

さあ始めよう! 将来のために何かを! \ 特技は一生の財産 /

明舞プラザ (キリン堂2F)

# 明舞カルチャーセンター

受講申し込み・問い合わせ

☎078-917-5975 [受付時間 月~土 9:30~18:00、日祝除く]

ホームページ <http://meimai-cultuer.com>

見学・無料体験  
随時受付中  
有料体験講座も  
あります



明石市松が丘2丁目11-7 キリン堂2F

10月中のご入会で  
入会金 <sup>通常</sup> 3,300円が  
(空手1,650円)

**新講座  
入会金無料!**

その他全講座先着各5名様  
**入会金半額!**  
(空手は除く)

## 新講座



### ソシアルダンス

水曜/13:00~13:45 (初級)  
14:00~14:55 (中級)  
月謝/5,500円 (初級)  
6,600円 (中級)  
講師/松並 康仁 (右写真)



音楽を聞きながら基本を大切に  
体を動かし、ハッピーなレッス  
ンを目指します。

### エアロ&ズンバ

木曜/9:00~10:00 月謝/4,400円 講師/東 美香 (下写真)

- ☆エアロビクスダンス  
音楽に合わせて楽しみながら手足をリズムカルに動かす全身運動です。
- ☆ズンバ  
ラテン系の音楽によってパーティーのような雰囲気を感じながらダンス経験がなくても簡単にズンバのクラスを楽しむことができます。






## ダンス・健康・武道






科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
ヒップホップ キッズ ヒップホップ	木曜 17:00~18:00 (幼児~小学低) 18:10~19:10 (小学生全般) 19:30~20:45 (中学生~一般) 土曜 9:40~10:30 (入門・初級) 10:30~11:30 (初・中級) 月謝/5,280円 (月4回) 講師/流行宣言R 山本 秀子	幼児から大人まで ジャズ、ヒップホップ、 ファンクなど流行の 曲に合わせて楽しく 踊りましょう。 見学自由!! 初めてでも丁寧に指 導します。	姿勢しなやか 体操	土曜 (第1・3) 14:00~15:00 月謝/2,200円 (幼児・学生 1,100円) 講師/いわさ整体整骨院 院長 岩佐 剛	姿勢が良くなると體 (からだ)、精神 (脳) が活動的になっていきます。 より元気に美しくなりたい方、年齢・ 体力問わずに参加できます。
K-POP DANCE	火曜 18:30~19:30 (小学生) 19:30~20:30 (中学・高校・大学生) 月謝/5,500円 講師/UI	レッスンではK-POPアイドルの曲の 振り付けをします。 本気で取り組める方大歓迎です◎ 楽しく一緒に踊りましょう。 振り付けだけでなく基礎もやっ ていきます。	太極拳	木曜 (第1・2・4) 10:15~11:45 月謝/2,750円 講師/起塚 恵子	ゆっくりと自分の身体に無理のない 動きで若さを保ち健康維持と病気の 予防を兼ねながら生涯スポーツと して始めてみませんか。
GIRLS HIPHOP DANCE LESSON	月曜 18:30~19:30 (リトルキッズ/小学生未満) 19:30~20:30 (キッズ/小学生~) 月謝/3,300円 講師/RION	主にストレッチ→基礎→振付の順で 進めています。 Girls HipHopは、可愛らしさ、カッコ よさ、セクシーさが特徴のダンスで す。楽しく丁寧に指導していきます。 是非、気軽にお越し下さい!	はじめての 太極拳	火曜 9:00~10:30 (太極拳) 10:45~12:15 (太極扇) 月謝/各4,400円 (両方受講で割引有) 講師/周 偉	太極拳は、健康法として広く親しま れていきます。柔らかくゆったりとし た動作を行うことで免疫力を高め、 脚力、バランス能力や全身の持久力 向上に効果的です。
バレエ・ クラシック	火曜 16:00~17:30 (一般) 土曜 17:00~18:00 (入門) 18:15~19:45 (一般) 月謝/5,500円 (月4回) (入門) 6,600円 (月4回) (一般) 9,900円 (月8回) (一般) 講師/堺 登世子	楽しいレッスンでリフレッシュ! 美しい姿勢、しなやか な動きを身につけま しょう。 ※見学・体験随時 体験レッスン 1,100円	太極扇	[元中国安徽省武術隊、全中国武術大会 チャンピオン。 神戸、明石を中心に中国武術太極拳の 指導を行う。]	扇を開いたり閉じたり太極拳とは 違う楽しさがあり、優雅な動きと 力強さを併せ持っています。
子どもバレエ (CDSバレエ)	月曜 15:40~16:25 (幼児クラス) 16:30~17:30 (低学年~大人クラス) 17:30~17:45 (トッシューズクラス) 月謝/4,590円~ (月4回・年間45回) 講師/CDS バレエ 藤田 ちか ( <a href="http://cdsballet.jimdo.com/">http://cdsballet.jimdo.com/</a> )	可愛く、気品のある プチバレリーナにな りませんか? 音楽に合わせて楽し くレッスン! 幼児さんはお母様も ご一緒に!	ヨガ	木曜 13:00~14:45 月謝/4,400円 (月4回) 講師/栗谷 和彥	腹式呼吸と共にゆっくり動き、全身 を整え身体の奥からきれいになりま しょう。
アップ 体操教室	金曜 14:30~15:30 (幼児クラス) 15:30~16:30 ( " ) 16:45~17:45 (小学生クラス) 月謝/5,500円 対象/年少~6年生 講師/UP SPORTS CLUB 鬼塚 翔太	運動が好きなお子に育てま す。マット運動・とび箱・鉄棒 を中心にボール運動・縄とび もおこないます。 10月入会の場合特典! ボール・縄跳び (1,920円分) プレゼント!!	護身術 合気道	水曜 19:00~20:30 (月4回) 月謝/4,730円 (幼稚園~小学生) 5,280円 (中学生~一般) 講師/総合武道流水会副理事 師範 萩原 聖 指導員 川岸 翔太	未経験者を対象に少人数制で楽しく やっています。
自彊術	月曜 13:00~14:50 月謝/3,300円 (月4回) 年会費/3,000円 講師/公益社団法人 自彊術普及会中伝指導員 秋吉 由美	日本で最初の健康 体操です。 31の動作で全身 の関節を動かし、 心身を整える運動 療法です。	空手	金曜 19:00~ (月4回) 月謝/4,400円 (小学生迄) 5,500円 (一般) 講師/正道会館館長補佐 明石支部支部長 師範 近藤 佳哲	心身共に強い人 になるために今 から空手を始め ましょう!
らくらく 健康体操	木曜 15:00~16:15 月謝/4,950円 (月4回) 講師/YMCA講師 大西 紀子	ゆっくり身体を動かして いき、血液の循環を 良くして、元気な若々 しい身体作りをしませ んか。 シルバー歓迎!!	キック ボクシング	土曜 20:00~21:45 (中学生~一般) 月謝/4,400円 講師/明舞キックボクシング教室 藤岡 健	キックボクシングをはじめてみま せんか?護身・ダイエット・ストレス 解消に最適。 強く、美しく、健康的にみんなで キックを楽しもう!
			ハワイアン フラダンス	火曜 (第2・4) 13:00~14:00 月謝/3,300円 (月2回) 講師/WELINA HULA STUDIO Lilia 辻岡	素敵なフラを始め てみませんか。 ハワイの海 爽や かな風 綺麗な花 をイメージして踊 ればアロハ (愛) いっぱい溢れま す。

※各種教室も募集中!ピアノ時間貸しいたします。(グランドピアノ有り) ※卓球台有り。(お友達やご家族でお楽しみください)







## 実用・子ども

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
日本習字 大人の美文字	火曜 13:30~15:00 (成人書道) 15:00~17:30 (幼児~小学生) 19:20~20:30 (中学生~成人) 水曜 16:00~20:30 (幼児~成人) 土曜 9:30~11:30 (幼児~中学生) 月謝/4,500円 (成人部) 3,300円 (生徒部) 講師/日本習字教育財団教授 森 湖春 土曜日担当 野崎 佳愛	美しい文字は一生の宝です。あらゆる年代の多様な目的とレベルに応じます。一緒にあなたの「いい文字」を見つけましょう。お気軽に体験にお越し下さい。振替制度有り。 	醇書道教室	火曜 (第1・3) 13:30~19:30 月謝/幼児 (硬筆) 3,000円 小・中学生 4,000円 高校生 5,000円 大学生・一般 5,000円~ 講師/一東書道会 醇書道教室主宰 松本 淳	硬筆・毛筆ともに「美しい文字」と「凛として雅な時」を一から一緒に体感してみましょう。ゆったりと(4~5名の少人数制)、じっくりと(各々90~100分)。
	木曜 13:30~20:00 (月4回) 月謝/4,400円 (大人) 3,300円 (子供) 入会金/3,500円 (明舞カルチャーセンター入会金含) 講師/公文エルアイエル 谷川 秀子	~美しくなる。うれしくなる。好きになる。~ 選べる4教科(ペン習字・かきかた・筆ペン・毛筆)学びやすい教材を無理なく進める個人別学習です。ぜひおためしください。		水・金曜 一部:16:20~17:20 二部:17:30~18:30 (5才より成人迄) 月謝/5,000円 (週2回制) 講師/日本珠算連盟会員 日本商工会議所珠算検定委員 伊福 眞澄	従来のそろばんに、パソコン(フラッシュ暗算、九九練習等)導入。上達者には各種珠算競技大会に参加し、楽しんでいただけます。
公文書写教室	金曜 (月3回) ※4週目は補充日 14:00~21:00 (20:00までに入室下さい) (第1・3) 10:00~12:00 月謝/2,400円~ 講師/兵庫県作家協会委員/日本書芸院二科審査員 読書法会理事/書道研究文心会常務理事 中田 景華	幼児から大人の方まで楽しい時間ときれいな文字を手に入れましょう。ゆったりとした筆を持つひと時を一緒に。 	学研教室	月曜 17:00~21:00 水曜 18:00~21:00 月謝/幼児<さんすう>・こくご2教科> 【週2回】8,800円 【週1回】6,600円 小学生<算・国2教科>8,800円 <算・国・英3教科>13,200円 中学生<英・数2教科>14,850円 <英・数・国3教科>17,600円 指導者/森谷 けいこ	子どもたちが自ら学力を伸ばしていけるように、学研教室では「解き方」だけでなく「学び方」を教えています。 

## 趣味・音楽

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
カラオケ (河合教室)	月曜 (第1・2・3) 13:30~15:30 月謝/5,500円 (月3回) 講師/河合 敏行	1~2小節ずつ細かく解りやすくキーボードで指導致します。メロディーリズムが大変よく理解できます。 	将棋	土曜 (第2・4) 10:00~12:00 月謝/2,500円 (月2回) 講師/日本将棋連盟 兵庫県支部連合会 内藤 秀彰 (四段)	将棋は「知の開発」の特効薬。将棋を楽しみながら勉強・人生を上向きにする。 
童謡唱歌	金曜 (第1・3) 10:30~12:00 月謝/3,300円 (月2回) ※教材費別 講師/永木 るり子	声がかし出しにくくなってきた方も楽しく歌えよみがえります。童謡・唱歌そして青春歌も交えながら楽しく元気に歌いましょう。(男性も参加されています)	詩吟	土曜 (第2・4) 14:00~16:00 月謝/3,300円 (月2回) ※教本別途 講師/兵庫中央岳風会 田中 岳香・田中 岳尚	腹式呼吸で、健康に、ストレス解消に、友達作りの為に!! 幼児~シルバーまで!! 初心者の方もどうぞ。
楽(ラ)・ラ・ラ みんなで 歌おう	土曜 (第2・4) 15:00~16:30 月謝/3,300円 (月2回) 講師/日本音楽療法学会認定 音楽療法士 細川 朱美	童謡・唱歌・叙情歌・愛唱歌など、懐かしい思い出のうた・お好きなうたを一緒に楽しませんか? 明治・大正・昭和・平成と時代とともに、移りゆく思い出の詰まった歌を楽しく歌いながら心身をより元気に!! 	トールペイント	木曜 (第1・3) 10:00~12:00 レッスン料/1回につき1,650円 ※材料費別 講師/(公財) 日本手芸普及協会認定講師 トールペイント いろは 北 直子	初めての方、経験者の方、ぜひ一緒にペイントしましょう。 <レッスン内容> ・日本手芸普及協会の認定講師 資格取得カリキュラムに沿って 基礎から学ぶコース (資格取得希望の方相談) ・フリーに楽しむコース
琴・三絃	月曜 (第2・4) ※時間応相談 月謝/6,500円 (月2回) 永田等曲会会主 永田 恵子	親切に楽しく 教授いたします。 	暮らし彩る 絵画教室	月曜 (第2・4) 10:00~12:00 月謝/3,300円 (雑費別途かかる場合有) 講師/渡邊 純実子 (多摩美術大学卒業)	基本の水彩画教室です。 デッサンや着色など、楽しく始めてみませんか? 
ウクレレ	火曜 (第2・4) 9:00~10:00 (入門) 10:15~11:15 (初級) 11:45~12:45 (中・上級) 月謝/3,300円 (月2回) 講師/WELINA UKULELE Lilia辻岡	ハワイ生まれの可愛いウクレレ弾いてみませんか。ポロンと鳴らせば、ハワイの海、爽やかな風、アロハ (愛) いっぱい溢れます。 ※初回のみウクレレ無料レンタル可 (事前に申し込み)			

## 音楽<個人レッスン>

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
らくらくピアノ® &ちょっとお洒落な 大人のピアノ	金曜 (第1・3) 12:00~ 月謝/3,300円 (月2回) 2,200円 (月1回) 講師/全日本らくらくピアノ®協会 清水 恵子	ピアノを弾くのが初めての方! 触れるのも初めての方! 大丈夫です。見やすいカナ付き楽譜、鍵盤には音名シールで簡単に弾けます。脳活にもとっても効果のある奏法です。 	ピアノ	月・火曜 14:00~ 月謝/6,600円~ (月4回) 5,500円~ (月3回) 講師/徳田 貞子 (大阪教育大学・特音卒)	幼稚園児~シルバーまで。ピアノを弾く基本的な技術はもちろん、音楽そのものへの興味を深めていこう、年齢、レベルに合わせて丁寧に指導していきます。 
オカリナ・ フルート	水曜 (第1・3) 14:00~ (45分×月2回) 月謝/7,480円 (オカリナ) 8,030円 (フルート) 5,280円 (オカリナ・30分×月2回)	子供から大人まで丁寧に指導します。ポップス、演歌、クラシックまで、美しい音色で演奏する喜びを一緒に感じてみましょう。 	ピアノ	月曜 9:30~12:30 月謝/4,400円~ (月2回) 講師/大迫 幸恵	カルチャー教室、専門学校等、幅広い世代の方々の指導経験有。生徒さんの目線に立った指導を心がけています。 
小学1年生~の フルート教室	6,600円 (小学1年生~のフルート教室) 講師/下田 幹 (相愛大学音楽学部卒業/フルート)	フルートを学びながら楽譜の読み力をつけ、クラシックからポピュラーなど吹けるようになります。吹奏楽でフルートをしている学生の方も大歓迎です。 	ピアノ	木曜 9:30~ 月謝/4,400円 (月2回) 講師/倉又 俊枝 (上野学園大学 ピアノ科卒)	大人の方対象。初心者の方ももちろん、音少しならっていただけるといふ方もどうぞ楽しくレッスンしましょう。
バイオリン	木曜 (第1・3) 15:00~19:00 月謝/7,700円~ (月3回) 5,500円~ (月2回) 講師/中谷 真佐子 (武蔵野音大卒)	幼児~大人の方まで音楽をすることが楽しくなるように、わかりやすく正しい指法に指導します。二重奏や合奏もします。年齢は問いません。 	ピアノ	水曜 15:00~ 金曜 15:00~ 土曜 午前 (第2・4) 月謝/4,400円~ (月2回) 6,600円~ (月4回) 講師/元ヤマハシステム講師 花原 典子	お子様から大人の方までそれぞれのレベルや曲の好みに合わせてレッスンしています。レッスンを楽しく過ごせるような指導を心がけています。
クラシック アコースティック ギター	土曜 (第2・4) 時間は要相談 月謝/8,250円 (一般) 6,050円 (シルバー) ※シルバーは65才以上 講師/日本ギタリスト会会員 大塚ギター研究会 大塚 和夫	一人ひとりに必要な指のトレーニングを取り入れたレッスンで、必ず上達するように指導致します。シルバーも歓迎。 ★ギター無料講習会(音階特殊技法) 日程については要相談	ピアノ	木曜 13:00~ 月謝/6,600円~ (月4回) 講師/奥 直子 (大阪音楽大学卒)	幼児~大人まで。クラシック~ポピュラー、ジャズ、何でもOK! ピアノ以外に楽典・歌なども希望に合わせて指導いたします。

各種サークル活動有り、サークル会員募集中!

卓球 日・月・水・金曜 午前 1回 350円 麻雀 月曜 13:00~ 1回 300円

※部屋の空き時間をサークルなどに利用できます。

詳しくは

☎078-917-5975

(受付時間/月~土 9:30~18:00、日祝除く)