

# 2026.3 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◆

**2/25（水）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

NEW

**筋膜セラピー施術会**  
10：00～13：20  
要予約 定員：1枠20分 各1名 2階パーソナル室  
参加費/3,000円 担当：noriko

**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。

8

『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

7

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

6

**保険と資産管理の基礎講座**  
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：兼城 龍亮

### 韓国語教室

**12：30～13：30**  
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

5

NEW

**筋膜セラピー施術会**  
10：00～12：50  
要予約 定員：1枠20分 各1名 2階パーソナル室  
参加費/3,000円 担当：noriko

### 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

12

**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

13

**映画サークル「記憶屋 あなたを忘れない」**  
10：00～（1時間45分）  
14：00～（1時間45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。

14

**グランRUN**  
～熊野神社と大類城跡コース（約4km）～  
9：10～10：10  
要予約 定員：10名 参加費/無料 担当：YUKO  
**金融リテラシー講座 ～資産運用と証券投資～**  
10：30～11：30  
要予約 定員：12名 カルチャールーム 参加費/100円 講師：長谷美 伸一

**クラフトデブ教室 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

**さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」**  
圧迫骨折の傾向と対策 14：00～15：30  
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

NEW **社交ダンスナイト 18：00～19：30**  
※詳細は裏面をご確認ください。

15

**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

**カラオケ披露会**  
13：00～15：00  
※詳細は裏面をご確認ください。

**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

21

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

**初心者限定！クラフトデブ教室入門**  
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

22

『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

28

**クラフトデブ教室**  
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

29

**映画サークル**  
**「セントラル・インテリジェンス」**  
10：00～（2時間00分）  
14：00～（2時間00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。

**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

2

**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  
※作品テーマは後日発信いたします。

**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

3

休館日

4

**お香調査教室 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：「花貝合わせ、聞香、香道について」

**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

NEW **筋膜セラピー施術会 13：00～14：50**  
要予約 定員：1枠20分 各1名 2階パーソナル室  
参加費/3,000円 担当：noriko

**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：「菓子箱の取り扱いについて」

**フランス語（特別クラス）オルセー美術館 モネ サン・ラザール駅**  
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

9

**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  
※3/5の教室と同じ内容になります

10

休館日

11

**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

**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（特別クラス）**  
**オルセー美術館 セザンヌ カード遊びをする人々**  
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

19

**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

20

**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

16

～大人になってからでも遅くはない～  
**英会話超入門教室**  
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

**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

17

休館日

18

**クラフトデブ教室 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 2階カルチャールーム 講師：近藤 日出夫  
参加費/1,500円 持ち物：替えの靴下

23

**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  
※3/19の教室と同じ内容になります

30

24/31

休館日

25

**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

**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

26



27

**ガーデニング教室**  
10：00～11：00  
11：15～12：15  
要予約 定員：各10名 中庭  
1作品2,000円 講師：中野 睦美

**初心者歓迎！楽しい韓国語教室**  
12：30～13：30  
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

# ～3月の注目 カルチャー教室&イベント！！～

NEW

## 社交ダンスナイト (Shall we ダンス)

カルチャー教室にて毎週水曜日開催している  
社交ダンスのお教室から、  
素敵なダンサーさん達が披露して下さいます★

社交ダンスの雰囲気味わいたい、  
社交ダンスってどういうものなのか、など  
社交ダンスに興味のある方、  
この機会にぜひお越しください♪

美味しい軽食、ドリンクもついております★

日程：3月14日(土)18:00～19:30

会場：2階カフェテリア  
定員：30名  
参加費：会員1,000円  
一般1,500円



※詳細は館内掲示POPをご覧ください。

## 「もしも」の前に知っておきたい 保険と資産管理基礎講座

こんなお悩みありませんか？



- ・昔入った保険が、本当に必要かわからない
- ・保険のリストラをしたい
- ・認知症になった場合の対策をしておきたい
- ・資産を減らさずに今の生活を豊かにしたい

本講座では、  
本当に必要な保険と60歳以降の資産管理について  
わかりやすく解説します！

日程：3月6日(金)11:00～12:00

会場：2階カルチャールーム  
定員：16名  
参加費：無料  
講師：兼城龍亮(株式会社FinPass代表取締役)

## 【お知らせ】

3月の茶道教室は  
3月18日(水)のみ、2階カルチャールームで  
開催いたします。  
足腰心配な方でもお気軽にご参加ください♪



NEW

## 筋膜セラピー施術会

身体の中に潜む、滞りを解消し、  
骨は骨、筋肉は筋肉、腱は腱を動くようにして  
血流、リンパの流れ氣の流れを良くし  
身体を整える施術です。  
是非、ご参加をお待ちしています。

【日程】

3月1日(日)

①10:00～10:20 ②10:30～10:50  
③11:00～11:20 ④11:30～11:50  
⑤12:00～12:20 ⑥12:30～12:50  
⑦13:00～13:20

3月4日(水)

①13:00～13:20 ②13:30～13:50  
③14:00～14:20 ④14:30～14:50

3月5日(木)

①10:00～10:20 ②10:30～10:50  
③11:00～11:20 ④11:30～11:50  
⑤12:00～12:20 ⑥12:30～12:50

会場：2階パーソナル室  
定員：各枠1名  
参加費：3,000円  
持ち物：フェイスタオル  
講師：美姿勢インストラクターNoriko

※スペシャル枠でのご予約となります。

## カラオケ披露会

日程：3月15日(日)13:00～15:00

イベント当日は一般の方も観覧OKとなりますので、  
ぜひご家族やお友達もお誘いください！  
皆さまの歌声を届けましょう🎤  
参加者全員にQUOカード500円分プレゼント🎁  
お申し込みは、3月12日(木)までとなります。

※参加者は20名まで、観覧自由  
イベント3日前までにフロントにて曲名をお伺いします。  
順位等は決めません。

会場：2階カフェテリア 参加費：無料  
【毎月第3日曜日13:00～15:00】  
に開催しております★



## 金融リテラシー講座 資産運用と証券投資

(2)「株式・債券・投資信託」(実践編)

日程：3月14日(土)10:30～11:30

会場：カルチャールーム  
定員：12名  
参加費：100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。  
※初回参加もOKです。

## 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。

3月5日(木)14:00～17:00  
3月20日(金)17:00～19:00  
3月29日(日)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)

## さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」

圧迫骨折の傾向と対策

70代女性の三人に、一人は、  
何らかの骨粗鬆症関連症状があると、言われています。  
圧迫骨折の原因の骨粗鬆症について、  
原因と傾向と対策について、お伝えします。



日程：3月14日(土)14:00～15:30

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)

※前日までのご予約とさせていただきます。

## 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

- ◎フランス語(特別クラス)(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)
- ◎筋膜セラピー施術会  
(3日前より50%、当日全額)
- ◎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。