

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

明舞プラザ(キリン堂2F)



明石市松が丘2丁目2-6 キリン堂2F

3・4月中のご入会で
入会金 通常4,400円が

**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!

新講座

韓国語講座

※昨年7月より開講
木曜(第1・2・3)
10:00~11:00 (入門クラス)
11:00~12:00 (中級クラス)
月謝/6,600円(月3回)



講師 張 善美
(チャン・ソンミ)

韓国語を学んで旅行や文化をもっと楽しみませんか。ぜひ、無料体験レッスンにご参加下さい。分かりやすく楽しく学びましょう!
※無料体験実施致します。
体験日:3/19(木)・3/27(金)
両日11~12時です。
(各クラス2名以上で再開)お申込みお待ちしております。

講師 張 善美

ソウル出身
講師歴15年以上

韓国語を学んで旅行や文化をもっと楽しみませんか。

ぜひ、無料体験レッスンにご参加下さい。

分かりやすく楽しく学びましょう!

※無料体験実施致します。

体験日:3/19(木)・3/27(金)

両日11~12時です。

(各クラス2名以上で再開)

お申込みお待ちしております。

うみのかぜ コーラス

※昨年8月より開講
火曜(第1・2・3)
10:30~11:30
月謝/2,750円(月2回)
3,300円(月3回)



講師 高岡 友美

あの頃くちずさんだ懐かしの歌、唱歌、童謡をみなさんと歌いませんか? 無理のない歌唱と、やさしい振り付けで、声も体も気持ちよく動かし、はじめての方も、楽譜が読めない方も大歓迎です。



ストレッチーズ ピラティス

※昨年10月より開講
毎月3回開催
火曜 18:30~19:15
料金/1回 1,100円
6回チケット 5,500円
(別途費用)
布のレンタル料:500円(税込)/回



講師 花 蓮

硬くてもOK。幅広い年代が安心して楽しめるやさしいストレッチーズピラティス。ストレッチーズという伸縮性のある布を使って身体を伸ばしたり鍛えたり、無理なく続けられる強度で美と健康をサポートします。



GIRLS HIPHOP

※本年より講師変更
月曜 18:30~19:30
(リトルキッズ:
5歳~小学4年)
19:30~20:30
(初級:
小学高学年~一般)



講師 流行宣言・R
Ryoka

音楽に乗って女性らしく時にパワフルに踊ります! 流行りのKpopの曲でも踊るので興味ある方は見学・体験お待ちしています!



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。	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。
KID'S DANCE	土曜/12:00~13:00 (幼児~小学生) 月謝/5,500円(初級) 講師/ジャズダンスチーム ZAP 主宰 MASAKO	初めてのダンス!今、流行りの曲に合わせて楽しく身体を動かしましょう。個性が輝き、リズム感が養われます。神戸まつり、明石公園まつりなど各種イベントに参加しよう!!	二十四式太極拳	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て持っています。
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 (トシューズクラス) 月謝/6,000円(年間45回) 講師/CDSバレエ 藤田 ちか (http://cdsballet.jimdo.com/)	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一緒に!	ヨガ	木曜 13:00~14:45 月謝/4,400円(月4回) 講師/栗谷 和系	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 15:45~16:45 (幼児クラス) 16:50~17:50 (小学生クラス) 月謝/6,200円(年間42回) 対象/年少~6年生 講師/UP SPORTS CLUB 鬼塚 翔太	運動が好きな子どもに育てます。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。 3・4月入会の場合特典! ボール・縄跳び(1,920円分)プレゼント!!	ヨーガ	土曜(第1・3) 14:45~16:15 (第2・4) 13:30~15:00 月謝/2,750円(月2回) 4,400円(月4回) 講師/有場 めぐみ	初めてでも体がかたたくても大丈夫!ご自身の内側に意識を向け、深い呼吸をしながらゆったりと体を動かします。心と身体と一緒に整えていきましょう。
忍者ナイン [スポーツ教室]	土曜/中忍コース(年中・年長) 9:15~10:45 上忍コース(小学生) 10:15~11:45 月謝/年間44回 9,240円 (中忍・上忍コース) 講師/本多 綾香	小学校の体育の授業に必要な基礎体力、走り方やボールの扱い方などの能力を遊びながら身につけていく教室です! 体験無料!HP「忍者ナイン 明舞」で検索!レッスン風景はインスタをチェック!	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 岸本 裕子	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。
らくらく 健康体操	木曜 15:00~16:00 月謝/4,400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!!	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!
ZUMBA®	木曜/9:00~10:00 月謝/4,400円 (月4回) 講師/とも	ZUMBA®とは、世界中のリズムに合わせて楽しく踊るダンスフィットネスで、有酸素運動です。自分のスタイルでダンスを楽しみましょう!	キック ボクシング	火曜 20:00~21:30 (初級・女性・子ども) 土曜 20:00~21:45 (小学高学年~一般) 月謝/ (火) 3,300円 (土) 4,400円 講師/明舞キックボクシング 藤岡	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ボクシングを楽しもう!
姿勢しなやか 体操	土曜(第1・3) 13:30~14:30 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。	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/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。
ゴムバンド 骨盤体操教室	金曜/15:00~15:45(チラシにて開催日揭示) 費用/1,100円(1回) 2,750円(3回) (別途) ゴムバンド(専用) 購入:9,900円(税込) レンタル:1回 500円(税込) 講師/美容カイロプラクター 勘場 優子	身体の歪みなどに対し、ゴムバンドを使用し、動かすことで自分自身で歪みの調整。ご自宅でも行えるようにすることで、動ける身体作りを目指しましょう!!	ソーシャルダンス	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	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。 ※個人レッスン有。
扇流 日本舞踊教室	金曜/(第2・4) 10:00~12:00 月謝/3,300円 (月2回) 講師/扇 美鶴			古典舞踊を主としたお稽古ですが聴き慣れた、歌謡曲や演歌などを振り付けてのお稽古も行っています。着付けもご指導いたします。 ※持ち物:足袋・飲み物・着物一式(浴衣も可) レンタル(500円)も あります。	

※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	火曜 15:00~20:30 (幼児~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) 3,500円~ (生徒部) 講師/日本習字教育財団教授 森 湖春 (水担当) 野崎 賢香 (土担当) 田村 怜秀 (火担当)	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」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。	そろばん	水・金曜 (週2日制) 1部:16:20~17:20 2部:17:30~18:30 (5歳~大人まで 都合の良い部へお越し下さい) 月謝/6,000円 (3級合格後割引) 体験無料 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 真澄	計算力が身につく! 集中力、記憶力の 向上! 右脳の活性化! 1級取得でAO、推薦 入試可能! パソコンで フラッシュ暗算と九九 練習をしています。
	公文書写教室	木曜 13:30~20:00 (月4回) 月謝/4,840円 (大人) 3,630円 (子供) 入会金/3,500円 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。~ <ペン習字・かきかた・筆ペン・ 毛筆> 希望の教科を 無理なく学べる個人別学習。 お試しください。	挑戦英会話
中田書道教室	金曜 (月3回) ※4週目は補充日 14:00~21:00 (19:30までに入室下さい) (第1・3) 10:00~12:00 月謝/硬筆 2,400円~ 毛筆 3,000円~ 講師/書道研究玄心会 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。	学研教室	月曜 17:00~21:00 水曜 18:00~21:00 月謝/幼児<さんすう>・<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。
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 「凜として雅な時」を一から ご一緒に体感してみよう。 ゆったりと (4~5名の少人数制)、 じっくりと (各々90分)。	たかしば塾	火・木曜 17:30~19:00 19:15~20:45 月謝/中学生:数学・英語 7,700円 (月4回) 高校生:数学のみ 8,800円 (月4回) 授業者/柴田 隆男	35年の県立高校数学教諭経験を活か し、生徒一人ひとりに寄り添った個別指導。 教師1人に対し、生徒2人までの授業。 教材費は不要。学校の教科書・ワーク 等を使用します。 ※現在満席のため キャンセル待ち

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) 13:00~15:00 月謝/4,500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。メロディリズムが 大変よく理解できます。	トールペイント	水曜 (第1・3) 午前・午後 (満席) 木曜 (第1・3) 10:00~12:00 (募集中) レッスン料/1回 1,650円 ※材料費別 講師/ (公財) 日本手芸普及協会認定講師 トールペイントの 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。 <レッスン内容> ・資格取得希望の方応相談 ・フリーに楽しむコース ※体験随時受付中 (材料費500円)
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	声が少し出にくくなってきた方も楽し く歌えばよみがえります。 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。	暮らし彩る 絵画教室	月曜 (第1・3) 10:00~12:00 (残席僅か) 月曜 (第2・4) 10:00~12:00 (満席) 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。 体験会やご見学など 随時お待ちしております!!
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 ご一緒に楽しみませんか? 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!!	やさしい 似顔絵教室	火曜/10:00~12:00 月謝/4,400円 (月4回) 3,300円 (月2回) 講師/たにばたゆう	絵を描くのが苦手の方 でも、簡単に似顔絵を 描くことが出来るよう なるコツをお教えます。
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。	LINEスタンプ 講座	月曜/17:00~20:00 (60分/回) 単発/スタンプカード制 3,500円/5回 講師/たにばたゆう	イラスト、キャラクターの 描き方から教えます。自分 だけのLINEスタンプをつ くって友達に自慢しよう!
ウクレレ	火曜 (第2・4) 9:00~10:00 (入門) 10:00~11:00 (初級) 11:15~12:15 (中級) 金曜 (第2・4) 13:00~14:00 (初・中級) 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)	スマホ教室	火曜 (第2・4) / 12:45~14:15 (中級者向けコース) 14:30~16:00 (初心者向けコース) ※日程が祝日などと重なった場合、別日に変更。 月謝/2,200円 (月2回) 講師/大野 円香	基本の操作方法から便利な使い方ま で、さまざまな講座を ご用意。 スマホを触りながら学 べるため自分のペース で上進出来ます。
琴・三絃	月曜 (第2・4) 午前 ※午後は応相談 月謝/6,600円 (月2回) 永田箏曲会会主 永田 恵子	親切に楽しく 教授いたします。	絵手紙教室	土曜 (第3) 10:15~11:45 月謝/2,200円 (道具レンタル・モチーフ・ 材料費等含む) 講師/日本絵手紙協会公認講師 仲井 由佳	絵手紙とは、絵と言葉で表す 手紙です。 大切な誰かを思いながら、 描いてみませんか。
将棋	土曜 (第2・4) 9:00~10:50 11:00~12:50 月謝/2,500円 (月2回) 講師/日本将棋連盟 兵庫県支部連合会 会長 内藤 秀彰 講師 松本 洋	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。	己書 神戸舞子道場	火曜 (第1) 10:15~11:45 月謝/2,200円 講師/大和田 郁世	己書 (おのれしょ) は自分だけの書という 意味で、筆ペンを使って自分の世界観 を楽しく表現し「描く書」「読める絵」 とも言われています。

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) 12:30~ 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 憲子	鍵盤に触れるのが初めての方、ご安心 下さい。見やすいカナ付きの楽譜と 音名シールで気軽にス タートしていただけま す。脳活にもとても効果 的な奏法です。	ピアノ	月曜 9:00~14:00 水曜 9:30~13:00 月謝/4,400円~ (月2回) 講師/大迫 幸恵 (武庫川女子大学 ピアノ科卒)	ヤマハPSTA講師、専門学校等幼児か らシルバーの方まで指導経験有。 生徒さんの目線に立った指導を心がけ ています。
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	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。初心者の方は もちろん、昔少しならって いたけれどという方も楽し くレッスンしましょう。
小学1年生~の フルート教室	月謝/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む力 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	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。
バイオリン	木曜 (第1・3) 14:00~17:30 月謝/ (初級) 6,050円 (月2回) (中級~) 6,600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、 わかりやすく丁寧に指導 します。二重奏や合奏もしま す。年齢は問いません。	ピアノ	木曜 14:30~ 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。
			ピアノ	月曜 17:00~ 土曜 17:00~ 月謝/5,000円~ (年間44回) 講師/竹原 知子	お子様から大人の方まで皆様のペース に合わせて楽しく丁寧にレッスンしてい ます。憧れの曲を弾いてみませんか?

各種サークル活動有り、サークル会員募集中! ※部屋の空き時間をサークルなどに利用できます。

卓球 日・月・水曜 午前1回 350円 麻雀 月曜 13:00~ 1回 300円 ZUMBA® (SAORI~ぬサークル) 水曜 19:30~20:30 1回 1,000円

詳しくは (受付時間/月~土 9:30~18:00、日祝除く) ☎078-917-5975