

近鉄文化サロン阿倍野

秋から始まる新講座

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

新

ベラボンで楽しむ 季節の多肉植物の寄せ植え

土の代わりにヤシの実チップ「ベラボン」を使い、可愛い多肉植物の寄せ植えを作ります。基礎から楽しく学べるので、初めての方でも安心してご参加いただけます。

- アトリ江華もみじ
ディプロマ講師No146
中川 晴美
- 第4(金)
13:00~15:00
〈初回:10/23〉
- 月1回 3ヵ月 7,755円 ※材料費別途



体験
101

ヤシの実チップで植える多肉の
寄せ植え体験
9/25(金)13:00~15:00
6,435円 ※材料費込

新

おしゃれな韓国家庭料理を学ぼう ～韓国の発酵食に触れる～

薬食同源の考え方や、キムチをはじめとする発酵文化についても紹介しながら、ご家庭でもおいしく再現できる韓国家庭料理を基礎からわかりやすくレクチャーします。

- 李朝園代表
吉川 創淑 ほか
- 第2(火)
11:30~13:30
〈初回:10/13〉
- 月1回 3ヵ月
19,800円
※材料費込



体験
102

韓国で昔から親しまれてきたお餅を、現代デザートとして再解釈。今、韓国カフェでも注目されている韓国餅の世界を楽しむ学びます。

新

～玄関やリビングに、 そっと季節を～ 暮らしを彩る「布絵の小さな額」

20cm角の小さな額の中に、布や刺しゅうで季節を表現します。毎月、四季折々のモチーフを楽しく制作します。玄関やお部屋に飾る作品づくりを楽しみましょう。

- ファブリックリエーター
吉田 さき予
- 第4(金)
10:30~13:00
〈初回:10/23〉
- 月1回 3ヵ月
11,055円
※材料費別途



体験
103

韓国で昔から親しまれてきたお餅を、現代デザートとして再解釈。今、韓国カフェでも注目されている韓国餅の世界を楽しむ学びます。

新

四季を楽しむ韓国餅デザート作り

韓国で昔から親しまれてきたお餅を、現代デザートとして再解釈。今、韓国カフェでも注目されている韓国餅の世界を楽しむ学びます。

- 李朝園代表
吉川 創淑 ほか
- 第3(火)
13:00~15:00
〈初回:10/20〉
- 月1回 3ヵ月
19,800円 ※材料費込



体験
104

韓国で昔から親しまれてきたお餅を、現代デザートとして再解釈。今、韓国カフェでも注目されている韓国餅の世界を楽しむ学びます。

新

心をつなぐ絵手紙 ～描いて、語って、響き合う～

描いて、語って、温かな時間を共有しませんか？上手いより、あなたらしさを大切に。ちょっと不思議で温かい絵手紙教室です。

- 絵手紙作家
のこ
- 第3(土)
10:15~12:30
〈初回:10/17〉
- 月1回 3ヵ月 13,200円



体験
105

トマトを描き、消しゴム名前印を
作ります
9/19(土)10:15~12:30
4,400円

新

絵本で楽しむ 英語朗読の世界

音楽のように「英語の音」を楽しみませんか。英語朗読で絵本の世界を鮮やかに創り上げていきましょう。

- 英語講師
上尾 友栄
- 第2・4(金)
10:30~12:00
〈初回:10/9〉
- 月2回 3ヵ月
18,810円



体験
106

英語の音とリズムで絵本の世界を
楽しみましょう
9/11、9/25(金)10:30~12:00
各 2,585円

リ

旅する世界の美術館Ⅱ (全6回)

世界を旅するように、名画と出会っていませんか？歴史的背景・鑑賞のポイントをわかりやすくお伝え。美術館の魅力をひも解く旅へ一緒に出かけましょう！

- 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:10/13〉
- (全6回)月1回 6ヵ月 20,262円
※1回単位の受講もできます(3,597円)



体験
107

世界を旅するように、名画と出会っていませんか？歴史的背景・鑑賞のポイントをわかりやすくお伝え。美術館の魅力をひも解く旅へ一緒に出かけましょう！

新

<女性限定> 魅力あふれる歩き方

疲れにくい歩き方、魅力あふれる歩き方を学べます。ウォーキングレッスンが未経験者向けの講座です。

- ウォーキング講師
椋本 浩子
- 第1・3(金)
13:00~14:00
〈初回:10/2〉
- 月2回 3ヵ月 16,830円



体験
108

歩くことは全身運動です。「健康」と「美しい歩き方」を手に入れましょう
9/4、9/18(金)13:00~14:00
各 2,805円

新

3ヵ月で学ぶ 6色で描く風景水彩画

6色でサッと描けるペン画を始めませんか？講師のお手本付きなのでどなたでもわかりやすい内容です。

- 画家
やなか しのぶ
- 第2・4(火)
13:00~15:00
〈初回:10/13〉
- 月2回 3ヵ月
24,750円



体験
109

画材・混色を説明し、制作後に
合評します
9/22(火)13:00~15:00
4,125円

新

はじめてのマヤ暦講座 (全6回)

マヤ暦は、宇宙のリズムと調和させ、境界線のない『愛のフナエス』を生きるための心のカレンダーです。自分自身の本来の輝き(KIN)を優しく紐解いてゆきます。

- MAYAカラー®
地区マスター
長尾 麻夕
- 第3(水)
13:00~14:30
〈初回:10/21〉
- (全6回)
月1回 6ヵ月 20,790円



体験
110

マヤ暦は、宇宙のリズムと調和させ、境界線のない『愛のフナエス』を生きるための心のカレンダーです。自分自身の本来の輝き(KIN)を優しく紐解いてゆきます。

新

スケッチを楽しもう♪

風景や静物のスケッチ講座。初心者から上級者まで、それぞれのペースに合わせて丁寧にアドバイスします。一緒にスケッチを楽しみましょう！

- 一陽会会員
楠森 道剛
- 第1・3(土)
10:30~12:30
〈初回:10/3〉
- 月2回 3ヵ月 16,962円



体験
111

風景や静物のスケッチ講座。初心者から上級者まで、それぞれのペースに合わせて丁寧にアドバイスします。一緒にスケッチを楽しみましょう！

新

音色を楽しむ ウクレレ教室

持ち方から楽譜の見方まで丁寧に。童謡やポップスを中心に、初心者の方でも弾き語りからソロ演奏へと、確実にステップアップできるようサポートいたします。

- ウクレレ奏者
平野 まさよ
- 第1・3(火)
10:30~11:30
〈初回:10/6〉
- 月2回 3ヵ月 23,430円



体験
112

簡単3つの押さえ方でウクレレを
楽しみます
9/15(火)10:30~11:30
2,805円

体を動かして心身ともに健やかに！

7月新

ジークンドー

ジークンドーを基礎から楽しく学びます。ご自分に合ったペースで、一人一人に合った護身術を身につけます。体格差に関係なく、有効な護身術を身につけたい方にもお勧めできます。

■中村頼永認定/ ダン・インサント公認
ジュンファン・グンファー・
アブランチス・インストラクター
山中 享一



■第1・3(水)
19:00～20:00
■月2回 3ヵ月 19,800円

体験
109

礼法、構え方から始めて
基礎を楽しく学びます
9/2、16(水)19:00～20:00
各 3,300円

リ

からだを整えるピラティス

初めての方でも、安心して受講できるクラスです。かたまった身体を起こし、元気になる身体作りを目指します。身体の癖を知り、バランス感覚を取り戻し、ご自身の身体を整えていきましょう。

■ピラティスインストラクター
谷山 由花



■第1・3(水)
11:45～12:45
〈初回:10/7〉
■月2回 3ヵ月
15,510円

体験
110

元気になる身体作りを体験しましょう
10/7、21(水)11:45～12:45
各 2,585円

リ

～心と体のメンテナンス～ 整体ヨガ

年齢に関係なく、一人一人に合わせた動きで、無理なくスタートできます。正しい呼吸やポーズの実践で自分自身を見つめて、心も身体も整えましょう。

■ヨガ教室マダム・フキ認定講師
白井 琴絵



■第2・4(木)
12:45～14:00
〈初回:9/10〉

■月2回 3ヵ月 14,322円

体験
111

肩こり・腰痛・膝痛の解消
心身のリラックスに
9/10、24(木)12:45～14:00
各 2,420円

新

～気付いて整える～ からだ修正ヨガ

日常生活で生じた偏りやクセに気づき、修正することで整った状態へ導きます。無理に頑張るのではなく、本来の自分らしい元気を取り戻しましょう。

■講師
川端 はる奈



■第2・4(水)
18:30～19:45
〈初回:10/14〉

■月2回 3ヵ月 15,510円

体験
112

左右の違いや偏りに気づき
修正しましょう
9/9、23(水)18:30～19:45
各 2,585円

新

【見学ツアー付き】

かしこい老人ホームの選び方 ～高価格帯老人ホーム選び～ 全4回(座学3回+現地1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2(金)
13:30～15:30
〈初回:10/9〉
【現地日程: 11/13(金)】
①11:00～12:30
②13:00～14:30
■(全4回)月1回 4ヵ月 22,220円

※この講座は、8/17(月) 午前10時から
お申込みいただけます。

新

3回で『笑顔美人』になれる フェイスストレッチング・ ビューティーレッスン(全3回)

お顔のたいそう『フェイスストレッチング』。目・頬・口元の3箇所を鍛えて『笑顔美人』を目指しましょう！

■表情筋インストラクター
垣内 真澄



■第4(水)
13:00～14:00
〈初回:10/28〉

■(全3回)
月1回 3ヵ月 12,210円

新

<女性限定> ～介護に活かす～ アロマとマッサージ (全3回)

介護に役立つアロマとマッサージが学べます。認知症予防・ストレス緩和に役立つ香りの使い方とマッサージは、ご家庭での介護やお仕事にも活かれます。

■看護師
見谷 貴代



■第4(金)
10:15～12:15
〈初回:10/23〉

■(全3回)
月1回 3ヵ月 12,045円

4月リ

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、基礎から懇切に丁寧に指導します。また段級取得を目指した練習もできます。

■日本書芸院一科審査員
藤原 秋山



■第1・2・3(月)
13:00～15:00

■月3回 3ヵ月 20,889円

体験
113

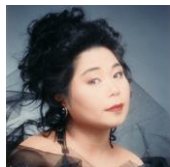
すぐに役立つ実用書からはじめよう
9/7、14、21(月)13:00～15:00
各 2,640円

リ

ーボイストレーニングで 心と体を磨くー 健やか歌声サロン

歌うことを楽しみながら、心と体を幸せかつ健やかな状態に保ち、愛唱歌や世界名曲、時にはヒットソングやクラシック、オペラも取りあげます。

■ソプラノ歌手
中野 陽子



■第2・4(火)
15:00～16:00

■月2回 3ヵ月
14,322円

体験
114

愛唱歌や世界名曲などを歌いましょう
9/8、22(火)15:00～16:00
各 2,145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

■9/5(土)
最澄と空海
京都女子大学名誉教授 瀧浪貞子

■10/3(土)
金箔瓦の誕生ー信長・秀吉の構想ー
帝塚山大学文学部教授 清水昭博

各日:13:30～15:00

会員:各日2,310円、

一般:各日2,860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

おけいこスポット

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

10月入会月
限定・おすすめ
講座はこちら→



ハロー！パソコン教室

パソコン教室 スマホ・タブレット 教室

初心者の方から資格取得まで、
全力でサポートいたします。

本紙をご持参下さい

入会金

通常11,000円

10月まで

※詳細は教室までお問合せください。

0円

あべのand校

無料体験

随時予約受付中

TEL06-6654-8639



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 (日曜10:00～16:00)

休業日: 8/30(日)、31(月)、10/29(木)～10/31(土)、11/29(日)、11/30(月)、12/29(火)～1/4(月)



2026年8月発行