

2026
10月-12月Culture Academy
マーサ教室

NEW

かんたんセルフケア
～ゴムバンドで身体を整えよう～
木曜日(第2・4) 10:30～11:30

NEW

日常に活かすタロット講座
水曜日(第1・3) 13:00～15:00

NEW

やさしいそろばん・暗算入門
火曜日(第2・4) 10:00～11:00

NEW

籐(ラタン)で作る色々なかご
火曜日(第2・4) 10:00～12:00

NEW

はじめての韓国語
木曜日(第1・3) 10:00～11:00

NEW

四柱推命入門講座
木曜日(第1・3) 10:30～12:00

NEW

パッチリ スペイン語
火曜日(第1・3) 11:00～12:00

NEW

暮らしを彩るアロマレッスン
金曜日(第1) 19:00～20:30

1day 講座

9/26 13:30～15:00

土

～くらしの心理学～ ト라우マ解消法

講 心理育成講師 嶋 さやか
受 2,200円 材 500円(テキスト代)
持 筆記用具

人とのコミュニケーションや日々の生活の中で「心」の在り方を一緒に考えましょう。約3万人のカウンセリング実績のある講師が生きるヒント、人との上手な付き合い方、トラウマ解消法を人の心理学から分かりやすくお伝えします。



10/5 10:30～11:30

月

フランスワインのお話

講 元アカデミー・デュ・ヴァン名古屋校マネージャー
ソムリエ 伊藤 陽司
受 2,750円 持 筆記用具

産地の特徴を知るとワイン選びやワインの美味しさも変わります。フランス産地の特徴や代表的な銘柄を学びます。
※ワインのテイスティングはありませんので、お車でお越しいただけます。

★ワインボトル
フォイルカッター
プレゼント!

11/18 11/25 各13:00～16:00

水

水

ちりめん細工「ひつじの干支飾り」

講 ちりめん細工作家 二俣 絹恵 (各回定員6名)
受 各1,650円 材 1,200円(1作品分)
持 裁縫道具

ちりめんや和布を使って、来年の干支「未」の飾りを作りましょう。



秋の特別講座

10/7 11/4 12/2

水

～手軽にできる～ デトックス和漢方

10:30～12:00

3回
コース講 食育指導士 マクロビオティックアドバイザー 葛口 里美
受 6,600円(3回分) 材 1,300円(1回分)
持 筆記用具

陰陽五行を使って、食べ過ぎているもの、不足しているものが分かり、未病を改善。野菜の陰(冷やす)陽(温める)などの使い方、調味料の選択も知り、血液サラサラ、お肌もピカピカに!季節に合わせたデトックス効果の試食・試飲もあります。



10/13 11/10 12/8

火

ダウジング占い ～ペンデュラムの使い方～

13:30～15:00

3回
コース講 スピリチュアルカウンセラー SAYAKA
受 9,900円(3回分) 材 500円(テキスト、ペンデュラム代)
持 筆記用具

天然石や金属などのペンデュラム(振り子)の動きは、自分自身の内なる声に耳を傾けるツールです。ペンデュラムの動きを読み解き、質問の答えのヒントを探る方法を学びましょう。自分自身の直感や潜在意識と繋がるためのサポートツールにも。



10/17 11/21 12/19

土

楽しいガーデニング

A 10:00～12:00 B 13:30～15:30

3回
コース講 日本ハンギングバスケット協会認定講師 山口 正子
受 5,610円(3回分)
材 3,800円～(1回分) ※内容によって異なります
持 ビニール手袋、持ち帰りの箱か袋

季節に合わせて、おしゃれな寄せ植えやハンギングを3回コースで楽しめます。植え方や育て方のコツも学びます。
10月/ハロウィン 11月/クリスマス 12月/お正月



10/20 11/17 12/15

火

アロマと食事で整える「腸活レッスン」

10:30～12:00

3回
コース講 (一社)日本ホリスティックアロマライフ協会
ウェルネス認定アドバイザー
(一社)国際感覚協会ミネラルコンダクター 中野 ひとみ
受 4,950円(3回分) 材 500円(1回分) 持 筆記用具

毎日の食事やアロマを取り入れた腸活をご紹介します。無理なく続けられる健康習慣と毎回楽しいアロマクラフト付きです。
①腸を知る!「FODMAP食生活入門」 ②腸と睡眠・自律神経
③腸を元気にするアロマと毎日の食事

