

カフェ「1日入門講座」のご案内

1月10日(火)9時より
受付開始!(すべて事前予約が必要です)

初心者歓迎

見学OK

1回完結

入会金・年会費なし

お取消しは、3日前までに
必ずご連絡ください。
ただし、材料費のかかる講座は7日前
までにご連絡ください。

クラブツーリズムカフェ
せんげん台店

048-970-0022

(営業時間) 9:00~18:00

(定休日) 年中無休(年末年始・GW除く)

新登場! 特別講座 名曲を唄いましょう! No.06931-493

クラシック、カンツォーネの名曲に触れてみませんか?
歌詞はカナをふっています。

初心者大歓迎!

日時 ● 2月28日(火)、3月27日(火)

時間 ● 15:15~16:15

参加費 ● 1,500円(楽譜代込)

講師 ● 横山美千子先生(二期会会員) ※5名様以上で開催します。横山美千子先生

(予定曲)
2月 カッチーニ「アベマリア」
歌詞が少ないので発声も重視
3月 ヘンデル「ラジャキオピアノカ」



今限り! 太い糸で編むマフラー No.06932-493

一方向に編む〜クルクルモチーフマフラー(パープル)〜

日時 ● 2月15日(水) ①

3月21日(水) ②

時間 ● 10:00~12:00

参加費 ● 各1,200円(材料費:2,800円)

講師 ● 白鳥明子先生(クロッシェカフェ かぎ針講師) マフラー



新登場! ジェルネイルアート No.06913-493

☆爪が痛みにくい「ジェルネイルアート」 ☆毎月通えるお手頃価格で豊富なデザイン
☆デザインに選ぴはお客様納得のいくまで
☆清潔で安心いただける徹底した衛生管理

初めて
歓迎!

日時 ● 1月15日(日)、25日(水)、30日(月)

2月9日(木)、13日(月)、23日(木)、27日(月)

3月6日(火)、16日(金)、20日(火)、30日(金)

時間 ● 9:15~18:00(予約優先・ドリンク付)

参加費 ● メニュー:ラメグラデーション3,500円/フレンチ5,000円他

※ネイルケア...2,000円(爪の形成、磨き、甘皮、マッサージ付/約45分間)

施術 ● 岩井まみ(ネイル&エステBerry)



新登場! かわいい! 実用的! あみぐるみ No.06937-493

〜毛糸で編んで作る、ふくらあたたかくて可愛いあみぐるみ。一本のかぎ針と毛糸があれば手軽に始められます〜

日時 ● 2月5日(日)

時間 ● 9:30~12:30

参加費 ● 各1,700円(材料費込)

講師 ● 伊藤朋子先生(日本編物文化協会認定ヴォーグ手編講師)

ストラップ作り



	講座タイトル	講師名	曜日	日程	時間	コースNo	参加費・材料費	内容
健康	ヨガ・タイ式 ルーシーダットン	藤本節子先生 ルーシーダットン認定講師	土②④	2月11日(土)、25日(土) 3月10日(土)、24日(土)	10:30~12:00	06934-493	各1,000円	運動苦手な方、体の硬い方でも楽しめるタイ式のヨガ
	骨盤体操	あん先生 大学非常勤、ヨガ講師	木②土③	2月9日(木)、3月8日(木) 2月18日(土)、3月17日(土)	10:00~11:30 12:30~14:00	06978-493	各1,500円	ゆるみ防止と引き締めプロジェクト! 歪みを正そう!
	土曜の ZUMBA(ズンバ)	こりん先生 ZUMBA公認講師	土③	1月21日(土)、2月18日(土) 3月17日(土)	14:30~15:30	06943-493	各1,000円	南米リズムで踊ってダイエット 心肺機能向上効果も期待
	太極拳と気功	小川京子先生 導引養生功連盟指導者	木②④	2月9日(木)、23日(木) 3月8日(木)、22日(木)	13:30~15:00	06955-493	各1,200円	8名定員制。簡単な運動療法 気功(動作法)と呼吸法
	注 はじめて銭太鼓	石毛弘子先生 竹内流師範	月②④	2月13日(月)と27日(月) 3月12日(月)と26日(月)	13:00~14:30	06979-493	2回で 1,500円	出雲名物! 演歌、民謡のリズム にに合わせて太鼓を振る
	ベリーダンス基礎	アフィア先生 ベリーダンス講師	日④	1月29日(日)、2月26日(日) 3月18日(日)	10:15~11:15	06976-493	各1,500円	しなやかな動きでヒザへの負担も 少なくお腹の引き締め!
	注 シニア世代の 楽々エクササイズ	あん先生 介護予防運動指導員	土①木④	2月4日(土)、3月3日(土) 2月23日(木)、3月22日(木)	12:30~14:00 10:00~11:30	06963-493	各1,500円 (初回500円)	ボールやイスを使いながら行う 簡単な体操。体力作り!
	どじょう掬い踊り	青柳利章先生 澤田明利先生	月②④	2月13日(月)と27日(月) 3月12日(月)と26日(月)	10:30~12:30	06911-493	2回で 1,500円	ユーモアあふれるどじょう掬い をわかりやすく指導します。
	《初心者クラス》 どじょう掬い踊り	安来節保存会 どじょう掬い踊り師範	水②④	2月8日(水)と22日(水) 3月14日(水)と28日(水)	10:30~12:30	06912-493	2回で 1,500円	全く初めての方ためのクラス です。女性にも人気!
	フラダンス入門	籠田知子先生 オハナ・フラ代表	土①③	2月4日(土)、18日(土) 3月3日(土)、17日(土)	10:30~12:00	06964-493	各1,500円 (初回300円)	基本となる足のステップや手の 振りを重点的に習います
デトックス・リンパマッサージ	こりん先生 リンパマッサージ師修得	土③	1月21日(土)、2月18日(土) 3月17日(土)	16:00~17:00	06956-493	各1,000円	体中の老廃物を出す! セラ イト除去や五十方も除去	
描く	限 やさしい水墨画	須黒直司先生 現代日本芸術協会常任理事	土②	2月11日(土)、3月10日(土)	13:00~15:00	06926-493	各2,000円 (道具500円)	日本古来の伝統文化である 水墨画。初心者歓迎です。
	心伝わる絵手紙	石橋貞子先生 日本絵手紙協会公認講師	水②	2月8日(水)、3月14日(水)	13:00~15:00	06929-493	各2,000円 (道具500円)	2月「おひなさま」 3月「入学卒業お祝い」
	新 全4回 新スタート えんぴつで描く自画像	矢口寛三先生	月③	2月20日(月)①、3月19日(月)② 4月16日(月)③、5月21日(月)④	10:30~12:30	06917-493	各1,200円 (初回800円)	表現方法が身に付き、本格的な 作品が描けます。初心者歓迎
	トールペイント	増田博子先生	金①	2月3日(金)、3月2日(金)	13:00~16:00	06915-493	各1,600円 (道具200円)	アクリル絵の具で花、動物、人 物、風景などをかわいく描く
音楽	限 大人の塗り絵	佐藤雅世先生 BROOM主宰	限定	2月28日(火)	10:00~12:00	06924-493	各2,300円 (材料費込)	アクリル絵の具・道具無料 脳の活性化や癒しの効果!
	ボイストレーニング	石高伸江先生 ミュージックキャリバン代表	金②④	2月10日(金)、24日(金) 3月9日(金)、23日(金)	10:30~12:00	06981-493	各1,500円	声のかすれ・響き・音程のう わすれ・音伸び・腹式呼吸
	注 うたごえカフェ	横山美千子先生 二期会会員	金②火④	2月10日(金)、28日(火) 3月9日(金)、27日(火)	13:00~15:00 ※開始30分早くなりました	06921-493	各1,200円	定員30名を超える人気の歌 声教室。楽しく歌いましょう!
	童謡とシャンソン	高森篤子先生 声楽家	木①月③	2月2日(木)、20日(月) 3月1日(木)、19日(月)	14:00~16:00	06922-493	各1,400円 (ドリンク付)	心に残る歌の数々を思い切り歌 いましょう!心はいつも青春!
	うたの個人レッスン	高森篤子先生 声楽家	木①月③	2月2日(木)、20日(月) 3月1日(木)、19日(月)	16:10~16:40 16:50~17:20	06923-493	各5,000円 (30分)	個人レッスン。歌をがんばりたい あなたの要望にこたえます。
	新 ウクレレ 中級	大堀茂先生	金①③	2月3日(金)、17日(金) 3月2日(金)、16日(金)	11:15~12:45	06973-493	各1,500円 (初回1,000円)	課題曲に合わせて楽しく練習。 音符のない講師オリジナル譜面
新 ウクレレ 初級	大堀茂先生	金①③	2月3日(金)、17日(金) 3月2日(金)、16日(金)	9:30~11:00	06972-493	各1,500円 (初回1,000円)	自宅にウクレレがある方、全 く初めての方にぴったり!	
手芸	あみものカフェ(初心者)	伊藤朋子先生 ヴォーグ認定手編講師	木①	2月2日(木)、3月1日(木)	13:00~16:00	06952-493	各1,000円 (ドリンク付)	少人数(約6名)でゆっくり学び。 ドリンク付きでお楽しみください。
	あみもの	伊藤朋子先生 ヴォーグ認定手編講師	木③	1月19日(木)、2月16日(木) 3月15日(木)	13:00~16:00	06952-493	各1,000円 (毛糸代別途)	網圍&毛糸持参で好きなもの が編めるフリークラスです
	つるし雛飾り(2月まで)	大島征子先生	火①③	2月7日(火)、21日(火)	10:00~13:00 13:30~16:30	06944-493 06914-493	各1,200円 (1個500円)	7日「文福茶釜」材料販売中 21日「おひなさま」または仕上げ
	新 つるし雛飾り 中級	大島征子先生	火①③	3月6日(火)①、13日(火)②	10:00~13:00	06944-493	各1,200円 (1個1,000円)	3月「薔薇のボール」 ※2回で1個の作品を作ります
	新 つるし雛飾り 初級	大島征子先生	火①③	3月6日(火)、13日(火)	13:30~16:30	06914-493	各1,200円 (1個500円)	6日「桜」、13日「鶴」 簡単なものから1回1個完成
《初心者・補習クラス》 つるし雛飾り	大島征子先生	水④	1月25日(水) 2月22日(水)、3月28日(水)	13:30~16:30	06984-493	各1,200円 (~各500円)	初心者・補習クラス。49個あ る飾りの中から選べます	

自分の教室を開きたい方へ

初心者指導してくれる方 マージャン、絵画、手芸関連などあなたの
特技を生かして講師を務めてみませんか?
048-970-0022 まで気軽にお電話ください。担当: 谷地(やち)

イベント講座のインターネット予約で **スタンプ2倍!**

クラブツーリズムカフェせんげん台 ▼ 検索 ホームページをご覧ください

	講座タイトル	講師名	曜日	日 程	時 間	コースNo	参加費・材料費	内 容
手芸	ステンシル絵はがき	山本はる美先生	日②	2月12日(日)、3月18日(日)	13:00~15:30	06969-493	各1,500円 (材料費込)	図案を切り抜いて型紙作り 2月「桜」3月「チューリップ」
	注 パッチワークキルト	寒川美知子先生 日本手芸普及協会公認講師	水①	2月1日(水)、3月7日(水) 参加しやすいうち2時間になりました	10:00~12:00	06949-493	2,500円(材込) 2,000円(材込)	2月「モンスター(動物)」 3月「風車のミニトレイ」
	リボンレイと小物	MIEKO先生 アロハ協会認定講師	日①	2月5日(日)、3月11日(日)	13:00~15:00	06918-493	各1,000円 (各2,000円)	生花のかわりにリボン等を使っ てレイ作り/作品展示あり
	飾りアートひと結び	菅野浩子先生 中国結び作家	隔週	2月14日(火) 3月31日(月)	13:00~15:00 10:30~12:30	06945-493	各1,000円 (各1,000円)	一本の紐を使って、花、蝶、鳥、紋な どを表現する優美な伝統技法
	注 ちょうし 彫紙アート	飯塚真澄先生 彫紙アート協会公認講師	日④	2月26日(日) 3月25日(日)	13:00~15:00 10:30~12:30	06933-493	各1,500円 (各1,270円)	くり抜いた紙を重ねる技法。 2月「桜」3月「水芭蕉」
	紙ひも手芸	渡辺文子先生	金④	1月27日(金)、2月24日(金) 3月16日(金)	13:00~16:00	06916-493	各1,200円 (各1,100円)	図案をたくさん用意している ので好きなものを作れます。
	限 かわいいチューリップ作り 大人の粘土遊び	佐藤雅世先生 BROOM主宰	火④	3月27日(火)	10:00~12:00	06924-493	2,300円 (材料費込)	手を動かしながら、イメージを 形にしていこうと遊ぼう
	シャドーアート	菅野浩子先生 A.B.キューブKWS講師	隔週	1月20日(金)、2月17日(金) 3月24日(土)	15:30~17:30 13:00~15:00	06948-493	各2,000円 (1個1,000円)	平面的ポストカードを立体的 に見せる魔法のような手芸
学ぶ・教養	注 楽しみながら韓国語	キム・ヌンジャ先生	水①③	2月1日(水)、15日(水) 3月7日(水)、21日(水)	14:00~16:00	06985-493	各2,000円	簡単な会話など、韓国ドラマも 今以上に楽しくなるかも!? ※好評の毎月2回に増設
	英会話	パトリック先生 大学非常勤講師	火①③	2月7日(火)と21日(火) 3月6日(火)と20日(火)	16:45~17:45	06953-493	各1,500円	ネイティブ講師と一緒に趣味と 実益をかねて英会話をマスター!
	新 やさしい中国語	利岡紀登先生 中国語講師	月①	2月6日(月)、3月5日(月)	13:30~14:30	06987-493	各1,600円 (教材費込)	挨拶や単語、日常会話をじっ くり発音から学びましょう
	足もみ健康講座	栗原幸子先生 足もみ健康室主宰	月①	1月16日(月)、2月6日(月)、 3月5日(月)	10:30~12:00	06961-493	各1,200円	老廃物、不眠症、肩こり、腰痛、 足の痛み、むくみなどに効果的
	海外旅行説明会	カフェスタッフ クラブツーリズム(株)	隔週	1月17日(火)、2月8日(水)	15:15~16:45	06938-493	無料	ヨーロッパ各国の魅力や旅準 備の不安を解消、個別相談も!
	限 老いじたくセミナー	塩原敬男先生 行政書士・相続法務指導員	限定	2月25日(土)	14:00~16:00	06971-493	無料	任意後見・遺言・相続税を学ぶ
	確定申告の有効活用	山下隆史先生 FP/100ten school 講師	限定	2月2日(木)	12:30~13:30	06954-493	500円	相続時にお得な保険料贈与に ついて ※個人面談付き
	新 はじめてのパソコン教室	寺嶋英男先生 パソコン講師	木①③	2月2日(木)と16日(木) 3月1日(木)と15日(木)	9:30~11:30	06982-493	2回で 3,500円	2月「Word(ワード)基礎」 3月「インターネット基礎」
	限 パソコン教室 シリーズ① エクセルを学ぼう	寺嶋英男先生 パソコン講師	限定	2月10日(金)と11日(土)	15:30~17:30	06982-493	2回で 3,500円	Excel(エクセル)基礎を学 ぼう。初歩の初歩、使い道他
	限 パソコン教室 シリーズ② ワードを学ぼう	寺嶋英男先生 パソコン講師	限定	3月9日(金)と10日(土)	15:30~17:30	06982-493	2回で 3,500円	Word(ワード)で画像編集を 楽しもう!便利な使い方は?
	新 パソコン個人レッスン	寺嶋英男先生 パソコン講師	隔週	2月10日(金)、11日(土)、16日(木) 3月9日(金)、10日(土)、15日(木)	木13:00~14:00 金土14:00~15:00	06986-493	各1,500円	御自宅のパソコン持ち込み可能! あなたに合わせた授業
	暮らし・趣味	俳句入門	笙鼓七波先生 風叙音代表	日③	2月19日(日)	10:30~12:30	06946-493	各1,200円
俳句句会		笙鼓七波先生 風叙音代表	日③	2月19日(日)、3月25日(日)	13:00~15:00	06966-493	各1,200円	初心者から自己流の方、さら に句を磨きたい方にオススメ
新 さらば!クセ字と罫線 美文字レッスン		靖楓(せいふう)先生 杏花書道教室主宰	月①	2月6日(月)、3月5日(月)	14:45~15:45	06927-493	各1,500円	ボールペン・万年筆・サインペン お好きなペンで楽しく課題練習
写真・初歩の一眼レフ		望月桂吉先生 (社)日本写真協会	隔週	1月22日(日)① 1月28日(土)②、2月4日(土)③	10:30~12:30 15:30~17:30	06919-493	各1,500円	機能を理解し、美しく撮るテク ニックを基礎から学びたい方
写真・デジカメ基礎		望月桂吉先生 (社)日本写真協会	隔週	3月20日(火)	10:30~12:30	06919-493	各1,500円	入園!お祝いに!コンパクトデ ジカメの使い方、機能他
写真・撮影実習		望月桂吉先生 (社)日本写真協会	隔週	2月12日(日)①、19日(日)② 3月13日(火)③、26日(月)④	10:30~15:00	06919-493	各1,800円	①「水仙」②西③「梅」大宮、④ 「菜の花」浜野宮、⑤「桜」大宮
写真・講評会		望月桂吉先生 (社)日本写真協会	隔週	2月29日(水)、3月29日(木)	13:00~15:00	06919-493	各1,500円	印刷した写真を持ち寄ろう。 講師が丁寧に指導します。
限 めずらしいお茶とお菓子 世界の美味しいお茶		岡元薫先生 ティーコーディネーター	限定	2月5日(日)	15:30~17:00	06941-493	1,700円	モロッコのミントティー他、紅茶 とお菓子を味わいながら学ぶ
携帯電話講座		カフェスタッフ クラブツーリズム(株)	毎週	毎週日曜・水曜 ※スマートフォンは対象外	15:00~16:00	06960-493	各500円 (ドリンク付)	「初心者限定」電話帳、メ ール、写真、インターネット他
注 やさしい川柳		守屋不二夫先生 越谷市川柳連盟講師	金③	1月20日(金)、2月17日(金) 3月23日(金)	13:00~15:00	06977-493	各1,000円	日常のあれこれを優やさしく 楽しく詠んでみませんか?
リフレクソロジー		栗原幸子先生 足もみ健康室主宰	月①火③	2月6日(月)、21日(火) 3月5日(月)、21日(水)	10:00~17:00 (予約優先/ドリンク付)	06962-493	15分 1,000円 30分 2,000円 45分 3,000円 60分 4,000円	ゆったりケア
限 モノの声を聞いてみよう 60代からの整理術		渡邊真理先生 整理収納アドバイザー	限定	2月9日(木)	15:30~17:30	06940-493	1,000円	今ならできる暮らしの整理、 捨てられない方全員集合!
限 部屋の中は危険がいっぱい 安心収納のすすめ		渡邊真理先生 整理収納アドバイザー	限定	3月30日(金)	10:30~12:30	06940-493	1,000円	危険を減らすための収納場 所や方法を話します。
開運!手相占い		春乃ゆき先生 手相心理研究会鑑定士	火④	1月31日(火)、2月22日(火) 3月27日(火)	13:00~17:00 (予約優先/ドリンク付)	06910-493	各1,000円 (10分)	大好評の手相占い。健康・恋 愛・相性・仕事・人間関係他
あなたの運命数は? 誕生日占い(数秘学)		宇田津裕美子先生 数秘学カウンセラー	隔週	1月26日(木)、2月14日(火) 3月26日(月)	13:00~17:00 (予約優先/ドリンク付)	06930-493	各2,000円 (30分)	カウンセリング形式であな たの運命数と人生を鑑定します
注 前世診断 スピリチュアル占い		空乃紅葉先生 スピリチュアル・アドバイザー	隔週	1月18日(水)、2月17日(金)、29日(水) 3月11日(日)、24日(土)	11:00~18:00 (予約優先/ドリンク付)	06980-493	各3,000円 (40分)	オーラや前世、現在抱えている 悩みなどに答えをもらえます
フラワーアレンジメント		天野康恵先生 IFA公認フラワーデザイナー	火②	2月14日(火) 3月20日(火)	10:30~12:30 13:00~15:00	06951-493	各4,000円 (花代込)	フレッシュな季節の花を使っ て繊細なアレンジを教えます
限 親子で作る♪お花に触れよう フラワーアレンジメント		天野康恵先生 IFA公認フラワーデザイナー	限定	3月30日(金)	13:00~15:00	06951-493	親子で4,000円 (花代込/子供無料)	春休み限定イベント!親子で 1作品作って持ち帰ります
アーティフィシャルフラワー	大久保咲先生 BROOM・F・Cフラワーデザイナー	隔週	2月29日(水)	10:30~12:00	06970-493	4,900円 (花代込)	高級な造花を使って「贈り物 アレンジ」ギフトに最適	
限 7歳若返る あなたに似合う色は?	ゆう先生 パーソナルカラーアナリスト	限定	2月5日(日)、3月7日(水)	①13:00~②14:00~ 1回3名(約50分間)	06975-493	各1,200円	自分に似合う色の傾向をつか み、洋服などに活かしましょう	
プリザーブドフラワー	大久保咲先生 BROOM・F・Cフラワーデザイナー	隔週	3月21日(水)	12:15~13:45	06935-493	4,900円 (花代込)	枯れない高価なお花。花のギョ フトを手作りしてみませんか?	
パワーストーン	空乃紅葉先生 天然石ティプロマ1級	隔週	2月29日(水)、3月11日(日)	15:30~17:30	06939-493	各1,000円 (各5,000円)	パワーストーンを学びながら、 オリジナルアクセサリーを作る	
ゆったりアロマレッスン	サチコ先生 JAA協会認定講師	日②	2月12日(日)、3月11日(日)	10:30~12:00	06925-493	各1,000円 (各1,000円)	2月「しっとりクレイオイル」 3月「花粉症アレルギースプレー」	
限 口唇ケアこんなにたくさん効果! お口の健口(けんこう)と美容	杏子先生	限定	2月23日(木)、3月8日(木)	15:30~16:30	06967-493	1,200円	正しいお口の知識とケアを学 んで、しわ、メタボ予防にも!	

※席状況については事前にお問い合わせください。各講座とも満席になり次第申し込み締め切りとなります。(新)…新登場、(限)…今回限りの特別講座、(注)…リニューアル再登場の講座となります。

参加者はどんな方?

小学生(5歳)~80代以上の方
まで楽しく参加しています!

受講者平均年齢 **62.4歳**

80代以上 1%
70代 25%
60代 52%
50代 16%
40代以下 6%

[年齢層] ※2011年 1月~6月分

Q:まったく経験がありません。難しくないですか?
A▶講座は全て初心者向けですので、毎回初めての方が参加しています。経験豊富な講師が丁寧に教えますので、ご安心ください。

Q:一度体験させていただくことは可能でしょうか?
A▶当講座は全て1DAYレッスン(1回完結)なので安心して楽しみながら学習いただけます。TELまたはインターネットで予約受付中です!

1やち