

| 月 | | | | | 火 | | | | | 水 | | | | | 木 | | | | | 金 | | | | | 土 | | | | | 日 | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---------------------|----|-----|----|----|-------------|-----------------------|-------------------|----|----|--|-------------|------------------------------|-------------|----|---|---|-------------|------------------------|----------------------|---------|---|----|---------------------|----------------------------|---|---|---|----|--------------------------------|----------------|---------------|---|---|----|-------------|-------------------|---|---|---|---|
| | 3 | 10 | 17 | 24 | 31 | | 4 | 11 | 18 | 25 | | 5 | 12 | 19 | 26 | | 6 | 13 | 20 | 27 | | 7 | 14 | 21 | 28 | | 1 | 8 | 15 | 22 | 29 | | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 | | | | |
| 10:45~12:00 | 美と健康のヨガ 櫻井佳名子 | | | | | 10:30~12:00 | 自力整体 目片健二 | | | | | 10:30~11:30 | シニアストリートダンス Ji-no & Ba-no | | | | | 10:30~12:00 | バランスボール 中川 恭子 | | | | | 10:30~12:00 | 美文字 ペン習字 赤井 紅楓 | | | | | 10:10~11:30 | テコンドー 内田 義晃 | | | | | 10:10~11:30 | キッズダンス 心マ | | | | |
| | ○ | ○ | × | ○ | × | | × | ○ | × | ○ | | | ○ | × | ○ | × | | | × | ○ | / | ○ | | | ○ | ○ | ○ | × | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | × | ○ | × | × |
| 17:30~18:20 | 月曜空手 長谷 和徳 | | | | | 18:15~ | ケイキフラ 杉江歩佳 | | | | | 19:00~20:30 | 楽しいフラダンス 辻 理世 | | | | | 10:30~12:30 | らくらくピアノ 上田 恵 | | | | | 10:30~11:45 | 尺八 藤本 晴以山 | | | | | 17:30~19:00 | 空手 誠流塾 山田 亮 | | | | | 15:00~16:00 | 月に1回のヨガ教室 田中 幸 | | | | |
| | ○ | ○ | × | ○ | ○ | | ○ | ○ | ○ | × | | | ○ | ○ | ○ | × | | | × | ○ | / | ○ | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | × | × | ○ | × | × |
| 13:30~14:30 | お抹茶と季節を楽しむ 山中 宗真 | | | | | 16:30~17:30 | 教育版マインクラフト講座 東沢 貴光 | | | | | 13:30~14:30 | バイオリン 宮田 晴奈 | | | | | 13:30~14:30 | ピラティス ちあこ | | | | | 11:40~12:40 | オーグーメイド/ボイストレーニング 宝田 美子 | | | | | 講談社(英語) | 10:30~16:30 | 生前整理 井澤 典子 | | | | | | | | | |
| | ○ | × | ○ | × | × | | ○ | × | ○ | × | | | ○ | × | ○ | × | | | ○ | ○ | / | ○ | | | ○ | × | ○ | × | | | | × | ○ | ○ | ○ | ○ | × | × | × | ○ | × |
| | 箏・地唄三味線 橋高 幸 | | | | | 17:00~19:00 | 子どもプログラミング 東沢 貴光 | | | | | 14:15~19:15 | クラシックギター 加藤 泰 | | | | | 14:15~19:15 | テコンドー 内田 義晃 | | | | | 14:00~16:00 | 太極拳 松村 正子 | | | | | キッズ10:30 親子11:30 大人15:30 | チアダンス MAKI | | | | | | | | | | |
| | × | ○ | 1月分 | ○ | × | | × | ○ | × | ○ | | | × | ○ | × | ○ | | | ○ | ○ | / | ○ | | | ○ | × | ○ | × | | | ○ | × | ○ | × | × | × | ○ | × | ○ | × | |
| | 講談社(知育) | | | | | 15:00~19:00 | 大人のパソコン 東沢 貴光 | | | | | 10:15~11:30 | ハワイアンフラ 澤 智子 | | | | | 13:30~19:15 | 手相学/四柱/易タロット 南谷 真理子 | | | | | キッズ18:30 大人19:15 | キッズフラメンコ/フラメンコ入門 石井 久美子 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | × | ○ | × | | | ○ | ○ | ○ | × | | | × | ○ | / | ○ | | | × | ○ | × | ○ | | | × | ○ | × | ○ | ○ | | | | | | |
| 花の教室 → 2025年4月まで休講 | | | | | | 10:30~11:15 | 心も体もスッキリヨガ 田中 幸 | | | | | 17:00~18:00 | 春日バレエ 井入 早苗 | | | | | 13:30~19:15 | ドラマで習う韓国語 金 薫秀 | | | | | | 風水・家相学/気学・方位学 南谷 真理子 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 10:30~12:00 | 心にとびく朗読 伊東 幸江 | | | | | 14:45~18:15 | 剣舞 鉤 隆之介 | | | | | | 月に1回のベリーダンス miiko | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 14:00~16:00 | | 草月流 花の教室 高橋 秀芭 | | | | | | 休講 | | | | | | | 講談社(英語) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

未開講座:体験ご希望の方は直接センターにお問合せください。

1回完結型レッスン

【注意事項】

- ① レッスン一定は**変更される場合**もございますので、こまめにご確認下さい。
- ② 振替レッスンは基本実施しておりません。
- ③ 各種締め切り(休会・退会)は**前月の10日まで**となっております。
10日を過ぎてからのお申し出は次月レッスン参加・不参加に関わらず頂戴いたします。 予めご了承ください。