

2026.4 EVENT & CULTURE

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

カルチャーイベント

スペシャル

催し物/コミュニティ

6

書道教室

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

7

休館日

13

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
※4/2の教室と同じ内容になります

14

休館日

20

～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

27

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
※4/16の教室と同じ内容になります

28

休館日

1

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：「卯月四月のごと、浄香5歳の調合」

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

筋膜セラピー施術会 13：00～14：20
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

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：「お香を聞く」

8

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

筋膜セラピー施術会 13：00～14：20
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

NEW バードウォッチングの楽しみ 14：00～15：00
要予約 定員：20名 カルチャールーム
参加費/無料 講師：小倉 節生

フランス語（特別クラス）シスレー、サンマルタン運河(オルセー美術館)
15：30～16：30
要予約 定員：6名 2階パーソナル室 参加費/2,000円 講師：須藤 朋子

15

クラフトテープ教室 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 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

筋膜セラピー施術会 13：00～14：20
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

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

22

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

フランス語（特別クラス）クールベ、画家のアトリエ(オルセー美術館)
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

29

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）

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

2

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

9

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

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

16

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

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

23

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

ヤクルト健康教室～お土産付き～
13：00～14：00

「免疫力を高める食事」
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(株) 管理栄養士

30

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

3

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

10

フラワーアレンジメント教室

10：00～11：00

11：15～12：15

要予約 定員：各5名 カルチャールーム
1作品1,800円 講師：中野 睦美

17

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

さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」
ギックリ腰の傾向と対策&セルフケアについて

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

24

映画サークル

「総理の夫」

10：00～（2時間5分）

14：00～（2時間5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。

4

グランRUN

～熊野神社 桜🌸を見に行こう！～

9：10～10：10

要予約 定員：10名 参加費/無料 担当：YUKO

ピ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
ピックルボールを通して初心者・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。

11

～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

14：00～17：05

要予約 定員：5名/1枠30分 2階パーソナル室
参加費/無料 講師：行政書士 林田知子・矢澤めぐみ

クラフトテープ教室

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

18

ピ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

シュミレーションゴルフ大会

10：00～12：00

※詳細は掲示板POPをご確認ください。

初心者限定！クラフトテープ教室入門

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

25

クラフトテープ教室

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

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

5

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

卓球を通して初心者・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。

12

映画サークル「そして、バトンは渡された」

10：00～（2時間20分）

14：00～（2時間20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。

『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

19

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

※詳細は掲示板POP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

26

『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

◆ご予約について◆

3/25（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20日に翌月の末日までを公開いたします。

～4月の注目 カルチャー教室&イベント！！～

NEW

バードウォッチングの楽しみ

---コスタリカ他での珍しい鳥など---

2026年1月中南米コスタリカに探鳥に行ってきました。
コスタリカは中南米に位置し、軍隊を持たず政情も安定した小さな国です。
また、ECOツアー＜鳥やいろいろな動物が自然の中で見られる。＞を売り物にしております。

今回友人と二人で現地ガイド兼運転手のフォローを受けながら10日間の楽しいバードウォッチングでした。世界一美しい鳥と言われ、今回の最大目標である【ケツァール】を始めアメリカ大陸のみに生息する【ハミングバード】など176種類の鳥を撮影することができました。

東南アジアの鳥との比較なども含めてコスタリカで撮れたきれいな鳥を紹介させていただきます。
鳥の写真をしながら楽しい時間を過ごしましょう。

日程：4月8日(水)14:00～15:00

会場：2階カフェテリア
定員：20名
参加費：無料
講師：小倉節生



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、リンパの流れ気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】
4月1日(水)・8日(水)・15日(水)
①13:00～13:20
②13:30～13:50
③14:00～14:20

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。

NEW

着物の着方と前で結ぶ細帯びのレッスン

4月より全8回コースで着付け教室を開催することが決定しました★
より着付けを上達させたい方、ぜひご参加ください♪
もちろん初心者の方でも大歓迎です！

全8回コース
(8回全てご参加ください)

開催日
4月12日・19日・26日
5月10日・17日・24日・31日
6月7日(予備日 6月14日・21日)



時間：午前クラス 10:00～11:30
午後クラス 13:00～14:30

定員：各クラス2名

参加費：2,200円×8回(計17,600円)

講師：新井和美

参加費は開催日初日に8回分まとめて会費から引き落とされます。
お申込み方法はフロントまたはお電話にてお願いいたします。

※申し込み締め切りは4月1日(水)となります。
※女性のみのお教室となります。

詳細は館内掲示POPをご覧ください。

さろんどぼんどの「アンチエイジング講座」

ギックリ腰の傾向と対策&セルフケアについて

ギックリ腰は、突然くると、思いがちですが、実際は、背部の疲労や運動不足の蓄積が、原因だったりします。対処方法やケア方法をお伝えします。



日程：4月17日(金)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。

～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：4月11日(土)

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：2階パーソナル室
相談員：行政書士 林田知子 行政書士 矢澤めぐみ

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。

4月9日(木)14:00～17:00
4月25日(土)17:00～19:00
4月30日(木)18:00～20:00



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階ゴルフフレンズ個室
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)

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)
- ◎ガーデニング教室(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。