

2026年1月～3月号

# 春からの 新生活 応援特集！

2/28まで!

入会金 ~~通常4,400円~~ ▶ 3,000円

さらに、入会月の2ヶ月後から使える割引券1,000円プレゼント

## 一回完結講座

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

### はじめてみよう！ お手軽アロマ

自然の香りでリラックス&リフレッシュ。  
金曜まで頑張った自分へのごほうびに♪  
**1/23(金)** 真冬のあつたか入浴剤  
**3/27(金)** すっきりマスクスプレー  
19:00～20:00  
受講料 各2,900円  
講師 小松 美央  
かわいいアロマひつじや

### 筆ペンで書くわたしの名前

字に自信がなくても大丈夫。  
やさしく、ゆっくり、書いてみましょう。  
**1/30(金)**  
18:30～20:00  
受講料 3,000円  
講師 在家 溪静  
日本教育書道会

### 初心者向け ChatGPT講座

①入門編 1/7・2/2・3/4  
②応用編 1/21・2/9・3/18  
③実践編 1/28・2/16・3/25  
水曜日開催 ※2月のみ月曜日  
13:00～14:30  
受講料 各4,000円  
講師 上田 貴代子  
一般社団法人移動通信端末診断士協会  
スマホ診断士

### ChatGPTで暮らしを アップデート講座

ChatGPTでレシピ革命！ 1/5・19・26  
ChatGPTがあなた専属の英語コーチに！ 2/18・25  
ChatGPTで仕事がはかどる！ 3/2・9・16  
月曜日開催 ※2月のみ水曜日  
13:00～14:30  
受講料 各4,000円  
講師 上田 貴代子  
一般社団法人移動通信端末診断士協会  
スマホ診断士

### もう一度学びたい！ ビジネスマナーの基本の「き」

今さら聞けないビジネスマナー  
新年度に向けて、一度整えてみませんか？  
**3/2(月)**  
19:00～20:00  
受講料 3,000円  
講師 金濱 郷子  
ビジネスマナー講師

### 中学生～高校生 「アストロダイス占い」 de セルフケア♡

「占いを活用して自分を整える」  
セルフケアをしませんか♡  
**3/28(土)**  
10:00～12:00  
受講料 2,500円  
講師 Mei  
西洋占星術  
アストロヒーラー

### ハ戸プラザホテル共同企画

講師 金子 慎也 ハ戸プラザホテル 副総支配人

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  
**1/31(土)** 日本料理とワイン  
**2/21(土)** 西洋料理とワイン  
**3/20(金)** 中国料理とワイン  
18:30～  
受講料 各7,500円

桃の節句や春に愉しむ和紅茶と  
日本料理（ランチ）テーブルマナー

**2/18(水)**  
13:00～  
受講料 4,500円  
講師 山内 瞳  
日本紅茶協会ティーアドバイザー  
TEA レッスンサロンていーらんぶ主宰

やりたいこと、始めてみようよ！



# はちえきキャンバス

☎ 0178-46-3025

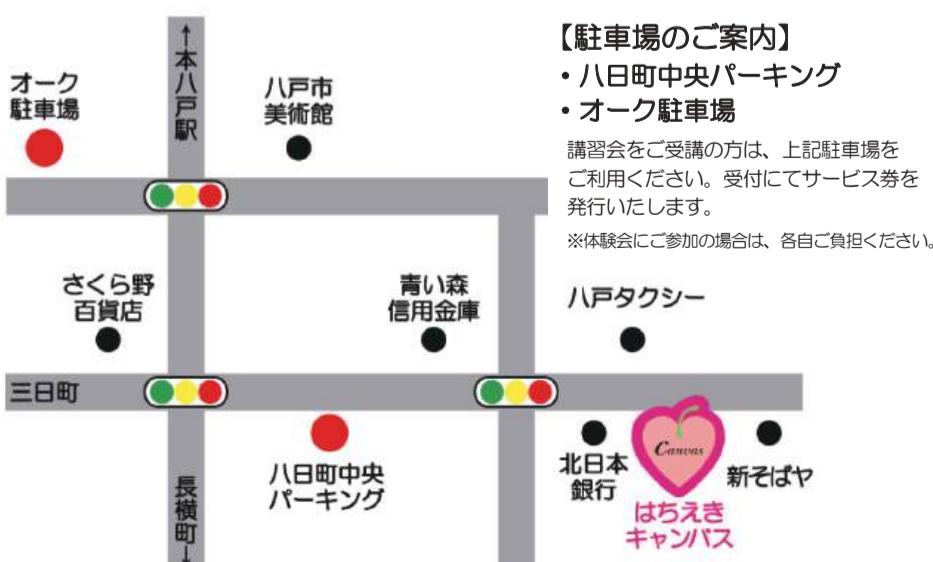
〒031-0084 八戸市十八日町46

【営業時間と休館日】※都合により変更になる場合があります。

平 日 9:30～19:00・土曜日 9:30～18:00

日曜日 9:30～16:00（第1・3週目のみ営業）

第2・4・5日曜日・祝日・年末年始・お盆期間は休館です。



# 講座体験会 入会金不要・各講座おひとり様 1回限りです

※ご入会の際は、入会金(通常¥4,400)が必要です。

**ケイキフラ  
(子どもハワイアンダンス)**

3歳～12歳 優雅に、キュートに本格フラを踊ろう。

1/10・3/28(土)  
13:00～14:00  
体験料 各1,300円  
→各1,000円  
講師 上井 慎子



**KOHKI  
HIP HOP 入門**

小学生～高校生 基本的なステップ・基礎を中心楽しめレッスン！

1/21・2/18(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**

4歳～小学生 ダンスの基礎からじっくりレクチャーします。

1/24・3/7(土)  
16:30～17:00  
体験料 各750円  
→各500円  
講師 RITSUKO  
YOSHIO



**HIP HOP START  
はじめてのHIPHOP**

3歳～ これからHIPHOPを始めたい方におすすめ！

2/13・3/13(金)  
18:30～19:00  
体験料 各750円  
→各500円  
講師 ATSUSHI



**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！

1/7・2/4・3/4(水)  
18:30～20:00  
体験料 各1,875円  
→各1,000円  
講師 渡辺 武秀



**いきたフランス語  
-基礎入門-**

目的に合わせて勉強できます。

1/23・2/6・3/6(金)  
①10:30～12:00  
②19:00～20:30  
体験料 各2,000円  
→各1,000円  
講師 大黒 亜紗子  
音楽・フランス語教室 studioA 主宰



**韓国語教室 入門**

韓国語に関する基礎能力を身につけましょう！

2/12・2/26(木)  
18:30～20:00  
体験料 各2,350円  
→各1,000円  
講師 崔 桓硕  
八戸学院大学 地域経営学部 准教授



**立って座って  
やさしい筋トレ**

イスも使って筋トレをするので自分のペースで動くことができます。

1/18・2/15・3/15(日)  
10:00～11:15  
体験料 各2,000円  
→各1,000円  
講師 小西池 郁子  
健康運動実践指導者 介護予防運動指導員



**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。

1/28(水)  
9:45～13:00  
体験料 各2,800円  
→1,500円  
講師 遠藤 朝子



**茶道 裏千家**

茶の湯に出会ってみませんか？

2/4・3/4(水)  
13:00～15:30  
体験料 各2,000円  
→各1,500円  
講師 赤坂 宗洋



**茶道 江戸千家**

お茶を点ててみたい、和の文化に触れてみたい……そんな方にぴったり。

2/14・3/14(土)  
13:00～15:30  
体験料 各2,700円  
→各1,500円  
講師 大黒 恒雪



**Mrs.こいづみの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

1/19・2/16・3/16(月)  
18:30～19:30  
体験料 各1,750円  
→各1,000円  
講師 小泉 百合子  
一般社団法人 日本健康体操普及連盟 健康体操指導員



**発酵食のある暮らしをはじめませんか？**

1/18(日) 酵素シロップ作り  
3/15(日) 玉ねぎ麹調味料作り  
10:00～12:00  
体験料 各4,200円  
→各3,700円  
講師 mai  
siauraディプロマコース認定講師  
発酵文化推進機構 発酵食品ソムリエ



**及川明子の  
「楽しいカラオケ」**

発声練習から丁寧に！  
歌うのが苦手な方も大歓迎です。

1/27・3/10(火)  
10:00～12:00  
体験料 各1,650円  
→各1,000円  
講師 及川 明子



**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始めます

2/18・3/18(水)  
11:00～12:00  
体験料 各1,750円  
→各1,000円  
講師 荒屋敷 和美



**マリンバ(木琴) 講座**

3/13・3/27(金)  
①13:00～②13:30～  
③14:00～④14:30～  
各20分  
体験料 各2,170円  
→各1,000円  
講師 八戸 敦  
マリンバ・打楽器奏者



**ECCジュニア 提携講座**

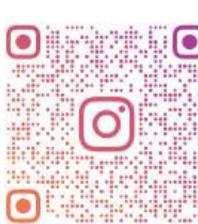
講師 大畠 康子 ECC ジュニア講師

1/13・1/27・2/10・2/24  
3/10・3/24(火)  
  
大人のわくわく英語  
毎回異なるテーマで開催！  
11:00～12:00  
体験料 各500円




**ホームページ・各SNSも更新中です！  
お得でたのしい情報はこちらから▼▼▼**

  
ホームページ

  
Instagram

  
X (旧Twitter)

  
公式LINE

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・中止になる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。

 **窓きキャンバス**  
0178-46-3025