

2011年 夏号

講座案内

受講生募集中

東日本大震災の被災者の皆様には、心よりお見舞い申し上げます。

新講座 自分で出来るエステ お肌のお手入れ講座 (全6回)

年齢と共に衰える肌をリセットしましょう。簡単に楽しいお手入れ方法を学びます。

- 第2・4(水)
- 13:00~15:00
- 12,600円(全6回)
- 教材費2,100円(全6回)
- 入会金不要

6月22日(水)スタート

無料説明会(要予約)
6月8日(水)
13:00~14:00



講師/広岡 ミキ

新講座 心安らぐ 四季のはがき絵

初心者大歓迎! やさしいタッチの草花を顔彩絵の具でちょっとお洒落に描きます。

- 第2(水)
- 13:00~15:00
- 2,100円
- 教材費別途



7月13日(水)スタート

一日体験講習会
6月8日(水)
体験費1,050円 教材費200円
季節の草花を描く

講師/暦

新講座 短期集中! 鉄棒教室(全3回) 跳び箱教室(全3回)

ちょっとしたコツで苦手克服! 自信がつくと体育の授業が楽しくなるよ! 個々のレベルに合わせて指導するので安心です!



- 鉄棒(月)6/20・27・7/4
- 跳び箱(月)8/22・29・9/5
- 17:30~18:20(幼児~小学生)
- 4,725円(全3回)
- 入会金不要

講師/カワイ体育教室専任インストラクター

新講座 サロンに負けない おうちでジェルネイル(全4回)

自然で美しく長持ち、自爪の補強にも最適なジェルネイルをご自宅で楽しめるようレッスン致します。

★7/10(日)13:00~16:00、受講料3,150円、教材費3,675円で1DAYセルフジェルネイル講座もあります。

- 第4(木)
- 10:30~13:00
- 12,600円(全4回)
- 教材費別途
- 入会金不要

8月25日(木)スタート

一日体験講習会
7月28日(木)
体験費1,050円 教材費2,625円
キラキラグラデーションジェルネイル体験

講師/竹野 由美



近鉄大阪線「近鉄八尾」駅 徒歩3分 駐車場完備

セブンカルチャークラブ八尾

〒581-0803 大阪府八尾市光町2-3 イトーヨーカドーアリオ八尾店2階
営業時間(受付時間)10:00~22:00 年中無休

TEL:072(992)8100

www.7cn.co.jp/7cn/culture/7cc

セブンカルチャークラブ

検索

新講座 心と身体をのびやかに ウェーブストレッチ

ウェーブストレッチリングを使い、美しくしなやかなボディアーチ(身体の曲線)を作っていくエクササイズです。「ほぐし・伸ばし・引きしめ」が同時に行え、セルフケアもできるようになります。

- 第1・3(金)
- 10:30~11:30
- 4,200円
- 初回教材リング代3,990円

講師/兼久 真理子

7月1日(金)スタート

一日体験講習会
6月17日(金) 体験費1,050円



新講座 ルーシーダットン 親子で楽しむタイ式ヨガ

肩こり・腰痛・骨盤の歪みなど子育て中の体をスッキリさせます。お子様とのコミュニケーションもバッチリ!

- 第2・4(金)
- 10:15~11:15(1歳~3歳)
- 3,675円

一日体験講習会
6月10日(金) 体験費1,050円

講師/文室 悦子



新講座 ハワイアートルペイント

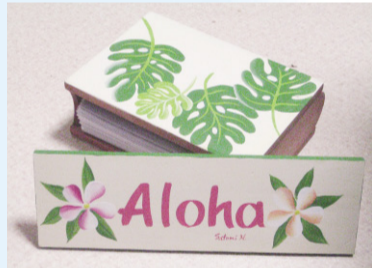
ハワイアンモチーフを描くツールペイント教室です。ハワイ好きの方、もちろんツールペイント初心者も大歓迎です。

- 第3(土)
- 13:00~15:00
- 2,100円
- 教材費別途

一日体験講習会
6月18日(土)
体験費1,050円
教材費1,050円
アロハプレート

7月16日(土)スタート

講師/中村 さとみ



新講座 Simple Astrology はじめての占星術(全6回)

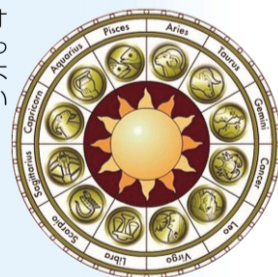
ホロスコープという運命のシナリオを理解することで、その人自身が持つて生まれた魂の才能を活かし、どのようにその才能を育み、花開かせていけばいいのかを学んでいきます。

- 第1(月)
- 13:00~15:00
- 12,600円(全6回)
- 教材費別途
- 入会金不要

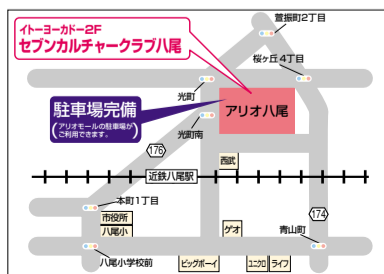
7月4日(月)スタート

講師/ARIA☆

一日体験講習会
6月6日(月) 体験費1,050円
2011年の星の動きを
ホロスコープから読んでみる



「セブンカルチャークラブ八尾」は、セブン&アイHLDGS. グループのカルチャースクールです。



●体験講習会体験費のご案内ーキャンペーン期間中(7/18(月)まで)は1,050円。キャンペーン終了後は1回分のレッスン費になります。(教材費別途)

美術コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
お絵かきの絵画教室 井上 裕義 金①③ 18:30~20:30 4,200円(税込) 525円

教養・語学コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
つまみ打ちの英語再チャレンジ English Workshop 幸枝野 幸子 火 18:00~19:15 6,615円(税込) 初回教材費別途

着付・服飾コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
ダブルテック きもの着付とマナー 松島 弘子 土②④ 10:30~12:30 3,150円(税込) 教材費別途

舞踊・健康コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
心と身体のリラクゼーション ゆる体操初級 竹網 道子 火 14:50~15:50 6,300円(税込) 体験随時

幼児・児童コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
学研幼稚園 学研幼稚園 松村 朋子 金①③⑤ 10:30~11:30 3,150円(税込) 1,512円(税込) 体験随時

書道コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
初心者歓迎 柳本 一水 木②④ 10:15~12:15 4,200円(税込) 教材費別途

生け花コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
いけばな 小原 流 水①③⑤ 16:00~20:30 4,725円(税込) 花材費別途

着付・服飾コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
楽しく着よう! 社交ダンス 下園 頼弘 木①③⑤ 14:00~15:00 5,250円(税込) 体験随時

音楽コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
岡本光平のシャンソン教室 岡本 光平 火①③⑤ 13:30~15:00 4,200円(税込) 2,000円(税込)

幼児・児童コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
学研幼稚園 学研幼稚園 松村 朋子 金①③⑤ 10:30~11:30 3,150円(税込) 1,512円(税込) 体験随時

手工芸コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
フェージングから仕上げ付ステンドグラス Atelier ELAN D'OR 木②④ 13:00~16:00 4,200円(税込) 教材費別途

趣味コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
かづさこの新! パークメグックス REIKO KAZKI 水①③⑤ 10:15~12:15 9,450円(税込) (全3回)

着付・服飾コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
楽しく着よう! 社交ダンス 下園 頼弘 木①③⑤ 14:00~15:00 5,250円(税込) 体験随時

音楽コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
ヴォイスレニング ヴォイスレニング 伊豆井 宏子 火①③⑤ 19:00~20:30 4,200円(税込) 初回教材費別途

幼児・児童コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
学研幼稚園 学研幼稚園 松村 朋子 金①③⑤ 10:30~11:30 3,150円(税込) 1,512円(税込) 体験随時

手工芸コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
フェージングから仕上げ付ステンドグラス Atelier ELAN D'OR 木②④ 13:00~16:00 4,200円(税込) 教材費別途

趣味コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
かづさこの新! パークメグックス REIKO KAZKI 水①③⑤ 10:15~12:15 9,450円(税込) (全3回)

着付・服飾コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
楽しく着よう! 社交ダンス 下園 頼弘 木①③⑤ 14:00~15:00 5,250円(税込) 体験随時

音楽コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
ヴォイスレニング ヴォイスレニング 伊豆井 宏子 火①③⑤ 19:00~20:30 4,200円(税込) 初回教材費別途

幼児・児童コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
学研幼稚園 学研幼稚園 松村 朋子 金①③⑤ 10:30~11:30 3,150円(税込) 1,512円(税込) 体験随時

手工芸コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
フェージングから仕上げ付ステンドグラス Atelier ELAN D'OR 木②④ 13:00~16:00 4,200円(税込) 教材費別途

趣味コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
かづさこの新! パークメグックス REIKO KAZKI 水①③⑤ 10:15~12:15 9,450円(税込) (全3回)

着付・服飾コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
楽しく着よう! 社交ダンス 下園 頼弘 木①③⑤ 14:00~15:00 5,250円(税込) 体験随時

音楽コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
ヴォイスレニング ヴォイスレニング 伊豆井 宏子 火①③⑤ 19:00~20:30 4,200円(税込) 初回教材費別途

幼児・児童コース
講座名 講師 曜日 時間 受講料(税込) 一日体験講習会
学研幼稚園 学研幼稚園 松村 朋子 金①③⑤ 10:30~11:30 3,150円(税込) 1,512円(税込) 体験随時

●記載されていない一日体験講習会の時間は、既存の講座の時間と同様です。●どの講座も、見学は随時受付しております。(一部の講座は除く)

◎は教材費の略です。曜日の数字(①~④)は、その月内の第何週目かを表記した数字です。★印は午後6時以降のレッスンです。 八尾 No.2011 05

体験講習会は定員予約制!!

お電話にて
お申し込み下さい。

TEL.072(992)8100

完璧メイクレッスン(全3回) **新講座**

自分の個性や顔立ちに合ったメイクを学びましょう。若々しく活き活きした顔を目指します。

第1・3(月)
8/29, 9/5・19
10:15~12:15
9,450円(全3回)
教材費別途
入会金不要

無料説明会(要予約)
8/1(月)
10:15~11:15

講師/REIKO KAZKI 専属講師

植物パワーで健康に美しく!! メディカルハーブ入門(夏季・全3回) **新講座**

ハーブの基礎知識から、季節の症状に合わせた活用方法まで、実習をしながら楽しく学べます。

第2(月)
6/13・7/11・8/8
19:00~20:30
6,300円(全3回)
教材費
4,725円(全3回)
入会金不要

講師/花村 広美

可愛い羊毛フェルト(全6回) **新講座**

専用の針を使った羊毛フェルト。可愛い作品を作ってみませんか。

第1(木)
10:15~12:15
12,600円(全6回)
初回教材費1,000円
入会金不要

講師/スギモト エミ

7月7日(木)スタート
一日体験講習会
6/16(木)
体験費1,050円 教材費350円
クマまたはウサギのマスコット(どちらか1点)

クラフトバンドで作るカントリーバスケット(全5回) **新講座**

荷造り用のクラフトバンドを使って、丈夫でかわいく、そして実用的に使えるバスケットを2~3作品作りまします。

第3(月)
10:30~12:30
10,500円(全5回)
教材費別途
入会金不要

講師/馬詰 道代

6月20日(月)スタート

樹脂粘土で作るオリジナルアクセサリー ポリマークレイ **新講座**

アメリカ、ドイツでは既に大注目のポリマークレイ。ペネチヤングラスのミルフィオリ技法でオリジナルのビーズを作成します。ビーズの様々なテクニックを使い自分だけのアクセサリに仕上げていきます。

第1(月)
10:15~12:45
3,150円
教材費別途
初回テキスト代他
5,580円

講師/土谷 佐代美

8月1日(月)スタート
一日体験講習会
7/4(月)
体験費1,050円 教材費1,575円
ポリマークレイで作るナデシコのネックレス

知っているけど安心!今だから知っておきたい!! 野菜ソムリエと食の安全を語ろう!!(全1回) **スペシャル**

変化する現代社会、風評と現実を錯覚して不安になることはありませんか。また、これからやって来るじめじめの梅雨、こんな時だから、保存法なども知って安全な日々を過ごしませんか?

(日) 6/19
14:00~15:30
1,260円(全1回)
入会金不要

講師/さくらい じゅんこ

スッキリぽかぽか体質改善!! 足つぼ講座(全1回) **スペシャル**

オイルを使って、第二の心臓といわれる足裏をほぐし、膝裏までリンパを流します。

(火) 6/21 10:30~12:00
2,100円(全1回)
教材費798円(オイル)
入会金不要

講師/徳本 朱美

一日で着られるゆかたの着付け(全1回) **スペシャル**

夏祭りや花火大会に、お気に入りのゆかたを着て出かけませんか。自分で簡単に着られるように、楽しく丁寧に指導します。

(土) 6/25
13:00~15:00
2,100円(全1回)
入会金不要

講師/鶴田 和代

3分で変身 まとめ髪ヘアアレンジ(全1回) **スペシャル**

道具の使い方や使用方法、髪のもめ方のコツを実践的に学びます。簡単夜会巻きまでチャレンジしましょう!

(日) 7/10
13:00~15:00
2,625円(全1回)
教材費1,344円(全1回)
入会金不要

講師/NPO法人日本ウエルネスマネージメント協会認定講師

癒しのインド式ヘッドエステ(全1回) **スペシャル**

インド4000年の歴史アーユルヴェーダを基礎から学び、14種類のハーブやオイルの使用法、インド式ヘッドエステで頭部を活性化、抜け毛、細毛予防や髪にツヤを与えます。

(日) 7/10
15:30~17:30
2,625円(全1回)
教材費1,260円(全1回)
入会金不要

講師/NPO法人日本ウエルネスマネージメント協会認定講師

お悩み解消まゆげメイク(全1回) **スペシャル**

あなたも変身! 骨格に合った正しい眉の描き方と手入れを学びます。

(金) 8/12
13:00~15:00
2,100円(全1回)
教材費1,575円(全1回)

講師/広岡 ミキ

夏休み前に作っちゃおう! 子供造形教室・風鈴作り(全1回) **夏休みスペシャル**

好評の夏の造形教室・風鈴作り。目にも耳にも涼しげなガラスの風鈴を作りましょう。

(日) 6/26
13:00~14:30
1,575円(全1回)
教材費420円(全1回)
入会金不要

講師/武内 ちひろ

小学生から大人まで うちわを創ろう!(全1回) **夏休みスペシャル**

毛筆でうちわに好きな文字を書いて自分だけのオリジナルうちわを創ろう! ※小学生~大人まで参加可

(土) 7/23
10:30~12:00
1,050円(全1回)
教材費525円(お手本代を含む)
入会金不要

講師/山縣 梨舟

タイルコースターを作る(全1回) **夏休みスペシャル**

約5000年の歴史の有るタイルモザイク。作って、使って、観賞出来る生活の中のアートを始めましょう。

(日) 7/24 13:00~15:30
1,575円(全1回) 教材費1,575円(全1回)
入会金不要

講師/梶川 能一

親子で作ろう 布ぞうり(全1回) **夏休みスペシャル**

かんたんキットで、お子様からお年寄りまで、誰でも簡単に作れる布ぞうりです。

(日) 7/24 13:30~15:30
2,100円(親子・全1回)
教材費1,575円(大人) 1,050円(子ども)
入会金不要

講師/池田 知代

絵画 こども陶芸教室(全1回) **夏休みスペシャル**

ピンク・ブルー・グリーン3色のカラー粘土を白地のお皿に好きな形に貼り付けて作ります。

(木) 8/11 10:15~12:15
1,575円(全1回) 教材費525円
入会金不要

講師/酒向 克典

よく飛ぶ飛行機をつくってみよう 学研科学実験教室(全1回) **夏休みスペシャル**

驚きと発見に溢れた楽しい科学実験の数々。子供達が自ら考える力を育みます。

(木) 8/11 10:30~11:30
1,575円(教材費込み)
入会金不要

講師/学研専任講師

夏休み子ども貯金箱作り ジャンピング貯金箱(全1回) **夏休みスペシャル**

合板を使ったキットを組み立て、木片などで飾り付けをし、ゲーム感覚も取り入れた楽しめる貯金箱を一日で作ります。

(木) 8/11・(金) 8/12
10:30~12:30
1,050円(全1回) 教材費1,200円
入会金不要

講師/中平 智子

ガラスサンドアート(全1回) **夏休みスペシャル**

カラフルなカラーサンドでガラスの中に模様をつくり、観葉植物を入れるとかわいいグリーンインテリアになります。(観葉植物は変更になる場合があります)

(木) 8/11
13:30~15:00
1,575円(全1回)
教材費1,050円(全1回)
入会金不要

講師/橋 AKO

夏休みの宿題は、これで決まり! スイカを描く(全1回) **夏休みスペシャル**

夏の果物スイカを元気良く、いきいき描きます。水彩画の描き方をかんたん丁寧に指導します。

(木) 8/11
14:30~16:00
2,200円(全1回)
教材費315円(全1回)
入会金不要

講師/井上 裕義

楽しい結び マクラメ **おすすめ**

立体や平面まであらゆる形が結べるマクラメむすび。紐を結んで心を結ぶ楽しい講座です。

第4(土)
13:00~15:00
2,625円
教材費別途

講師/尾崎 深雪

一日体験講習会
6/25(土)
体験費1,050円 教材費別途

もうひとつのコミュニケーション はじめての手話(入門) **おすすめ**

日常生活や仕事で幅広く生かせる手話。指文字や挨拶などの基本から楽しく確実に覚えましょう。

第1・3(金)
11:45~12:45
4,200円

講師/野崎 日出夫

一日体験講習会
6/17(金)
体験費1,050円

火曜日の ジュニアクラシックバレエ **おすすめ**

クラシックバレエの基礎とテクニックを丁寧に指導していきます。美的情操も身につけます。

(火)
16:15~17:05 (4才~6才)
17:15~18:15 (小学生)
5,250円

講師/鶴岡 千尋

一日体験講習会
6/14・21(火)
体験費1,050円

ボクササイズ **おすすめ**

講師は元ボクサー。サンドバックやミット打ちが楽しめます。いい汗をかけ、ストレス発散にも!

(火)
19:30~20:30
6,300円
初回バンテージ代
840円

講師/八尾 基代

一日体験講習会
6/7・21(火)
体験費1,050円

二胡入門 **おすすめ**

千年以上もの歴史を持つ中国の民族楽器の二胡は、哀愁のあるアジア的な調べが魅力的です。

第2・4(水)
10:15~11:15
6,300円
初回テキスト代
4,200円

講師/陳 連慶

一日体験講習会
6/22(水)
体験費1,050円
二胡レンタル代788円

女性のための 日曜健康麻雀教室 **おすすめ**

最高に面白いゲーム「麻雀」を明るくやさしい講師の指導の下、ゆっくり覚えながら楽しめる講座です。

第1・3(日)
第2・4(日)
10:15~12:15
4,200円
初回テキスト代1,000円

講師/谷畑 謙三

一日体験講習会
6/19・26(日)
体験費1,050円

日本の伝統芸を楽しむ 南京玉すだれ~血廻し他~ **おすすめ**

口上にあわせて様々な形を作ります。かくし芸やボランティアに海外でも大人気。玉すだれ1本で夢がふくらみます。

第2(木)
19:00~21:00
2,625円
初回教材費
15,750円

講師/八房 美都香

一日体験講習会
6/9(木) 体験費1,050円
レンタル代525円 基本の形

楽しい気功 **おすすめ**

体と心を浄化させます。体はイキイキ・心はワクワク・脳はスッキリ!

(金)
10:30~12:00
5,250円

講師/宙 香

一日体験講習会
6/10・17(金)
体験費1,050円

笑って健康に ラフター(笑い)ヨガ **おすすめ**

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた健康法です。お腹の底から大笑いしてストレス解消免疫力アップ!

第2・4(日)
10:30~12:00
3,780円

講師/みゆ

一日体験講習会
6/12・26(日)
体験費1,050円

楽しく弾こう 水曜ピアノ(30分個人レッスン) **おすすめ**

お子様からシニアの方までどなたでも楽しく、丁寧にレッスンします。

第1・3(水)
第2・4(水)
10:15~12:45
3,675円
教材費別途

講師/小田 裕子

一日体験講習会
6/8・15(水)
体験費1,050円
時間は応相談