

近鉄文化サロン阿倍野

春から始まる新講座

心おどる学び、
はじめよう！

チラシ掲載の講座の
▼お申込みはこちら▼



入会金について

通常5,500円の入会金が
WEBならいつでも入会金無料！
ぜひWEBからお申込みください。

いまならお得！

体験レッスン受講後、
当日にご入会(ご入金)をいただくと
受講料が**200円(税込)割引に。**

入会と受講のご案内



※お申込み前にご覧ください

リ

旅する世界の美術館 (全6回)

世界を旅するように、名画と出会ってみませんか。世界を代表する美術館を取り上げ、名画が生まれた背景や鑑賞のポイントをお伝えします。名画の魅力をひも解く世界旅行へ出かけましょう！

■アートナビゲーター (美術検定1級) 琴見 ゆり

■第2(火) 10:30~12:00 (初回:4/14)

■(全6回)月1回 6ヵ月 19,602円
※1回単位の受講もできます(3,487円)



新

片手で弾ける♪

ミニキーボードアンサンブル あべの

童謡や歌謡曲を片手で楽しくアンサンブル。仲間と笑顔で音楽を楽しみましょう！初めての方も気軽にどうぞ。

■大人のピアノ研究会代表 三上 香子

■第1・3(水) ①10:30~11:30 ②11:40~12:40 (初回:4/1)

■月2回 3ヵ月 各18,810円
※初回のみテキスト代1,500円別途要

体験101 初めての方も安心の音楽体験♪
3/4, 18(水) ①10:30~11:30 ②11:40~12:40 各3,135円



新

かわいいミニチュアフード 協会認定レッスン (基礎・全6回)

粘土の扱い方の基礎から、アイデアを活かした作品づくりまで学べます。基礎6回、応用6回の全12回修了で認定試験にもチャレンジできます。

■日本ミニチュアフード協会 認定講師 さとり

■第2(金) 11:00~13:00 (初回:4/10)

■(全6回)月1回 6ヵ月 39,006円
※初回のみ教材費7,700円別途要



新

～韓国の伝統を学ぶ～

茶菓子作りとお茶の教室 (入門編・全12回)

韓国の茶文化の歴史をふまえ、伝統的なレシピで実習します。茶菓子の試食とそれに合う韓国茶のペアリングを楽しめます。

■(社)韓国茶文化協会 京都支部長/理事 趙 和美

■第3(木) 13:30~15:30 (初回:4/16)

■月1回 3ヵ月 15,015円※材料費込

体験102 伝統的茶菓子「茶食」作りとお茶のペアリング
3/19(木) 13:30~15:30 5,005円※材料費込



新

～ミシン不要！本革でつくる 本格レザーアイテム～

大人上品カジュアルバッグ

ミシンを使用せず、専用の工具(カシメ)と両面テープのみで、本格的なレザーアイテムを制作します。高級感のある本革で、生地の裁断から仕上げまで、3回で1作品のベースで作り上げます。

■一般社団法人 グルージュ協会 代表理事 柴田 真由美

■第4(月) 10:30~12:30 (初回:4/27)

■月1回 3ヵ月 25,245円
※材料費込



新

めざそう健康長寿！ 「びんしゃんきらり」と生きるヒントをあなたに

いつまでも健康で人生を楽しむためのヒントが満載！「体・頭・心」の元気づくりをテーマに、不安をなくし、毎日をきらりと輝かせる、簡単で楽しくできるワンポイントアドバイスをお届けします。

■健康管理士一般指導員 (健康管理能力検定1級) 染川 かず子

■第3(水) 13:30~15:00 (初回:4/15)

■月1回 3ヵ月 10,230円



リ

奈良まほろば歴史講座 「奈良まほろばソムリエの奈良歴史探訪」 ～「飛鳥・藤原の宮都」の時代を考える～ (全9回)

世界遺産登録を目指している「飛鳥・藤原の宮都」。奈良まほろばソムリエの会の多彩な講師陣が月替わりで飛鳥・藤原の魅力を講義します。

■奈良まほろばソムリエの会 藤永 泰雄ほか

■第1(月) 13:00~15:00 (初回:4/6)

■(全9回)月1回 9ヵ月 21,285円
※振替不可



新

座ったままでできる！ 笑顔が花咲く 足腰健康美体操

姿勢が前屈みになる、足腰・全身の筋力が弱くなった、痛い部分を我慢している方に、心身共に楽になっていただける講座です。無理なく予防に努めたい方にもオススメです！是非ご体感ください！

■リンパ健康セラピスト 山城 敦子

■第2・4(金) 16:30~17:30 (初回:4/10)

■月2回 3ヵ月 20,460円

体験103 イスを使った体操をします。無理のない動きで、体を整えましょう
3/13, 27(金) 16:30~17:30 各2,640円



新

ダンス経験不要！

ZUMBA(ズンバ)

ラテンの音楽に合わせて踊るダンスフィットネスエクササイズです。どなたでもお気軽に楽しんでいただけます。

■JWI ZUMBAインストラクター JUN

■第2・4(水) 11:30~12:30 (初回:4/8)

■月2回 3ヵ月 16,500円

体験104 お気軽にZUMBAを体験
3/11, 25(水) 11:30~12:30 各2,750円



新

自分らしく歌うヴォーカル 基礎レッスン

J-POPやスタンダードナンバー、懐かしの歌謡曲など、心に響く様々なジャンルの曲を楽しむ歌いながら、発声の基礎やボーカルテクニックを学びましょう。

■ボイストレーナー 今西 千佳子

■第2・4(火) 10:00~11:30 (初回:5/12)

■月2回 3ヵ月 18,612円

体験105 楽しく歌って心豊かな毎日を過ごしましょう
4/14, 28(火) 10:00~11:30 各3,102円



リ

美文字教室 (漢字・かな・筆ペン習字・実用書)

美しく整った文字を習得できるよう、基礎から懇切に指導します。また段階取得を目指した練習もできます。

■日本書芸一科審査員 読売書法展幹事 藤原 耿山

■第1・2・3(月) 13:00~15:00 (初回:4/6)

■月3回 3ヵ月 20,889円

体験106 すぐに役立つ実用書からはじめよう
4/6, 13, 20(月) 13:00~15:00 各2,640円



新

～大人の雑学～

ヨーロッパ五大王室の物語 (全20回)

西洋文化を代表する五大王室の発祥から発展を西洋史、西洋美術から紐解く講座です。ヨーロッパの壮大な歴史と文化を五感で楽しむような、深く充実した学びの時間を楽しみましょう。

■GIA.GG(米国宝石学宝石学課程卒業) 喜多 健

■第4(金) 10:30~12:00 (初回:4/24)

■月1回 3ヵ月 12,375円



＜期間限定 特別体験＞1,100円でお会いしよう 新しいヨガ♪

リ

腸活YOGA

お腹まわりをしっかり動かして腸の動きをサポート！腸を整え、心と身体を軽やかに。しなやかに内側から整う腸活YOGA。自分をいたわるひとときを楽しみませんか？

■ヨガ講師
AYAKA



■第1・3(水)
10:30～11:30
〈初回:4/1〉

■月2回 1ヵ月
6,600円
※1回単位の受講もできます(4,400円)

体験 107 呼吸と動きで内側から整えていきましょう
3/4、18(水) 10:30～11:30
各1,100円

新

カラダの歪みを整えるヨガ

呼吸と共に体を動かして、体の歪みを整えます。気の流れを良くし、心と身体を健康度をアップさせましょう。

■ヨガ教室マダム・フキ認定講師
滝口 陽子



■第2・4(月)
10:30～11:45
〈初回:4/13〉

■月2回 3ヵ月
14,520円

体験 108 カラダの歪みを整え、心と身体を健康度をアップさせましょう
3/9、23(月) 10:30～11:45
各1,100円

新

龍村式指ヨガ ～指を使った健康法～

手のひら、手の甲、手足の指、足の裏を揉みほぐし刺激することで健康促進を促す健康法を学びます。温熱器で血流アップ！冷房による冷え対策にも最適です。

■温熱指ヨガセラピスト
紀ノ本 恵美



■第1・3(火)
10:30～12:00
〈初回:4/7〉

■月2回 3ヵ月
15,642円

体験 109 手や足の指を揉み解し、体を整えましょう
3/17(火) 10:30～12:00
1,100円

リ

リラックス・ヨーガ

ヨーガの体操は身体を通して行う瞑想といわれ、どなたでもできる心身の健康法です。ゆったり深い呼吸をしながら身体と心を調整していきましょう。

■日本ヨーガ禅道友会認定教師
森 真弓



■第2(水)
15:00～16:30
〈初回:4/8〉

■月1回 3ヵ月
8,481円

体験 110 巡りの良い健やかな体を一緒に目指しましょう
4/8(水) 15:00～16:30
1,100円

新

【見学ツアー付き】 かっこいい老人ホームの選び方 ～中・高価格帯老人ホーム選び～ (全4回)

「入居一時金」がある老人ホームの選び方が学べます。料金に見合った老人ホームを選びたい方のための講座です。現地日程①②のどちらかを選んでお申込みください。

■はる社会福祉士事務所 代表
佐々木 さやか



■第4(水)
13:30～15:30
〈初回:4/22〉
現地日程:5/27
①11:00～12:30
②13:00～14:30

■(全4回)月1回 4ヵ月 21,780円

リ

神話を知れば 現代日本がわかる ～古事記から読み取る言霊の力～

前半6回は神々・天皇の言葉(会話)、後半6回は神々や天皇の歌を題材にして、言霊が発した力が現代日本にいかん生きていて、私たちの思考や価値観を決定づけているかを学びます。

■元産経新聞編集長
安本 寿久



■第3(木)
13:00～14:30
〈初回:4/16〉

■(全12回)
月1回 6ヵ月 16,104円

新

アドラー心理学体験型講座 (全8回)

体験を通じて学ぶ楽しい心理学です。今回のEGGでは勇気付けを学びます。あらゆる人間関係に悩みを持たれている方に大きな気づきを得ていただける内容です。

■アドラー心理学EGGチューター
中島 美恵子



■第3(金)
10:30～12:00
〈初回:5/15〉

■(全8回)月1回 4ヵ月
11,968円
※初回のみ教材費5,500円別途要

体験 111 アドラー心理学を体験してみよう
4/17(金) 10:30～12:00
3,003円

新

シニアのためのかんたん 英会話(入門)

もう一度中学英語から学びませんか？現在の中学校で使用されている英会話を中心としたテキストを基に、日常会話を話せるようになることを目指すクラスです。

■my English school 主宰
岸本 真由美



■第2・4(月)
11:30～12:45
〈初回:4/13〉

■月2回 3ヵ月
19,932円

体験 112 英語であいさつ・英語でゲーム
3/23(月) 11:30～12:45
2,640円

リ

～股関節のチカラ～ 真向法体操(月2回)

4種類の基本動作を中心に要の腰、股関節、骨盤の歪みを少しずつ整えながら全体を柔軟にする体操です。

■(公財)真向法協会
大阪健康真向法会八段教士
千葉 郁子ほか



■第1・3(土)
10:15～11:45
〈初回:4/4〉

■月2回 3ヵ月 14,850円

体験 113 柔軟性を回復させるために4つの動作と呼吸法を学びましょう
3/7、21(土)10:15～11:45
各2,585円

新

のどを鍛える健康声磨き®講座

声がかすれて出にくい方におすすめです。呼吸法や発声法を改善し、のどと声を鍛えて健康に！

■(一社)日本声磨き普及協会
認定インストラクター
染川 かず子



■第3(水)10:30～12:00
〈初回:4/15〉

■月1回 6ヵ月
18,810円
※初回のみテキスト代 2,090円別途要

体験 114 正しい呼吸法、発声方法、表情筋ストレッチを学びます
3/18(水)10:30～12:00
2,585円

共催・連携講座

大学や博物館ほかと共催または連携している講座です

歴史・文化セミナー

■3/7(土):「木造校舎の建築遺産」
神戸情報大学院大学 客員教授
川島 智生

■4/4(土):「金峯山寺と春の奈良国立博物館特別展の魅力」
金峯山寺寺史研究室長
池田 淳

各日:13:30～15:00
会員:各日2,200円、一般:各日2,750円

他にも大学等の共催講座が多数ございます。
詳しくはこちら⇒



shumian

あけいこスポット

全ての講習会にスターバックスのコーヒー付き！

マネーセミナーや、刺しゅうなどの講座が多数ございます。
詳しくはこちら⇒



会場はあべのハルカス近鉄本店ウイング館
3階東スターバックスコーヒー横です

4月入会月
限定講座は
こちら⇒



Kintetsu 近鉄文化サロン 阿倍野
総合カルチャーセンター

HPはこちら



←WEBからのお申込み・入金が便利です！

このチラシ以外にも約800講座ございます。ホームページをご覧ください。

(06)6625-1771 〒545-0052 大阪市阿倍野区阿倍野筋2-1-40 and4階

[受付時間] 10:00～18:30 ※2026年3月末までは10:00～19:00(日曜10:00～16:00)
休業日:3/30(月)、31(火)、4/29(水・祝)～5/5(火・祝)、7/29(水)、8/11(火・祝)～8/15(土)、8/30(日)、8/31(月)

