

# ピピアめふ公益施設(4F~6F)カルチャー教室一覧

※お申し込み・内容等については、各教室連絡先に直接お問合せ下さい

ピピアめふホームページでもご覧いただけます→<http://pipiamefu.jp/culture/>

教室名	教室概要	使用施設	開講日	開講時間	講師名	お問合わせ
<b>ハーブ・料理教室</b>						
ハーブ&アロマ教室	有能な草ハーブを正しく学び生活の中にとり入れていただけるよう、また楽しいハーバルライフが過ごせるようにハーブ全般クラフト、お料理、栽培、美容と健康、ガーデニングと盛りだくさんのハーブ教室です。	会議室C	第1月曜	13:00~15:00	谷川原 宇子 <small>(宝塚ハーブを楽しむ会主宰、生涯教育ハーブ1級インストラクター)</small>	0797-77-1193
ハーブ&やさい菜膳 料理教室	野菜のチカラを引き出し、ハーブの薬効を積極的に活用して、健康を守りましょう。ハーブ&菜膳は、自分の体調に合わせてハーブを使い、状況に最適な食材を学び、日々取り入れられるように調理実習します。	キッチンスタジオ	第3火曜	11:30~14:30	山根 康児 <small>(NRCセラピースクール「シーズ」代表)</small>	0798-22-3000
グリーン料理教室	月替わりで、日本・西洋・中華・その他。お料理3~4品とデザート(写真付きレシピ)おしゃべりな家庭料理を基礎からプロのこつまででいねいに指導します。	キッチンスタジオ	第2土曜	10:30~13:30	松下 映子 <small>(辻学園調理技術専門学校卒)</small>	0797-89-0853
マキュマルーンワークスの料理教室	旬の食材を使ったフランス家庭料理を中心に、毎回デザート込みで3~4品を調理。フードコーディネーターの講師が食材の盛り付け等食べる事の楽しみをお話します。	ダイニングキッチン	第4土曜	10:30~13:30	フジノ・マキ <small>(ル・コルドン・ブルー卒業)</small>	090-9112-6228
横田料理教室	旬の食材を使った季節の和食家庭料理の教室です。ちょっとした工夫で手軽においしく出来る料理作りをモットーとしています。	キッチンスタジオ	第4木曜	10:30~13:30	横田 節子 <small>(元土井勝料理教室講師、㈱ロクフィールド料理顧問)</small>	0797-88-9312
CiaoRiz イタリア料理教室	12年以上、イタリアに住み&旅してきた中で食べ、知った食文化を基に、実習した料理が皆さんの自慢の一品になるようにアレンジしています。でも食材だけは厳しくセレクト。ワイワイ楽しく実習します。(土曜は17:00~20:30も開講)	ダイニングキッチン	第2土・日・月曜	11:00~14:30	イケダ リツコ	090-3867-2595
クラッセバンビーノ 親子クッキング	食に関する知識や食育に関する事、親と子の共同作業からいろんなことを学びとっていく。美味しい楽しいファミリークッキングです。	キッチンスタジオ	第3日曜	12:00~14:30	木谷 京子 <small>(フードコーディネーター)</small>	0797-84-8708
親子で手ごねパン教室	親子で楽しくパン作りの基本を学びましょう。	キッチンスタジオ	第4日曜	10:00~13:30		
やまと菜膳 メディカルクッキング(中級)	やまと菜膳メディカルクッキング初級コース修了者を対象にした中級コースです。初級コースの応用でライフステージ別の食事のあり方について学びます。 <a href="http://yamatozakuzen.com">http://yamatozakuzen.com</a>	ダイニングキッチン	毎週最終水曜日	10:30~14:30	宮本 恭子 <small>(やまと菜膳・クッキングスタジオ・管理栄養士)</small>	0744-57-9038
ヘルシークッキング	できるだけ旬の食材、手軽に揃う材料を使い家庭ですぐ出来るヘルシーな料理3品とデザート、漬け物、佃煮等、楽しく作り楽しくお話ししながら食事をし、皆さんと楽しい時間を過ごします。	キッチンスタジオ	第2火曜	10:00~13:30	早川 紗恵子	090-3700-1278
家庭で作れるフレンチ、イタリアン料理教室	家庭で作れるフレンチ、イタリアン料理教室	キッチンスタジオ	第3水曜	10:00~13:00	大西 良二・大矢 清史	080-8548-9974
<b>語学・学習・音楽</b>						
楽しい中国語	中級の中国語会話。教材を用いながら、身近な話題やニュースを取り上げて話し合います。授業には「聞く」と「話す」、宿題には「読む」と「書く」を重点に。中国語を楽しく身につけていく教室です。	会議室B	金曜	10:10~11:40	本田 玉娟	0798-38-4868
珊々句会	各自作句した句を持ち寄り、互選した後に先生の選を受け、上位の句は特選を受ける。	会議室C	第1木曜	13:00~16:00	池田 琴線女	0797-71-6022(西村)
宝塚子ども囲碁教室	右脳の発達に効果がある囲碁、是非、子供のうちに！ 初心者の方、大歓迎！！	会議室A	第1・2・3・4土曜	9:30~11:30	出雲哲也・榊原正晃 <small>(関西棋院 プロ棋士)</small>	090-8140-9571(出雲)
森信雄七段の 将棋子ども入門教室	将棋は無限に広がる知的ゲームです。集中力を鍛えて、考える力を養います。将棋を始めたい・もっと指したい！もっと強くなりたい！！そんな子ども達のための入門教室です。	会議室B	第2・4木曜	16:15~17:45	森 信雄 <small>(日本将棋連盟棋士)</small>	0797-83-2577
キッズ珠算会	基礎から上級まで、楽しくそろばんを学習していただきます。	会議室A・B和室2	毎週 月/水/木/土曜	①15:30-16:30 ②16:30-17:30	岡田 藤枝	0797-85-3115
やる気を引出すJiJiチャレンジ教室	「出来ない子」は一年で追いつきます。「普通の子」は一年で出来るランクに入ります。ここに通う子は自分で勉強を始めます。	会議室B	第1・2・3・4火・金曜	17:00~20:00	はやみ(女性)・ハシモト(男性)	0797-89-7172
囲碁基礎講座	テキストの解説と生徒どうしの実践練習。大人(中学生以上)対象の囲碁講座です。	会議室A	第1・3日曜	13:30~15:30	斎藤 正 <small>(関西棋院 プロ棋士)</small>	090-8162-5915
朗読サロン ピピア教室	声を出すこと、表現することの心地良さを体験してみませんか？発声・発音の基礎から「詩」「絵本」「民話」「小説」の朗読や語りをご一緒に！！(無料体験受付中) <a href="http://www.jttk.zaq.ne.jp/predelight/">http://www.jttk.zaq.ne.jp/predelight/</a>	会議室C	第2・4木曜	13:00~14:50	塚本 富貴子 <small>(フリーアナウンサー・新劇出身)</small>	0797-74-2777 t.fukiko@gmail.com
印と祈りの集い	世界人類が平和でありますように、を合言葉に、印(いん)と祈りにより、一ヶ国づつ世界各国の平和を祈ります。	会議室C	第1水曜	13:30~15:30	本多 美穂	090-7769-1364
からたちの会	童謡 唱歌 抒情歌 フォークなどを楽しく歌う会。	会議室C	第2・4火曜	13:20~14:50	松本 正恵・吉田 香代子	090-4569-7680(松本)
楽しいオカリナ教室	初心者の方向けの少人数クラスです。音譜が読めなくても大丈夫！心癒される音色と一緒に楽しみましょう。 <a href="http://www.lyrist.co.jp/">http://www.lyrist.co.jp/</a>	会議室C	第1・3火曜	①13:00-14:00 ②14:00-16:00	伏田 尚子 <small>(ライリッシュ・オカリナ連盟)</small>	090-3268-8335
中高年からはじめるらくらくピアノ	ピアノに触れるのが初めてで心配な方、音符が読めなく不安な方！楽譜にはドレミと指番号・そして鍵盤にはドレミシールで大丈夫ですよ。お仲間と一緒に楽しみましょう！皆さんこの機会に始めてみませんか？	会議室C	第1・3火曜	10:00~12:15	伏田 尚子 <small>(一般社団法人全日本らくらくピアノ協会 大阪支部 2級認定講師)</small>	
めふ童謡コーラス	童謡や唱歌、ラジオ歌謡やロシア民謡など、年齢や上手下手を問わず、みんなと一緒に心やさしい思い出の名曲を大合唱します。	ライトスポーツ	毎月2~3回 月曜	10:00~11:30	童謡コーラス指導員	0120-104-315
ヴォイストレーニング	身体を使っの呼吸法・発声法。ジャンル・年齢を問わず、美しい声を保ち、唱歌・童謡を用い楽しく歌える事を目指します。	会議室C	第3木曜	13:00~15:00	氏家 美紀	090-1966-4255(氏家)
ニュアンス 子ども英会話	外国人講師で会話中心の実力派レッスン。本当に話せるように。月2回他教室(宝塚、山本等)への振替可能。 <a href="mailto:info@nuanceinc.com">info@nuanceinc.com</a> <a href="http://www.nuanceinc.com">www.nuanceinc.com</a>	会議室B	毎週土曜日	13:00~13:50	宮本 竜 <small>(他外国人講師)</small>	0120-372-815
詩歌の鑑賞	四季の和歌・俳句や詩(漢詩や日本の詩)を楽しみ鑑賞しましょう。文学に詳しい方も、学生時代以来という方もぜひ一緒に。	会議室C	第2水曜	10:00~12:00	中西 久美子	0797-81-5621
横井 真理子 ヴァイオリン教室	ヴァイオリンを気楽に演奏できるようにクラシックからあらゆるジャンルで楽しめるようお手伝いさせていただきます。 <a href="mailto:maryokoi@ezweb.ne.jp">maryokoi@ezweb.ne.jp</a>	会議室C	第2・3・4金曜	①16:00-17:00 ②20:00-21:00	横井 真理子 <small>宝塚アーティスト協会会員</small>	090-1131-5721
「音空間」英語リトミック	ピアノの生演奏と英語の声かけに合わせて親子で身体を動かしてみよう。音楽講師と英語講師が2名で担当します。	会議室C	第1・3金曜	9:00~11:00	日下 玲子	0797-81-7595
行政書士による無料相談会	相談時間30分。予約制。遺言書、遺産分割協議書、契約書の書き方について行政書士が相談に応じます。	会議室C	第3月曜	13:00~16:00	本田 圭	06-6426-5123
<b>書道・硬筆・筆ペン</b>						
書道教室「書の友」	一般:漢字・仮名・詩や俳句などの調和体、ペンなど、基礎から資格取得まで指導いたします。学童:毛筆・硬筆の正しい造形を指導いたします。	会議室B	第1・3・4月曜	14~16 / 16~17	真崎 摂葉 <small>(読売書法会理事・新書派協会師範)</small>	0797-88-3986
筆ペン同好会	筆ペン・ボールペンを基礎から練習します。	会議室B	第2・4月曜	10:00~12:00	中山 星彩	06-6311-5637
こども「書の教室」(博古社)	正しいえんぴつを持ち方、書写教育を充実させることで国語力の礎を築きます。抜群の昇級昇段合格率。複数指導者によるきめ細かい指導。	会議室A	第2・3・4木曜	15:00~19:00	阪上映梢・仲原綺春 <small>(書の教室・師範)</small>	090-4767-0693
こどものための硬筆・毛筆	小学生を対象とした硬筆と毛筆のクラス	和室2	第1・2・3火曜	16:00~18:00	久保 晃舞	090-4279-0567
筆ペン同好会こども「かきかた」	各年令に応じて鉛筆の持ち方、50音の読み書き漢字の書き順等を学習します。	会議室A	第1・3水曜	16:00~18:00	安田 都	筆ペン同好会(平日10:00~17:00) 06-6311-2232

# ピピアめふ公益施設(4F~6F)カルチャー教室一覧

※お申し込み・内容等については、各教室連絡先に直接お問合せ下さい

ピピアめふホームページでもご覧いただけます→<http://pipiamefu.jp/culture/>

教室名	教室概要	使用施設	開講日	開講時間	講師名	お問合わせ
<b>華道・フラワーアート・着付け</b>						
小原流いけばな教室	伝統的ないけばなから日常的なアレンジまでお稽古いたします。	会議室A	第1・2・3 金曜	19:00~21:00	内村 豊翔	0797-87-8659
ブリザードフラワー&アーティフィシャルフラワー	ブリザードフラワーコース(アレンジメント、ブライダルブーケなど基本から応用まで学んでいただけます。又ギフトにも喜ばれます。)アーティフィシャルフラワーコース(花の種類、色のバリエーションも豊富で質感もよく扱いやすいのでアレンジ、ブーケの幅も広がるところが魅力です。)	会議室C	第3 水曜	10:00~12:00	島 英里 (NFD本部講師/飯田深雪アートフラワー師範)	090-9254-4458
売布着付け教室	着物の良さをもっと実感出来る様、タンスに眠っている物を再度発見しながら和服の美しさを身につけるのが目的です。	和室1・2	第3 水曜	10:00~12:00	平野 章代	0798-51-3506
<b>美術・工芸</b>						
水彩、絵手紙、日本画	初心者から展覧会出品まで。日本画、絵手紙、水彩、合同授業。	会議室B	第1・3 木曜	10:00~13:00	坂上 敏	0797-84-5230
日本画サロン	(初めての日本画)青墨と顔彩で小品から始めます。花や木の実、紅葉など心に残ったものを作品にします。始めての方も楽しみながら描きましょう。	会議室A	第3 月曜	10:00~13:00	飯田 秀美	0797-61-2096
日本画教室	日本画、身近なお花を中心に、初心者の方は花のデッサンから始めます。	会議室A	第2・4 木曜	13:00~15:00	松原 久美子 (日本美術院 院友)	072-738-1306
子供のための絵画創作教室	描写、想像画、工作と・楽しい教室です。http://oekakitakeda.web.fc2.com/	和室1	第1・2・3 水曜	16:00~18:00	武田 糸子	072-753-0334
篆刻教室	篆刻の初歩から指導します。書と併せて楽しい仲間と学びます。お気軽に教室に来てください。	ダイニングキッチン	第2・3 水曜	16:00~22:00	井谷 五雲	0797-62-0115
篆刻教室	篆刻と書の勉強と実習	会議室B	第2・4 火曜	10:00~12:00	出田 塘葎	078-581-9464
木綿の小部屋 パッチワーク教室	パッチワークなんでもレッスン。未完成の作品でもお持ちください。	会議室B	第1・3 月曜/第2・4 木曜	10:00~12:00	石崎 好行	0797-35-2186
キルトアトリエ Ito	パッチワークの基礎から応用作品(自由課題)	①会議室A ②③ダイニングキッチン	①第2・4水曜 ②第1・3木曜 ③第2・4木曜	①10~12 ②③10~12	伊藤 妙子 (日本手芸普及協会会員)	090-5163-3972
DECOクレイクラフト粘土工芸教室	粘土で花や小物を作ります。技術の向上をめざして楽しく創作しています。「Decoクラフトアカデミー」でホームページがありますのでご覧下さい。	会議室C	第2・4 木曜	9:30~12:30	安東 千鶴 (DECOクレイクラフト認定上級講師)	090-5461-6907
トールペインティング	オリジナルのデザインと材料を使用し、マイベースで楽しく描いています。ご見学はいつでもお気軽に!	会議室B	第2 水曜	13:10~15:40	小林 洋子 (ドリームアリス)	090-9623-4995
ステンドグラス教室「アイリス」	初心者の方はガラスのカットから半田付け等、基本の技術をしっかり指導し、ランプ・パネル・鏡・時計を作ります。	会議室A	第3 金曜	13:00~16:00	友川 栄美子	090-7340-6436
<b>健康・スポーツ・武道</b>						
フィットネスクラブ からすやま	バレエ(3分)、ソフトエアロ・サンバダンスエアロ(15分)、エクササイズ(5分)、ヨーガ(20分)、ダウン(10分)	ライトスポーツ	火・水・木・金曜	9:00~10:00	鳥山 登美子	0797-84-5961
Ka Hula O Nanea(かふらおーなねあ)	ハワイの伝統的な踊りフラは、手と体で表現する手話です。素敵なメロディーでフラを練習しております。年齢に関係なく踊れます。一緒に踊りましょう。初心者クラスもあります。無料体験あり。	ライトスポーツ	第2・3・4水曜	18:30~20:00	永田 啓子	090-5047-9929(永田)
Ka Hula O Nanea(かふらおーなねあ)	優雅に、美しく、フラで表現するハワイの魅力。ハワイのクム(フラの家元)の指導を受け、幅広い年齢層で、本格的なフラを基礎から楽しく学びましょう。ご遠慮なくお問い合わせください。無料体験あり。	ライトスポーツ	第1・2・3・4 木曜	14:00~15:30	陽子 NANEA 長畑	072-792-8365 yoko_8811@yahoo.co.jp
体操三井島システム	矯正体操	ライト/和風ホール	火曜/木曜	11:00~13:00/20:00~21:00	詳しくは、お問合わせ先担当者まで	0797-81-9112(梅本) 0797-87-3125(松岡)
宝塚笑いヨガクラブ	体操としての笑いヨガの呼吸法を組み合わせた新しい健康法。インドのDr.マダンカタリア氏考案。1995年以来70カ国以上に広がる。笑って健康を目的に、どなたでも参加できます。お気軽に遊びに来てください。	和風ホール	木曜(月1~2回)	13:15~14:30(受付13:00~)	日置 ゆりえ	090-8375-4492
ピピアめふ自衛術教室	日本で最初の健康体操。心身共にリラックスさせる健康体操	和風ホール	金曜	10:15~11:45	大山 和子	0797-81-8884
自衛術 健康体操	日本最初の31動作からなる健康体操。筋力アップ・ストレッチ・呼吸法で不調を改善しリフレッシュ出来ます。	和風ホール	火曜(月3回)	13:20~14:50	継国 加代子	06-6333-7689(田中)
ピラティス	身体のコア(芯)の筋を鍛えて身体のゆがみを直します。しなやかで均等のとれたボディラインづくりと心と身体のバランスを目指します。腰痛・肩こりにも効果あり。おなかまわりもスッキリ。	和風ホール	水曜	19:20~20:20	品川 こころ	090-6665-8499
気功と操体運動	気功の呼吸法と動きを基本に、心と身体を整える運動。	和風ホール	土曜	10:10~11:40	大西 和子	0797-73-5304
太極拳 楽修会	太極拳の中でも「中国式準備運動」を特に大切と思い、レッスン時間の3分の2を使っています。血液の流れを良くする腹式呼吸。これをゆっくりしっかり、自分のものにしていくのです。	ライトスポーツ	木曜	10:15~11:45	新宮 恵	072-729-0935
空手教室 義道会館	空手教室 http://homepage3.nifty.com/gidokaikan/	ライトスポーツ	火曜・土曜(年少・一般)	火18~(年少)20~(一般)土13~(年少)	仁田 末義 (宝塚市空手道協会)	0797-88-3141
気当て診断法講座	本講座では「気当てリーディング」と「天賜気功」の2つの気の技法を学び、癒し(ヒーリング)や良質な食材選びなど日常生活に応用できる気の活用法をお伝えします。	会議室C	月1回 土曜	13:00~17:00	山田 潤	080-6190-1452
日本拳法教室	幼年から大人まで健康と護身に。	和風ホール	土曜	18:10~20:00	宮田 秀哉	090-2706-4449
T'S-BOX Dance School	今!活躍中のインストラクターによる、初級・中級のジャズヒップホップetc...ととても楽しい教室です。	ライトスポーツ	月曜・木曜・金曜	月21~22/木・金 19~22	mika, EMI, K-row, yo, KAORI	090-5065-3746(武知)
キッズダンス チェリーエンジェル	NYの最新ダンスをミックスしたオリジナルダンスをわかりやすく教えます。http://www.geocities.jp/cherryangel_web/	会議室C※	水曜	①16:00~17:00 ②17:00~18:00	西田 美夏 ※第1水曜18-19時はライトスポーツルーム	090-8166-8002
チアダンス	元気!笑顔!勇気!になれる「チアガール」になりませんか?ポンポンを使っの「チアダンス」です。http://www.geocities.jp/cherryangel_web/	会議室C	水曜	18:00~19:00		
ウィッシュ ダンス ファクトリー	基礎はバレエ、柔軟性を身に付けて、ジャズダンス、フリーダンス、ヒップホップ、カッコよく踊れます。http://ameblo.jp/8062325factory/	ライトスポーツ	月曜	17:00~18:00	仲城 梨絵	090-2725-2088 riespring141450@yahoo.co.jp