

1 ドリップコーヒー or サイフォンコーヒーの淹れ方

パスタが美味しいドリップコーヒーorサイフォンコーヒーの淹れ方を教えます。最後に自分で淹れたコーヒーとケーキでコーヒーのお話しをしましょう。

3月1日(水)、4日(土)、8日(水)、11日(土)、18日(土)、22日(水)、25日(土)
各日 15:00~16:00
※上記以外の曜日時間のご希望があればお問い合わせください

●会場: NOBCAFE
●講師: 米倉 信夫
●定員: 各回/4名or2組
●持ち物: エプロン、筆記用具
●材料費: 1,000円(コーヒー豆、ケーキ代)
●対象: 無し

NOB CAFE ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~19:00
大阪狭山市大野台2-1-3-3 定休日: 不定休

2 ブロックを使ってロボットを作ろう!

お相撲ロボットを作って、みんなで対戦します。モーターの力をギアで伝えます。強いロボットを作るには...?

ロボットとプログラミングを学びましょう!

3月21日(火)
13:00~14:00
15:00~16:00

●会場: 狭山池前ロボット&プログラミング教室 (ロボクリエーション内)
●講師: 金井 進(塾長)
●定員: 各回/4組
●対象: 幼稚園の年長さんから小学校4年生とその保護者(保護者同伴でお願いします)
●持ち物: 飲み物(喉が潤いた時の為に用意下さい)

狭山池前ロボット教室 ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~20:00
大阪狭山市半田5-1-214-1(広瀬商店2F) 定休日: 火曜日

3 和布で飾った桜小箱づくり

木の小箱に和布で作った桜や花びら等を貼り付けました。インテリアや大事なアクセサリに入れて使ってください。

ちょっと小粋なマダム達の雑貨屋さん

2月28日(火) 10:30~12:00
3月2日(木) 10:30~12:00

●会場: CoCoあんしゅんて
●講師: 辻田 香恵子
●定員: 各回/2名
●対象: 2歳~小学生
●材料費: 800円(材料費)

CoCoあんしゅんて ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~17:00
大阪狭山市西山台3-2-6 定休日: 日曜日

4 墨彩&達磨画

絵手紙、達磨画、紙で作る額、ポチ袋の作成

3月6日(月)、20日(月)
各日10:00~11:30

●会場: カルチャー・オアシス達磨庵 実施: ふれあい工房聖月庵(カルチャー・オアシス達磨庵内)
●講師: 大北 聖月
●定員: 各回/4名
●対象: 老若男女
●持ち物: 無し(道具はお貸しします)

ふれあい工房聖月庵 ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~17:00
大阪狭山市大野台1-3-2-70

5 エンディングノートを楽しくお気軽に書く方法

1級終活カウンセラーが、エンディングノートの書き方を3つのポイントで教えます☆

大切な人の希望が100年続きますように...

3月7日(火)、14日(火)
各日14:00~14:45

●会場: ギフト&おぶつだん専門店 ナディア(株)
●講師: 南 利恵(終活カウンセラー)
●定員: 各回/4名
●対象: 2歳~小学生
●材料費: 500円(エンディングノート代)【ご持参の場合は、無し】
●持ち物: 筆記用具
●対象: 無し

ギフト&おぶつだん専門店 ナディア(株) ■受付開始日: 2月16日(木)~9:00~17:00
大阪狭山市西山台2-1-4-1-2 定休日: 水曜日

6 初めてのヨガ

少人数制!肩こり・腰痛改善に!お子様が一緒でもOK。産後の体型改善やカラダの不調改善に。呼吸にそってゆっくりとカラダ動かして初めてでも大丈夫

ココロとカラダを引き上げて新しい私へ!

2月27日、3月6日、13日、20日(月)10:00~11:00
3月2日、16日(木)
3月4日、11日、18日、25日(土)10:15~11:15

●会場: T.D.S (Tomomi Dance Space) ダンス&カルチャースクール
●講師: 山本 智美
●定員: 各回/13名
●対象: どなたでも
●持ち物: 動きやすい服装、飲み物、タオル
●費用: 500円(施設利用料)

T.D.S (Tomomi Dance Space) ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~21:00
大阪狭山市半田6-1-157-1・2F 定休日: 日曜日

7 武道による基本的な技法の体験

「元気がなにより・シルバー世代の皆さんも始めてみませんか。健康増進・護身術・徳育を基本とした教えです」

3月4日(土)10:00~12:00
3月11日(土)10:00~12:00

●会場: カルチャー・オアシス達磨庵 実施: 達磨拳本部(カルチャー・オアシス達磨庵内)
●講師: 大北 勝弘
●定員: 各回/5名
●対象: 小学1年生以上の男女
●持ち物: 運動できる服装・水筒・タオル

達磨拳本部 ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~17:00
大阪狭山市大野台1-3-2-70 練習日: 土

8 100歳まで自分の足で歩く体の作り方

間違った歩き方は体を壊します?!正しい歩き方は体でドンドン健康にいきます!!人生100年時代!いつでも自分の足で歩く方法を伝えます。

2月27日(月)、3月3日(金)、6日(月)、10日(金)、13日(月)、17日(金)、20日(月)、24日(金)
各日 13:30~14:30

●会場: リハビリ整体サロンKOKOJI あなたの可能性を引き出します!
●講師: 森田 一寿 (理学療法士・アクシスメソッドトレーナー)
●対象: 自分の体に不安やお悩みがある方
●定員: 各回/4名
●持ち物: 水分、動きやすい服装、スニーカー
●材料費: 無し

リハビリ整体サロンKOKOJI ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~12:00/14:00~21:00
大阪狭山市西山台3-5-1-9ラモアレ1ビル2F 定休日: 水・日・祝日

9 あなたの腸キレイですか? 【“腸”美人講座】

今すぐ免疫力&腸内環境UP!!キレイにイキイキ!!自分らしく生きたいあなたへ。ミニ講座とテイクス茶付き。先着2名腸もみ整体体験付き

2月27日(月)、3月3日(金)、6日(月)、10日(金)、13日(月)、17日(金)、20日(月)、24日(金)
各日 15:00~16:00
便秘でお困りの方必見!!

●会場: リハビリ整体サロンKOKOJI
●講師: 森田 一寿 (理学療法士・アクシスメソッドトレーナー)
●対象: 腸をキレイにしたい全ての方
●定員: 各回/4名
●持ち物: 今より良くなりたくない気持ち
●材料費: 500円(テイクス茶代)

リハビリ整体サロンKOKOJI ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~12:00/14:00~21:00
大阪狭山市西山台3-5-1-9ラモアレ1ビル2F 定休日: 水・日・祝日

10 気になる介護脱毛、キッズ脱毛のことがわかる講座

子供のムダ毛に悩むお母さんへの講座でエステ脱毛のメリット・デメリットを知っていただけます。脱毛に関する最新情報を知ることのできる講座です。

3月1日(水)、3日(金)、4日(土)、6日(月)、7日(火)、16日(木)、17日(金)
各日 10:30~11:30/13:00~14:00 (事前にご予約下さい。)

●会場: 美肌・脱毛サロン レイアアップ
●講師: 山口 めぐみ
●定員: 各回/2名
●対象: 女性
●持ち物: なし

美肌・脱毛サロン レイアアップ ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~20:00
※留守電にメッセージを残して下さいこちらから折り返し連絡致します。
大阪狭山市狭山2-9-12-4 井上ビル2階 定休日: 不定休

11 スマホの困ったに全てお答えします

スマホで困っていることはありませんか??なんでもお答えいたします!!

2月28日、3月7日、14日(火)
3月2日、9日、16日、23日(木)
各日10:00~10:50

●会場: パソコン教室ZERO
●講師: 村上 雄一郎
●定員: 各回/5名
●対象: 2歳~小学生
●持ち物: スマートフォン
●費用: 無し

パソコン教室ZERO ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~17:00(月曜日以外)
大阪狭山市狭山5-2-344-5 定休日: 月曜日

12 2オ〜ダンス、バレエ

ダンス・バレエが初めてでも安心です。音楽にあわせて楽しく踊り、姿勢正しく、挨拶、礼儀、仲間との絆を大切に。リフレッシュ

2月27日、3月6日、13日、20日(月)17:20~18:20
3月3日、10日、17日、24日(金)17:30~18:30
3月4日、11日、18日、25日(土)14:20~15:20

●会場: T.D.S (Tomomi Dance Space) ダンス&カルチャースクール
●講師: 山本 智美
●定員: 各回/20名
●対象: 2オ〜小学生 (保護者同伴をお願いします)
●持ち物: 動きやすい服装、飲み物、タオル、上履き
●材料費: 無し

T.D.S (Tomomi Dance Space) ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~21:00
大阪狭山市半田6-1-157-1・2F 定休日: 日曜日

13 トイドローンで学ぶ 簡単プログラミング体験

空の産業革命と言われているドローンを使ってプログラミングを学びます。本講座ではごく簡単な操作を体験していただけます。

2月27日(月)17:50~18:50
3月4日(土)15:50~16:50
3月6日(月)17:50~18:50
3月11日(土)15:50~16:50

●会場: 憩いのパソコン教室 すまいる
●講師: 谷 昌明
●定員: 各回/2組
●対象: 小学生

憩いのパソコン教室 すまいる ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~17:30
大阪狭山市西山台3-1-5-9 定休日: 日曜日・火曜日

14 リトミック 体験レッスン

発達心理学・脳生理学に基づくお子様に無理のないカリキュラム。ピアノや色々な種類の音に合わせて手遊び、歌、身体を使った遊びなど楽しいことがたくさん!

3月7日(火)10:00~10:30(0~1才)
11:00~11:30(2~3才)
3月11日(土)15:00~15:30(0~1才)
16:00~16:30(2~3才)
3月25日(土)15:00~15:30(0~1才)
16:00~16:30(2~3才)

●会場: レンタルスペース colorful-smile
●講師: 田端 亜由美(田端ピアノ教室 リトミック)
●定員: 各回/5組(母子/父子)
●対象: 0歳~3歳11ヶ月(音がすわった)頃からお子様と保護者

レンタルスペース colorful-smile ■受付開始日: 2月15日(水)~9:30~18:30
大阪狭山市西山台6-1-7-6-906 定休日: 土・日・祝日

15 こども英会話体験レッスン

2歳からの英会話ECCジュニア 西山台グリーンコーポ教室で、楽しみながら力がつくレッスン、体験してみませんか?

2月27日(月)15:30~16:30(2歳児・新年年少生)
3月1日(水)15:30~16:30(新小1~3年)
3月4日(土)15:30~16:30(新小中・年長さん)

●会場: レンタルスペース colorful-smile
●講師: ウチエガ有梨 (ECCジュニア 西山台グリーンコーポ教室)
●定員: 各回/4名
●対象: 2歳~新小3年生(その他新小4~6年、中学生の方、お問合せ下さい)

レンタルスペース colorful-smile ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~18:30
大阪狭山市西山台6-1-7-6-906 定休日: 土・日・祝日

16 親子で楽しもう!ベビーマッサージ

親子でリラックスして楽しめるベビーマッサージと一緒に体験しませんか?赤ちゃんの免疫力アップや便秘解消にも!ぎゅーっと幸せな親子時間を!

3月2日(木)、10日(金)、13日(月) 各日10:00~11:00

●会場: レンタルスペース colorful-smile
●講師: 奥本 絵理 (ベビーマッサージ教室 すくっと)
●定員: 各回/3組
●対象: 生後2ヶ月~1歳6ヶ月頃までの赤ちゃんとお母さん

レンタルスペース colorful-smile ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~16:00
大阪狭山市西山台6-1-7-6-906 定休日: 土・日・祝日

17 私立小学校の受験について 帝塚山・はつしば

私立小学校のメリットとは?どのような受験対策をすればいいの?帝塚山学院・はつしば学園・賢明学院など各学校の特色もあわせてご説明します。

2023年度 38名 合格!!

●会場: 有限会社ジーニアス 教育総合研究所
●講師: 島田 裕典
●定員: 3名
●材料費: 無し

2月27日(月)10:00~11:00
3月18日(土)10:00~11:00

有限会社ジーニアス教育総合研究所 ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~18:00
大阪狭山市大野台5-1-9-1 定休日: 不定休

18 私立中学校の受験 帝塚山学院泉ヶ丘等

私立中学校受験について。どのような勉強を?いつごろから?帝塚山学院泉ヶ丘等など各学校の特色もあわせてご説明します。

中学受験の進め方

●会場: 有限会社ジーニアス 教育総合研究所
●講師: 島田 裕典
●定員: 3名
●材料費: 無し

2月27日(月)11:30~12:30
3月18日(土)11:30~12:30

有限会社ジーニアス教育総合研究所 ■受付開始日: 2月15日(水)~9:00~18:00
大阪狭山市大野台5-1-9-1 定休日: 不定休

19 ヘラクレスオオカブトの幼虫土交換体験

世界No.1カブトムシでもあるヘラクレスオオカブトの巨大幼虫に触れる貴重な体験をしてみませんか?成虫も見たり、触ったりできます!

世界No.1カブトムシを体験しませんか?

3月18日(土)、25日(土) 各日11:00~12:00

●会場: ヘラクレスの森
●講師: 永阪
●定員: 各回/4組
●持ち物: よこれてもよい服
●材料費: 500円(交換用の土(マット)・手袋)

ヘラクレスの森 ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~18:00
大阪狭山市大野台4-7-8 定休日: 水曜日

20 今どきも、古風も、着物は楽しむもの!

帯なし!長袴なし!素敵今どきKIMONOファッションもパーティードレスなどの礼装もご自身のお着物をお持ちください

3月2日(木)~3月25日(土)の期間内の木・土曜日 各日 10:00~12:00
※上記以外の曜日時間のご希望があれば、お問い合わせください

●会場: kimono circle
●講師: 田倉 みさ
●定員: 各回/3名
●対象: 女性
●持ち物: お着物の準備物(詳しくはお電話でご相談)

kimono circle ■受付開始日: 2月15日(水)~10:00~12:00
大阪狭山市大野台5-1-9-1 定休日: 不定休

(講座の種類) 講座は4種類に分かれています。講座名の色に注目!!

食べる つくる 美容・健康 学ぶ

受付開始日 各店の講座の申込は、「受付開始日」以降に、各店にお電話で申込みして下さい。営業時間にお気を付け下さい。