

自然が見える 都島カルチャーセンター

講座のご案内

**入会金
無料**

※センター主催講座

都島カルチャーセンターは
地域の皆さまが楽しく学んでいただける講座を開催し
地域と共に歩むカルチャーセンターを目指します。

**見学・体験
随時受付**

貸教室も
やってます

受講生募集

K-POP
ダンス
KID's

楽しい
こども
英会話

こども
クラシック
バレエ

青少年
空手道

「大阪市習い事・塾代助成カード」
を取り扱っています

自然が見える開放感いっぱいのスタジオ、きれいな教室



●3Fスタジオ/100㎡ ●2Fスタジオ/105㎡ ●研修室/45㎡(定員30名) ●音楽研修室/18㎡(グランドピアノ設置)
●屋上ビオトープ ※貸室利用可

体験レッスン一覧 (随時受付・予約が必要です)

歌って元気になる音楽サロン
第2・4(火) 13:30~15:00
550円



幸せの引き寄せ!スピ♥ライフ
第3(金) 13:30~14:30
1,100円



K-POP ダンス
毎週(火)月4回 KID's 16:30~17:30
TEEN's 17:35~18:35 550円



青少年空手道
毎週(木)月4回 17:30~19:00
550円



硬筆・筆ペン習字
第1・2・3(金) 16:00~18:00 550円

よく分かる! 囲碁(入門)
第1・3(金) 9:30~10:20 550円

フラワーアレンジメント
第2・4(火) 10:00~11:00 2,050円 花材費込

はじめての楽しい大正琴
第2・4(木) 10:00~11:00 550円

脳トレピアノ
第1・3(水) 10:10~11:30
入会の方にプレゼント有り 550円



楽しいこども英会話(入門)
第1・2・3(木) 16:20~17:20
550円



こどもクラシックバレエ(幼児)
第1・2・3(金) 16:30~17:20
550円



ZUMBA(ズンバ)
第1・3(金) 10:30~11:30
550円



たのしい 手描き似顔絵
第2・4(土) 10:30~11:30 1,100円

ファッション手編
第1・3(水) 10:00~11:30 1,500円 材料費込

やさしいヨーガ
第2・4(金) 13:30~14:50 第2・4(土) 10:30~11:50 550円

香りレイキ
第3(金) 15:00~16:00 550円

提携講座

朗読を楽しもう!

たっぷり声に出して読んでみて、朗読の楽しさを実感して下さい。現在、40代から70代までの幅広い年齢層の方が朗読に親しんでいます。見学(無料)
●講師:森本あきら(元瀬戸内海放送アナウンサー)
●第1・3(火) 10:00~11:00
●第2(木) 14:00~15:00 ●月3回
●受講料:4,500円 ●対象:どなたでも



お申込み・お問合せ **090-1244-4395**

ASEL教育×スポーツ

どのスポーツにも必要な、からだを思い通りに動かす能力「身体操作スキル」を伸ばします!アメリカ・ハワイやシンガポールなどの教育先進国で導入されているSocial Emotional Learningを基調に人間力・社会スキルを育みます。お子さんたちののびのび成長で、楽しんで運動できるようサポートします。



火 16:30~23.4年
水 17:30~5.6年



マハロフラーム

ワンコイン体験会実施します
第2・4(土) 大人クラス:12:30~13:30
子供クラス:13:45~14:45
●参加費... 500円
ご予約 親子で一緒に参加可
070-8336-6832

Julia 無料体験実施中

チアダンススクール

毎週 木曜日
【幼 児】16:30~
【小学生】17:30~
お問合せ・ご予約は
JuliaチアダンススクールHP

都島カルチャーセンター

運営:株式会社ライズ 〒534-0002 大阪市都島区大東町2-5-30

お問合せは **☎06-6927-1280**

- JRおおさか東線「城北公園通駅」より徒歩4分。
- 大阪市営バスでお越しの方は、34系統バス停「大東町」下車すぐ。
- 城北公園、今市方面よりお車で越しの方は、カルチャーセンターを越えて2つ目の信号を右折、迂回して下さい。
- 駐車場有り。(コインパーキング)

<http://m-culture.jp> 都島カルチャーセンター 検索



受講生募集

入会金無料(センター主催講座)

見学・体験随時受付



都島カルチャーセンター

【お申込みお問合せは】

☎06-6927-1280

硬筆・筆ペン習字



幼児から成人まで、硬筆・筆ペンの基礎から応用まで指導致します。
毎月の課題を提出することによって段級を取得することができます。

- 講師/小林 悦子(日本書学院師範)
- 第1・2・3(金)月3回/16:00~18:00
- 受講料:児童2,800円 一般3,460円 教材費別



フラワーアレンジメント

季節の花をフリースタイルでアレンジし、色々な花合わせや香りが楽しめます。花に癒される素敵な空間を演出してみませんか? 希望があればいけばな草月流も受講可能です。

- 講師/Rin(凛)
- 第2・4(火)/10:00~11:20
- 受講料:3ヵ月3回/5,610円(花材費別) 3ヵ月6回/9,770円(花材費別)



歌って元気になる音楽サロン

マスク生活で声が出にくくありませんか? 顔周りのトレーニングで嚥下機能を維持し、表情豊かに歌えるように姿勢や呼吸、発声など体の使い方も指導します。音楽リズム遊び、懐かしの歌や世界の愛唱歌を楽しく歌って皆さんの声を輝かせましょう。

- 講師/大塚 絢子(合唱・リミック指導者)
- 第2・4(火)月2回/13:30~15:00
- 受講料:10,230円(3ヵ月6回)



ZUMBA(ズンバ)

健康に若返る! 素敵なラテンのリズムに乗って楽しくダンスをしながら、骨盤矯正や体幹トレーニングができる大人の女性向け講座です。

- 講師/日向 由美子(ダンスインストラクター)
- 第1・3(金)月2回/10:30~11:30
- 受講料:8,580円(3ヵ月6回)



楽しいこども英会話(入門・基礎)



工夫した楽しいレッスン!
4技能「聴く・話す・読む・書く」はもちろん、自分でルールを発見するなど「考える力」も養います。海外経験豊富な講師が担当。

- 講師/三好 里加子(講師歴28年)
- 第1・2・3(木)月3回 ●対象:小学生

入門(小学生) 16:20~17:20 ●受講料:5,280円

基礎(小学生) 17:30~18:50 ●受講料:6,750円 教材費別



よく分かる! 囲碁(入門・初級)

囲碁って難しそう...もし、そう思っているなら間違いです。実はシンプルなゲームなのです。当講座は囲碁をやさしく丁寧に教えます!

- 講師/星川 愛生(関西棋院プロ棋士)
- 第1・3(金)月2回
- 入門 9:30~10:30 ●受講料:9,240円(3ヵ月6回)
- 初級 10:30~12:00 ●受講料:10,560円(3ヵ月6回)



ファッション手編

基礎から手編技法をわかりやすく取り入れながら現代感覚な素材、デザインでオリジナル作品を作ります。資格も取れます。手持ちの糸も使って頂けます。

- 講師/妹尾 利恵(日本編物文化協会手編師範)
- 第1・3(水)月2回/10:00~11:50
- 受講料:9,430円(3ヵ月6回) 材料費別



楽しいハングル(入門)(中級)

“使える韓国語”をネイティブ講師が楽しく丁寧に指導します。会話中心のレッスンで、韓国語のステップアップを目指しましょう! 個人レッスンも有ります。

- 講師/孟 成一(メン ソンイル)
- 第1・2・3(木)月3回
- 受講料:16,430円(3ヵ月9回) 教材費別

入門 10:00~11:15 中級 11:20~12:35



幸せの引き寄せ!スピ♥ライフ

「スピリチュアル」とは本来誰にも備わっている力です。しかし現代においては封印されています。この無限の力を、あなた自身も取り戻して使ってみたいと思いませんか? 講座を通じて、その不思議な力へのアプローチの仕方、生活での実践の仕方などをお教えします。あなたのチャレンジをお待ちしています。

- 講師/青島 裕子(香りレイキ(R)ティーチャー)
- 第3(金)/13:30~14:30
- 受講料:4,950円(3ヵ月3回)



たのしい 手描き似顔絵

もらってもプレゼントしても盛り上がり抜群の手描き似顔絵! 手描きの似顔絵は見て楽しく温もりを感じますね。活き活きと明るくポップな似顔絵をレクチャーします。学生〜シニア迄、特技や趣味を広げたい方にお勧め! 初めの方でも大歓迎です。個々に合わせて丁寧にレクチャーします。

- 講師/芦田 ツーケン(日本似顔絵検定協会公認似顔絵師)
- 第2・4(土)月2回/10:30~11:50
- 受講料:13,200円(3ヵ月6回)



コツがわかるポイントメイク(全3回)

コツが分かれば、印象も変わります。より健康的に、より魅力的に、ご自分を演出してみませんか?

- 講師/田村 佳寿美(メイクアップアーティスト)
- 第4(水)/10:30~12:00
- 受講料:8,250円(3回分) ●教材費:3,300円(3回分)



TCカラーセラピスト講座(全2回)

5時間でカラーセラピストになれるように開発されたテキストと14本のカラーボトル付きの講座です。

- 講師/田村 佳寿美(TCカラートレーナー)
- 第2・4(水)月2回/13:00~15:30
- 受講料:9,900円(2回分)
- 教材費・認定料11,000円



はじめてのハンドケア・ヘッドケア

ハンドマッサージ、ヘッドマッサージは手軽にできて健康、美容など様々な効果があります。生活や仕事にも役立つ各1回の講座です。

- 講師/田村 佳寿美(SWS認定講師)
- 第2・3(水)/10:15~11:45
- 受講料:各2,200円
- 教材費:各2,200円



脳トレピアノ

目からウロコの脳トレピアノ。人生100年時代元氣のお守りを脳トレピアノで楽しみましょう。初心者の方は指一本からでも大丈夫です。お好きな曲を弾きながら、心と体と頭の若返りが期待できます。また介護予防プログラム付きの日常生活にも活かせるメソッドです。

- 講師/横山 昌代(エグゼクティブ認定講師)
- 第1・3(水)月2回/10:10~11:30
- 受講料:14,850円(3ヵ月6回)



はじめての楽しい大正琴

初めてでも数字で書かれた楽譜を使って簡単に弾いて楽しめます。歌謡曲・ポップスなどお好きな曲を演奏してみませんか?

- 講師/西田 琴扇修里(指導講師)
- 第2・4(木)月2回/10:30~12:00
- 受講料:14,520円(3ヵ月6回)



オカリナ(入門・経験)

息と指を使って手軽に音を楽しみましょう。心を豊かにして健康アップ! オカリナは陶器製で優しい音のでる楽器。音楽知識の手ほどきもします。(別途 個人レッスン、リコーダー・フルートレッスンも有ります)

- 講師/清水 敬子(音楽教室「ミュージックスペース」主宰)
- 第2・4(火)月2回
- 入門 11:30~12:30 ●受講料:12,230円(3ヵ月6回) 教材費別
- 経験 10:30~11:30 ●受講料:17,120円(3ヵ月6回) 教材費別



少年少女 空手道



日本伝統 糸東流 空手道。護身術、形、組手。空手道を通じて礼儀正しく元気で明るく素直な子を育成します。

- 講師/南 聡朗(全日本空手道連盟東区7段 師範)
- 毎週(木)月4回/17:30~19:00
- 受講料:4,800円 ●対象:5才~中学生



香りレイキ

伝統的手当て療法「レイキ」とアロマの繊細でパワフルな癒やしエネルギーを使って心と身体を健やかに保ちませんか? 免疫力アップ・血行促進・情緒の安定などにおすすです。また、直感力が冴え、自己成長に役立ちます。レイキヒーラーとしてデビューすることも可能です。(認定講座受講者のみ)

- 講師/青島 裕子(香りレイキ認定ティーチャー)
- 第3(金)月1回/15:00~16:00 ●受講料:4,950円(3ヵ月3回)



はじめてのやさしいヨガ

ゆっくりと“今”の身体の声を聞きながら動いていきます。又呼吸法や瞑想でリフレッシュしましょう。高齢の方、体力低下が気になる方も無理なく参加して頂けます。欠席の場合、違う曜日に振り替え受講可能。

- 講師/布施 多美恵・岩本 弘美(ヨーガインストラクター)
- 金曜コース:第2・4(金)月2回/13:30~14:50
- 土曜コース:第2・4(土)月2回/10:30~11:50
- 受講料:9,660円(3ヵ月6回)



こどもクラシックバレエ



バレエを基礎からやさしく指導いたします。楽しいレッスンを通して、美しい姿勢と豊かな音楽性を身につけましょう。

- 講師/河野 綾子(プリムローズバレエスタジオ主宰)
- 第1・2・3(金)月3回
- 幼児 16:30~17:20 ●受講料:5,050円(1ヵ月3回)
- 小学生 17:30~18:30 ●受講料:月額6,170円(3ヵ月11回)



K-POP ダンス



KID's

ストレッチ、ダンスの基礎トレーニング。最後は振り付けをマスター! みんなで楽しく、可愛くK-POPダンスを踊りましょう!

- 毎週(火)月4回/16:30~17:30
- 受講料:5,500円
- 対象:幼児~小学中学年



TEEN's

ストレッチ、ダンスの基礎トレーニング。最後は振り付けをマスター! みんなで楽しく、カッコよくK-POPダンスを踊れるようにアドバイス、レッスンします。

- 毎週(火)月4回/17:35~18:35
- 受講料:5,500円
- 対象:小学中学年~中学生
- 講師/ESSEアカデミーインストラクター



提携講座

カワイ音楽教室

ピアノコース(個人)

4才~大人の方まで受講できるコースです。クラシックからポピュラー系まで幅広く対応し楽しくレッスンをを行います。

- 木・金:15:00~19:00 1レッスン30分間です。
- 入会金:5,500円 月謝:9,240円~

大阪北事務所

06-6934-1660

