1・2・3(月)10:00~11:30
■月3回 5,400円

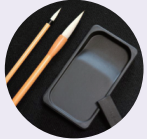


いきいき書道

生活をいきいきと彩る趣味としても
実用としても役立ちます。

講師：臨泉会 大橋 玉樹

■第1・2・3(土)10:00~12:00
■月3回 5,400円

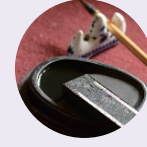


書道 漢字入門から条幅研究まで

初心者大歓迎！！
書道・かなから条幅まで指導します。

講師：臨泉会 夏堀 竹翠

■毎週(木)10:00~12:00
■入門 月4回 7,000円
■条幅 月4回 7,300円



書道

美しい書の世界をのぞいてみませんか？

講師：臨泉会
講師：細越 玉蓮

■毎週(水)13:00~15:00
■月4回 7,200円



初心者さんのための やさしい書

手書き文字が目目されている今、普段から
使えるあなただけの文字を習得しませんか。

講師：日本教育書道会 在家 溪静

■毎週(木)18:30~20:00
■月4回 5,800円(対象)高校生以上
書誌代別途 8,400円(70歳以上 7,140円)/6ヶ月分前納
教材費別途 必要に応じて購入可能



完結講座は、入会金不要・材料費込の金額です ※一部割引対象外の講座があります

一回完結講座

初心者でも出来る！！ 簡単フラワーアレンジメント

5/9(金)
19:00~20:30

受講料：3,500円

公益社団法人
講師：日本フラワーデザイナー協会講師
八島 幸子



<全2回> はじめてのウクレレ♪

6/9・6/23(月)
10:00~11:00

受講料：3,500円

講師：荒屋敷 和美



ウクレレの貸出あります(有料)

完結講座 全6回シリーズ

声でお悩みの方必見！
「相手に伝わる・届く」声磨き
ステップアップ講座

4/21・5/19・6/16
7/14・8/18・9/8(月)
18:30~20:00

受講料：20,000円/全6回

一般社団法人 日本声磨き普及協会
インストラクター
講師：金濱 希衣子 締切日：4/7(月)

おうち Pan&Sweets

4/16・5/28・6/18(水)
10:00~13:00

受講料：各 3,900円

講師：パンシェルジュ検定3級認定
講師：橋本 三枝子



おうちで楽しめる韓国料理

4/17・5/15・6/19(木)
10:00~12:30

受講料：各 4,000円

講師：パク ソンヨン
講師：朴 鮮堂



発酵料理教室

4/27(日) シロップ教室 4,500円
5/24(土) 麹教室 4,200円
6/21(土) ぬか漬教室 3,000円

10:00~12:00
講師：発酵文化推進機構 発酵食品ソムリエ
mai



もっと知りたい! 深めるアロマ

4/6・5/18・6/15(日)
14:00~15:30

講師：かわいいアロマひつじや
小松 美央

受講料：各 3,600円



はじめてみよう! お手軽アロマ

5/23(金)
19:00~20:00

講師：かわいいアロマひつじや
小松 美央

受講料：2,800円



はじめての「アストロダイス占い」

4/26・5/31・6/28(土)
14:00~16:00

受講料：各 5,000円

講師：西洋占星術・
アストロヒーラー
Mei 対象：大人



「私の色に出逢う」 パーソナルカラー

5/16(金)
13:00~15:00

受講料：4,600円

JPCA 認定講師
講師：パーソナルカラーアナリスト
浅川 ひさこ



アロマフィットネス

4/26(土) 18:15~19:15
5/24(土) 13:00~14:00

受講料：各 2,500円

アロマセラピー
アドバイザー
講師：小泉 百合子



現役アナウンサーによる 話し方講座

5/14(水) 話し方の基本
10:30~12:00

受講料：3,900円

フリーアナウンサー
講師：コミュニケーションアドバイザー
キャリアコンサルタント(国家資格)
榎内 有希子 締切日：5/7(水)



さわやか説法 ～いす座禅と講話～

4/6・5/18・6/1(日)
7:30~9:00

受講料：各 1,100円

常規寺住職
講師：高山 元延 此の講座は、割引対象外です



整理収納アドバイザー 2級認定講座

4/14・6/9(月)
10:00~17:00
(1時間程度の休憩あり)

受講料：各 24,700円
※テキスト代・認定料込

2級認定講師
講師：長沖 みのり 締切日：各2日前



●会員特典

- ・八戸プラザホテル
- ・レストラン樹林
- ・八戸グランドホテル
- ・かわいいアロマひつじや

・はちえきeレディ
☎0178-21-2111
おそうじメニューより 1,000円引き

- ・八戸液化ガス 八戸給油所
〒031-0072 八戸市城下3-13-21
☎ 0178-46-2485
- ・給油 現金表示価格より 5円引き
- ・シャンプー洗車 600円→200円
- ・撥水洗車(FK-2) 1,200円→800円
- ・手洗い洗車 1,800円→1,200円
- ・プリチエスタントタイヤ 特別価格

●ご入会時優待特典

- ・JAF 会員優待
- ・デリオンくらぶ

掲載内容の詳細は、
ホームページにて
ご確認ください。



■営業時間 平日 9:30~19:00 土曜日 9:30~18:00 第1・3日曜日 9:30~16:00
第2・4・5日曜日・祝日・年末年始・お盆期間は休館です。※都合により変更になる場合がございます。

■入会と受講のご案内■

- ・会員制です。入会申込書に必要事項をご記入の上、入会金4,400円を添えてお申し込みください。
- ・特別講座など一部入会金の必要がない講座もございます。
- ・会員証は他人に貸したり、譲ったりすることはできません。
- ・入会金と初回の受講料は現金か電子決済でお支払いください。
- ・受講料は前納制です。納入された入会金・受講料は原則としてお返しいたしません。
- ・受講料のお支払いは口座からの自動振替か、電子決済がご利用いただけます。
- ・定期講座の受講料等、記載事項は予告なく変更する場合がございます。
- ・講座の見学(無料)、体験(受講料1回分)も受け付けております。
- ・ECCジュニア提携講座は、手続き方法が異なります。詳しくはお問い合わせください。

- 貸室や講師派遣も承っております。
- ご意見、ご要望等もお寄せください。

■個人情報の取扱いについて■

お申し込み時に提出された書面に記載の個人情報はお客様との連絡、または講座企画やサービス向上のため内部資料として使用する場合がございます。機密保持には万全を期しておりますので、ご了承をお願いいたします。

