

2025.8 EVENT & CULTURE

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

◆ご予約について◆

**7/25（金）午前9時より
アプリ予約を開始いたします！**

※アプリでの予約ができない方は
フロント・お電話にてお問合せください。
スマホ、貸出しているタブレットからの予約を
お願いいたします。

※土日祝日や休館日問わず、前月25日に翌月の末日までを公開いたします。

カルチャーイベント

スペシャル

催し物/コミュニティ

1

韓国語教室
11：00～12：00
要予約 定員：16名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：阿部 志穂

これから始めるフランス語 入門クラス
14：30～15：30
要予約 定員：12名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：須藤 朋子

身体で覚える英会話---超初級
19：30～20：15
要予約 定員：10名 カルチャールーム
参加費/1,000円 講師：ヒューエット奈保子

2

ビッكلボールサークル
9：30～11：00
予約不要（フリータイム） 中庭

ビッكلボールを通じて初心者・経験者関係なく
交流を楽しむ時間です！お気軽にご参加ください。

ジュエリーバック@レッスン
10：00～13：00
要予約 定員：6名 カルチャールーム
参加費/3,500円 講師：金井 恵美子

3

卓球交流会
14：00～16：00
予約不要（フリータイム） 4階卓球ルーム

卓球を通じて初心者・経験者関係なく交流を楽しむ時間です！
お気軽にご参加ください。

4

陶芸教室
10:00～12:00
要予約 定員：10名 カルチャールーム
講師：水野 篤人 1作品2,000円
今月の内容「お月見」

書道教室
16：00～18：00
要予約 定員：16名 カルチャールーム
講師：勅使川原 里雪 参加費/300円
※書道道具一式は各自ご持参ください

5

休館日

6

お香調合教室 10：00～12：00
要予約 定員：15名 カルチャールーム 講師：関根 真理
材料費/2,000円
今月の内容：「葉月のこと、貝合わせ、蘭香」
社交ダンス～初心者クラス～ 11：00～11：50
要予約 定員：女性15名男性10名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師：岸部 留美
社交ダンス～上級者クラス～ 12：00～12：50
要予約 定員：女性6名男性6名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師：岸部 留美
日本文化と茶道 14：00～16：00
要予約 定員：5名 4階和室 講師：近藤 日出夫
参加費/1,500円 持ち物：替えの靴下
今月の内容：「冷水点を楽しむ」
フランス語で読む「星の王子さま」（特別クラス）15：30～16：30
要予約 定員：6名 カルチャールーム
参加費/2,000円 講師：須藤 朋子

7

英会話教室（入門～初級編）
13：00～14：30
要予約 定員：14名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：川端 利江子

ゴルフレッスン会
14:00～17:00
良田 陽子プロ
要予約 お一人 30分 3,300円
ゴルフフレンジ個室 ※個室打席料込

8

映画サークル「ショーシャンクの空に」
10：00～（2時間25分）
14：00～（2時間25分）
要予約 各定員：10名 3階（ゲーム）シアタールーム
※スペシャル枠でのご予約になります。

9

金融リテラシー講座
大人のためのお金と生活の知恵
10：30～11：30
要予約 定員：16名 カルチャールーム
資料代/300円 講師：長谷美 伸一

クラフトテーブル教室
14：00～16：00
要予約 定員：15名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師：高間 房子

10

『源氏物語』を楽しむ会
14：15～16：15
要予約 定員：16名 カルチャールーム
参加費/500円 講師：河地 修 持ち物：筆記用具

11

英会話教室（入門～初級編）
10:30～12:00
要予約 定員：14名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：川端 利江子
※8/7の教室と同じ内容になります

12

休館日

13

社交ダンス～初心者クラス～
11：00～11：50
要予約 定員：女性15名男性10名 5階サブスタジオ
参加費/無料 担当：岸部 留美
社交ダンス～上級者クラス～
12：00～12：50
要予約 定員：女性6名男性6名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師：岸部 留美
フランス語教室（会話クラス）
～旅行で使えるフランス語～ 15：30～16：30
要予約 定員：12名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：須藤 朋子

14

ジュエリーバック@レッスン
10：00～13：00
要予約 定員：6名 カルチャールーム
参加費/3,500円 講師：金井 恵美子

15

初心者歓迎！楽しい韓国語教室
11：00～12：00
要予約 定員：16名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：阿部 志穂

16

ビッكلボールサークル
9：30～11：00
予約不要（フリータイム） 中庭

初心者限定！クラフトテーブル教室入門
10：00～12：00
要予約 定員：8名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師：高間 房子

さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」
変形性膝関節症part3
「伸び切らない膝裏の疼痛改善セルフケアについて」
13：30～15：00
要予約 定員：6名 2階くつろぎスペース
参加費/1,000円 講師：池田 英一

17

ジュエリーバック@レッスン
10：00～13：00
要予約 定員：6名 カルチャールーム
参加費/3,500円 講師：金井 恵美子

卓球交流会
14：00～16：00
予約不要（フリータイム） 4階卓球ルーム

18

基礎から始める！書道教室入門 10：00～12：00
要予約 定員：16名 カルチャールーム
講師：勅使川原 里雪 参加費/300円
※書道道具一式は各自ご持参ください

書道教室 16：00～18：00
要予約 定員：16名 カルチャールーム
講師：勅使川原 里雪 参加費/300円
※書道道具一式は各自ご持参ください

ゴルフレッスン会 18:00～20:00
良田 陽子プロ
要予約 お一人 30分 3,300円（税込）
ゴルフフレンジ個室 ※個室打席料込

19

休館日

20

クラフトテーブル教室 エキスパートクラス 10：00～12：00
要予約 定員：15名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師：高間 房子
社交ダンス～初心者クラス～ 11：00～11：50
要予約 定員：女性15名男性10名 5階サブスタジオ
参加費/無料 担当：岸部 留美
社交ダンス～上級者クラス～ 12：00～12：50
要予約 定員：女性6名男性6名 5階サブスタジオ
参加費/無料 講師：岸部 留美
日本文化と茶道 14：00～16：00
要予約 定員：5名 4階和室 講師：近藤 日出夫
参加費/1,500円 持ち物：替えの靴下
フランス語教室（会話クラス） 15:30～16:30
要予約 定員：12名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：須藤 朋子
※8/13の教室と同じ内容になります

21

英会話教室（入門～初級編）
13：00～14：30
要予約 定員：14名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：川端 利江子

22

ブリザーブドフラワー教室
10：00～12：00
要予約 定員：8名 カルチャールーム
1作品2,000円 講師：中野 睦美

23

グランRUN～Gメッセへの往復コース～
9:10～10:10
要予約 定員：10名
参加費/無料 担当：YUKO

クラフトテーブル教室
13：00～15：00
15：00～17：00
要予約 定員：各15名 カルチャールーム
1作品1,000円 講師：高間 房子

24

『源氏物語』を楽しむ会
14：15～16：15
要予約 定員：16名 カルチャールーム
参加費/500円 講師：河地 修 持ち物：筆記用具

25

英会話教室（入門～初級編）
10:30～12:00
要予約 定員：14名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：川端 利江子
※8/21の教室と同じ内容になります

～将来の不安を“安心”に変える30分～
相続・終活 無料個別相談会
14：00～17：15
要予約 定員：5名/1枠30分 カルチャールーム
参加費/無料 講師：行政書士 矢澤めぐみ・林田知子

26

休館日

27

ポーセラーツ教室 10：00～12：00
要予約 定員：10名 カルチャールーム
参加費/500円 講師：歌代 順子
※材料費1,000円～（作品によって金額が異なります）
日本文化と茶道
10：00～12：00 14：00～16：00
要予約 定員：各5名 4階和室
講師：近藤 日出夫 参加費/1,500円 持ち物：替えの靴下
フランス語教室（会話クラス）15：30～16：30
要予約 定員：12名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：須藤 朋子
※8/13の教室と同じ内容になります

28

～大人になってからでも遅くはない～
英会話超入門教室
13：00～14：30
要予約 定員：14名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：川端 利江子

29

ヤクルト健康教室～お土産付き～
10：00～11：00
「夏バテと熱中症予防」
要予約 定員：16名 カルチャールーム 参加費/無料
講師：群馬ヤクルト販売㈱ 管理栄養士

これから始めるフランス語 入門クラス
14：30～15：30
要予約 定員：12名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：須藤 朋子
※8/1の教室と同じ内容になります

30

ゴルフレッスン会
17:00～19:00
良田 陽子プロ 要予約
お一人 30分 3,300円（税込）
ゴルフフレンジ個室 ※個室打席料込

31

映画サークル「呪怨」
10：00～（1時間35分）
14：00～（1時間35分）
要予約 各定員：10名 3階（ゲーム）シアタールーム
※スペシャル枠でのご予約になります。

～8月の注目 カルチャー教室&イベント！！～

身体で覚える英会話---超初級

距離や位置の違いで変わる表現、
些細な日常の一コマを、
簡単な絵で確認しながら実践してみよう！

日程：8月1日(金)19:30～20:15

会場：カルチャールーム
定員：10名(スペシャル枠)
参加費：1,000円
講師：ヒューエイト奈保子
国際線空港地上職、ホテルコンシェルジュの
経験があります。“ちょこっとエピソード”
を交えながら、一緒に楽しく練習したい
です！



フランス語で読む『星の王子さま』

～やさしい物語から学ぶ、
こころと言葉～



世界中で愛される名作
『星の王子さま(Le Petit Prince)』を、
原文のフランス語と一緒に読んでみませんか？

ゆっくりと、丁寧に学びながら、語彙力・読解力を
身につけていきます。

✧学ぶのは言語だけじゃない。✧
“On ne voit bien qu’avec le cœur.”
「本当に大切なことは、目に見えない。」

名言に出会いながら、
言葉と心のフランス語旅を始めましょう。

日程：8月6日(水)15:30～16:30

会場：カルチャールーム
定員：先着6名
参加費：2,000円
講師：須藤朋子

※予約受付は2日前までとさせていただきます。
※お申込者が1名だった場合、休講となります。

金融リテラシー講座 大人のためのお金と生活の知恵

「お金と生活」のこと、
これまで、きちんと学ぶ機会がありましたか？
これまで何とかやってこれたけど、
これから先も大丈夫かな・・・
そんな不安や悩みを解決していきましょう。
人生100年時代、
この機会にお金のことについて
もう一度考えていきましょう！

日程：8月9日(土)10:30～11:30

会場：カルチャールーム
定員：16名
資料代：300円



講師：長谷美伸一(J-FLEC認定アドバイザー)

※金融商品の販売、仲介、斡旋は行いません。

～将来の不安を“安心”に変える30分～ 相続・終活 無料個別相談会

「相続や終活のことを考えたいけれど、
何から手をつけたらいいの？」
そんな疑問や不安にお答えします。

前回の相続／終活講座では聞きにくかったことも、
個別相談だから安心。
どんな些細なことでもお気軽にご相談ください。

日程：8月25日(月)

定員：5名
※ご家族等の関係者も同席可
※お1人様1枠のみのご参加をお願いいたします。



時間枠(1名30分)
①14:00～14:30
②14:35～15:05
③15:10～15:40
④16:00～16:30
⑤16:35～17:05



参加費：無料(要予約)
会場：カルチャールーム
相談員：行政書士 矢澤めぐみ／行政書士 林田知子

◎来月以降も随時実施予定です。

カルチャーイベント・スペシャル枠について

カルチャーイベント枠 **3枠**

スペシャル枠 **無制限**

スタジオプログラム同様、
完全予約制とさせていただきます。

◆平日デイ会員・ナイト会員・
ナイト&ホリデー会員の方で

カルチャーイベント枠を受講する場合のみ

↓
別途参加費550円(税込)が発生

スペシャル枠・催し物等の館内イベントは
全ての会員様、無料でご参加いただけます。

また下記お教室は
開催日を含む3日前よりキャンセル料が発生

◎ブリザーブドフラワー教室(参加費全額)
◎フラワーアレンジメント教室(参加費全額)
◎陶芸教室(参加費全額)
◎茶道教室(500円)
◎陽だまりハーブ講座(参加費半額)
◎ゴルフレッスン会
(当日キャンセルのみ参加費全額)

先生方の事前準備の関係もございますので
ご理解の程宜しくお願い申し上げます。

参加費550円(税込)やキャンセル料、
各お教室でかかった材料費のお支払いは、
すべて月会費にのせて請求させていただきます。
(ゴルフレッスン会3,300(税込)も含む)
フロントでのお支払いはお受けできませんので
ご了承ください。

全てのお支払いに関しまして
10日までの教室は当月
11日以降の教室は翌月の引き落としとなります。

さろんどぼんどの 「アンチエイジング講座」

変形性膝関節症part3
「伸び切らない膝裏の疼痛改善セルフケアについて」

今日、65歳以上の3人に、1人は、変形性膝関節症
があると言われてます。今回は、part3として、前回
までのおさらいと、伸び切らなくなって痛みの出て
いる膝裏を、伸ばすセルフケアと、痛み改善方法を、
お伝えします。

日程：8月16日(土)13:30～15:00

定員：6名(要予約) 会場：2階くつろぎスペース
参加費：1,000円
持ち物：ヨガマット、フェイスタオル、動ける服装
講師：池田英一(整体サロンさろんどぼんど代表)

グランRUN

～Gメッセへの往復コース～

フロント前
集合

初心者の方でも安心して参加できます！
みんなで楽しく、気分爽快なRUN活！！
ぜひご参加ください(^O^)/

日程：8月23日(土) 9:10～10:10

定員：10名 参加費：無料
インストラクター：YUKO
持ち物：走りやすい格好・ランニングシューズ・
必要ならRUN用リュックやポシェット
(水分入れる用)・サングラス・帽子



良田プロによる「ゴルフレッスン会」

～握り方を知りたい初心者から上級者まで大歓迎～

女子プロによるマンツーマンレッスン！
レベルアップしたい方、初心者の方も大歓迎！
1人ひとりのレベルに合わせて
丁寧に指導いたします。

8月7日(木)14:00～17:00
8月18日(月)18:00～20:00
8月30日(土)17:00～19:00



講師：良田陽子プロ
(日本女子ゴルフ協会、小幡郷所属)
会場：3階ゴルフレンジ個室
定員：各時間1名30分(要予約)
※予約枠は「スペシャル」となります
参加費：3,300円(税込)(個室打席料込み)