

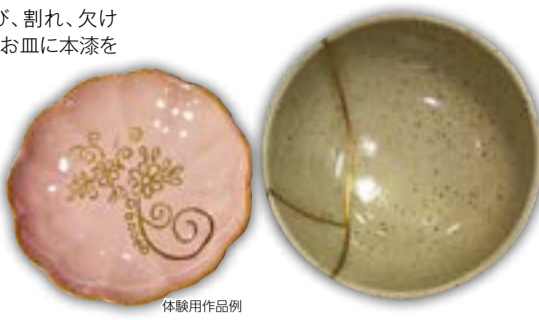
春からはじまる定期講座

体験できる講座もあります。
(1講座につき1回限り)

本漆の金継ぎ

本漆を使って体験から始めてみませんか。ひび、割れ、欠けなどそれぞれに対応してご指導します。体験はお皿に本漆を使って絵を描き、金粉をまいて仕上げます。

- 小島 由美
- 春日部…第4水曜日/3回
10:30~12:30
- 9,000円
- 体験 3/28㊦
3,000円
材料代2,000円
- 越谷…第4金曜日/2回
10:00~12:00
- 6,000円
- 体験 4/26㊦
3,000円
材料代2,000円



春日部 越谷

つまみ細工 初級者コース

春日部 浦和

正絹ちりめんを中心に使います。色使い・柄使いに独特の世界観があり、型崩れしにくいオリジナルのつまみ方で制作します。体験では風花~kazahanaを作ります。

- ひなぎく認定 カワシマ
- 春日部…第2土曜日/2回
10:30~12:30
- 5,764円
- 体験 4/13㊦
2,882円 材料代1,500円
- 浦和…第1金曜日/3回
10:30~12:30
- 8,646円
- 体験 4/5㊦
2,882円 材料代1,500円



素敵におうちパン 午後コース

- 越谷…第2木曜日/3回
14:00~17:00
- 5,181円
- 中山 千秋



越谷 浦和

素敵におうちパン 水曜午後コース

- 浦和…第3水曜日/3回
14:00~17:00
- 5,181円
- 中山 千秋

おひとりずつ作業をしていただく手ごねで作るパン講座です。スイーツ系、お食事系、ハード系などさまざまなパンをわかりやすくお教えします。ご自宅で復習しやすいイラスト解説レシピ付きです。

季節を楽しむ和菓子レッスン

春日部

四季折々の季節を感じさせる和菓子を楽しく丁寧に教えます。お菓子作りが初めての方も簡単にできます。
4月 楽しい春・練り切り生地作り
5月 薔薇
6月 雨の音

- 第3水曜日/3回
10:30~12:30
- 6,600円
- 朱 蜀娟
- 体験 3/27㊦
2,200円 材料代660円



やさしいかぎ針編み教室

北本

アクセサリやバッグなど好きなものをご自分のペースで作ります。体験ではコースターを作ります。



- 第1月曜日/2回
13:30~15:30
- 3,454円
- misaho
- 体験 4/1㊦
1,727円
材料代300円

トールペインティング・デコラティブ 初級・中級

越谷

アクリルや油絵の具で生活雑貨や家具に絵付けを行います。筆使いや色彩について学びながら、作品を創作するノウハウを身に付けていきます。



- 第2土曜日/3回
13:00~15:30
- 6,915円~
- 水野 美生子

はじめてのプリザーブドフラワー

深谷

生花の一番美しい時期に特殊加工を施しているのので、美しさを長期間保ちます。ワイヤリングの基本からアレンジメントまで基礎から丁寧に学びます。

- 第3火曜日/2回
10:30~12:00
- 3,454円
- 木村 敏美
- 体験 4/16㊦
1,727円
材料代2,500円

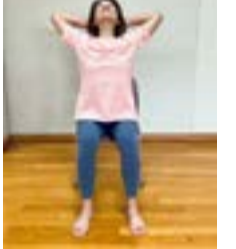


椅子ヨガ呼吸法

春日部

椅子を使った呼吸法で浅い呼吸を見直して免疫力アップ!! スマホ、パソコンなどでお疲れ気味の眼のケアもしていきます。年齢、運動経験に関係なくどなたでもご参加いただけます。

- 第2~4月曜日/6回
10:00~11:15
- 13,200円
- 井上 玲子
- 体験 4/22㊦
2,200円



楽しいカラオケ

新しい曲・話題曲を楽しみながら覚えて歌いましょう!



- 第1木曜日/3回
10:30~12:00
- 6,051円
- 後藤 祐貴子
- 体験 3/21㊦
2,017円
材料代コピー代

富士見

世界の花文字®

北本

吉祥の絵柄を組み合わせて文字を描きます。体験ではハガキサイズの作品「花」を作ります。



- 第2火曜日/2回
10:30~12:00
- 3,454円
- 嬉礼
- 体験 4/9㊦
1,727円
材料代200円

足もみ健康法(官足法)

所沢

台湾の官有謀(かんゆうぼう)氏によって日本に紹介された健康法。足の裏だけでなく膝上10cmくらいまでみほくします。いつでもどこでもご自分でできる健康法です。

- 第1火曜日/2回
10:00~12:00
- 3,454円
- 白善 正代
- 体験 4/2㊦
1,727円 材料代660円グリグリ棒希望者



いきいき健康体操

富士見

転倒やケガの防止に繋がる体操で、体力の維持を目指します。運動が苦手な方も大歓迎。楽しく続けましょう。

- 毎週火曜日/12回
13:00~14:00
- 14,520円
- 谷脇 昭子
- 体験 4/2㊦
1,210円



経絡陰陽ヨガ

前半は深い呼吸と陽のヨガの基本的なポーズでエネルギーを高めます。後半は気血の巡りを促進する陰のヨガで経絡へと動きかけます。リラックスし、眠りや自立神経の調整に効果的です。



- 第1~3木曜日/8回
13:00~14:15
- 13,816円
- リン
- 体験 4/4㊦
1,727円

川越

背骨コンディショニング

深谷

背骨のゆがみを整える運動です。肩こり、腰痛などさまざまな不調の改善、緩和を目指します。

- 第1木曜日/5回
13:30~14:30
- 8,635円
- JUNKO
- 体験 4/4㊦
1,727円



女性 月1回はじめての着付け教室

富士見

小紋や紬などの気楽な着物でお出かけを楽しんでみませんか。体験では半幅帯または名古屋帯の結びかたを学びます。

- 第4金曜日/2回
10:00~12:00
- 3,454円
- 石田 智美
- 体験 4/26㊦
1,727円



はじめての韓国語

富士見

分かりやすく丁寧に指導します。まずは簡単な挨拶から。気軽に楽しく学びましょう。

- 第1~4月曜日/10回
12:30~14:00
- 19,200円
- 金成 姫
- 体験 4/1㊦
1,920円



ゆる〜りウクレレ月1回

大宮

初めての方もやり直しの方もゆる〜り始めてみませんか。

- 第4火曜日/3回
15:10~16:40
- 6,051円
- 平嶋 淳摩
- 体験 4/9㊦
2,017円



子どもキッズクッキング

川越

みんなで楽しく作って楽しく食べましょう! 体験のメニューは数種類の具材からお好きなものを選んで作る4種類のオリジナルパン、スープ、サラダ、ロールケーキです。小学生



- 第3土曜日/2回
10:00~13:00
- 3,454円
- ままごとキッチン
- 体験 4/20㊦
1,727円
材料代1,050円

子どもこどもクッキング 小学生

所沢

4月:米粉のもっちりパンケーキ、野菜スープ
5月:ひき肉と野菜のチーズオムレツ、炊飯器でピラフ、牛乳寒天
6月:ポークチャップ、ボンデケーキ、フルーツゼリー

- 第1土曜日/3回
10:00~13:00
- 5,181円
- 食生活カウンセラーの会

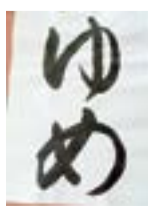


子どもこどもの書道教室

所沢

毛筆と硬筆の両方を学ぶことができます。正しくきれいな字が書けるよう、基礎から丁寧に指導します。

- 第1土曜日/6回
10:00~11:00
- 8,286円
- 徳留 遙照
- 体験 3/16㊦
1,381円 材料代100円

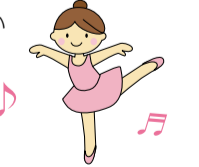


子ども子どもモダンバレエ&ダンス 3歳~6歳

深谷

バレエを基本に自由な表現を取り入れた新しいタイプのダンスです。

- 第1~3土曜日/8回
9:45~10:45
- 12,280円
- 永井 啓子
- 体験 4/6㊦
1,535円



子どもチアダンス&パトーン 3歳~6歳

深谷

幼児期に楽しく音楽によって身体を動かすことにより、リズム感を養い、表現力・感性を高めていきます。

- 第2・4土曜日/5回
10:00~11:00
- 8,635円
- 山田 恵子
- 体験 4/13㊦
1,727円



2024年 4月~9月 保存版 コープみらい カルチャー 定期講座

CO-OP コープみらい
食卓を笑顔に、地域を豊かに。

●表記の受講料は2024年4月~6月分です。
●回数・受講料が変更になる場合があります。
●体験(有料)見学が可能な講座があります。(要予約) 1講座につき1回限りさせていただきます。
●講座の延期や中止、内容が変更となる場合があります。

コーププラザ春日部会場
TEL.048-753-4333 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸			
新 本漆の金継ぎ	第4水 10:30~12:30	3回	9,000円 小島 由美
新 楽しいパッチワークキルト	第2・4金 10:30~12:30	6回	10,362円 主藤 恵子
楽しいパッチワーク・ハワイアンキルト	第2金 13:30~15:30	3回	5,181円
つまみ細工 中級者コース	第1木 13:00~15:00	3回	10,374円 ひなぎく
つまみ細工 上級者コース②	第1木 10:00~12:00	3回	10,374円
新 つまみ細工 初級者コース	第2土 10:30~12:30	2回	5,764円 ひなぎく認定 カワシマ
つまみ細工 上級者コース④	第2土 13:30~15:30	3回	8,646円
やさしいかぎ針編み教室	第2木 10:00~12:00	3回	5,181円 misaho
クラフトバンド	第2水 10:00~12:00	3回	5,181円 岸 麗子
クラフトバンドPMクラス	第2水 13:00~15:00	3回	5,181円
はじめての着物リフォーム 月曜クラス	第1・3月 13:20~15:20	6回	10,362円 伊草 晴美
はじめての洋裁	第1・3金 10:30~12:30	6回	10,362円
はじめての着物リフォーム 金曜クラス	第1・3金 13:20~15:20	6回	10,362円
やすらぎの小仏彫刻	第1・3土 10:00~12:00	6回	15,180円 小澤 一夫
ペネチアンガラスのアクセサリ	第4月 10:30~13:00	3回	5,181円 高杉 由美
ペネチアンガラスのアクセサリ初心者~	第4月 13:30~16:00	3回	5,181円
和裁①	第2・4水 10:00~12:30	6回	10,362円 佐藤 則子
和裁②	第2・4水 13:00~15:30	6回	10,362円
トールペインティング・アメリカンフォーク初級~	第1・3月 10:10~12:40	6回	13,134円 杉田 昭子
パーチメントクラフト	第4月 10:00~12:00	3回	5,181円 新井 絵麻里
ハーダンガー刺繍 1	第2・4水 13:00~15:00	6回	10,362円 鈴木 伊都子
ハーダンガー刺繍 2	第1・3水 13:00~15:00	6回	10,362円
はじめての津軽こぎん刺し	第4金 13:30~15:30	3回	5,181円 岡 のぶ子
パッチワークキルト	第2・4水 13:00~15:00	6回	10,362円 渋谷 政枝
アートクレイシルパーA(純銀粘土)	第4土 13:00~15:00	3回	5,181円 野中 みね子
アートクレイシルパーC(純銀粘土)	第1水 10:00~12:00	3回	5,181円
蔓(つる)と籐の教室	第2・4水 10:00~12:00	6回	13,830円 入澤 美津枝
ハーブ・草木染め染色講座	第3火 10:00~13:00	3回	6,915円 小池 啓子

趣味・教養			
中国茶を楽しむ AM	第4木 10:30~12:30	3回	5,181円 楊 静
中国茶を楽しむ PM	第4木 13:30~15:30	3回	5,181円
女性 脳トレ女性マージャン入門 火曜クラス	第1・3火 14:00~16:30	6回	10,362円 庄司 麗子
女性 脳トレ女性マージャン入門 水曜クラス	第1・3水 14:00~16:30	6回	10,362円
心つたわる絵手紙	第1・3火 10:00~12:00	6回	10,362円 柿沼 佑子
てがみ絵 はがき絵教室	第2・4水 10:00~12:00	6回	10,362円 菅田 友子
よい人間関係を作り人に好かれる「話し方」教室	第1・3火 10:00~12:00	6回	10,362円 秋竹 信子
女性 やさしい着付教室	第1・3火 13:30~15:30	6回	10,362円 鈴木 園子
志野流・香道	第1木 10:00~12:00	3回	6,915円 関根 富佐子
ボールペン習字・筆ペン	第2・4金 13:00~15:00	6回	10,362円 小栗 梢香
朗読教室	第1・3金 10:00~12:00	6回	10,362円 門倉 くみこ
楽しい絵手紙PART 1	第3木 10:30~12:30	3回	5,181円
楽しい絵手紙PART 2	第3木 13:30~15:30	3回	5,181円 石川 まさよ
楽しい絵手紙	第3水 10:30~12:30	3回	5,181円
初めてのフラワーアレンジメント	第1・3火 10:30~12:30	6回	12,342円 朝野 恵美子
短歌に親しむ	第2・4月 10:30~12:30	6回	10,362円 平林 静代

美術			
透明水彩画	第1・3木 13:30~15:30	6回	12,444円 神田 紀和
基本からの日本画	第1・3木 13:00~15:00	6回	12,444円 東京藝術大学講師 東京造形大学講師 後藤 仁
気軽に楽しい色えんぴつ画	第1・3金 13:00~15:00	6回	12,444円 吉崎 京子

料理			
新 マシッコヨ！韓国料理	第2火 10:00~13:00	3回	6,666円 盧 銀淑
新 季節を楽しむ和菓子レッスン	第3水 10:30~12:30	3回	6,600円 朱 蜀娟

料理			
色々な酵母で楽しむパン作り B	第2月 10:30~14:00	3回	6,222円 佐藤 郁子
色々な酵母で楽しむパン作り A	第1火 10:30~14:00	3回	6,222円

音楽			
楽しく歌おう！歌謡曲〜JPOP	第2水 10:30~12:00	3回	6,051円 後藤 祐貴子
はじめての沖縄音楽・三線	第1・3月 14:00~15:30	6回	12,444円 関根 一美
沖縄音楽・三線	第1・3月 15:30~17:00	6回	12,444円
気軽に楽しむウクレレ入門	第1・3月 15:40~17:10	6回	12,102円 平嶋 淳摩
気軽に楽しむウクレレ	第1・3月 14:00~15:30	6回	12,102円
楽しい三味線教室	第2・4木 13:30~15:00	6回	12,444円 白橋 昌江
三味線教室(個人)	第2・4木 15:30~	30分	2,305円
楽しいオカリナ	第1・3木 10:00~11:50	6回	13,830円 三須 健至
楽しむオカリナ	第1・3火 10:00~11:50	6回	13,830円
ハーモニカ教室	第2・4金 14:00~16:00	6回	13,830円 デュオ・そら

ダンス・健康			
新 椅子ヨガ呼吸法	第2~4月 10:00~11:15	9回	19,800円 井上 玲子
ゆがみ修正 ほぐしのヨガ	第1~3金 13:00~14:15	9回	19,800円
女性 ベリダダンス	第1・3水 11:00~12:00	6回	10,362円 Miwa
リラックスヨガ	第1~3月 11:15~12:15	9回	15,543円 星野 美和
やさしい筋トレ体操	第1~3木 12:45~13:45	9回	15,543円 MIKA
やさしいパワーヨガ	第1~3水 13:30~14:30	9回	15,543円 Yukiko
レッツ！ハワイアンフラ	第1~3木 14:00~15:30	9回	15,543円 ヘナニマウナ カウラバみね子
リフレッシュ ストレッチ&DANCE	全週水 15:30~17:00	13回	22,451円 菜摘 莉紗
いきいき自彊術	第1~3木 10:00~11:30	9回	12,096円 赤池 智賀子
介護を必要としない 伝統太極拳(内家拳)	第1~3水 10:30~12:30	9回	16,587円 疋田 純子
モダンバレエ	第1~4土 17:00~18:30	12回	27,660円 ミケ尻 広子
Enjoy!Hawaiian	第1~3金 10:00~11:30	9回	15,543円 杉本 明美
Enjoy!Hawaiian	第1~3月 13:00~14:30	9回	15,543円
足もみ健康法(官足法)	第1木 10:00~11:45	3回	5,181円 大塚 さち子
足もみ健康法(官足法)PM	第1木 12:15~14:00	3回	5,181円

外国語			
韓国語初級	第1・3火 13:00~14:30	6回	11,520円 盧 銀淑
はじめての韓国語	第1~3火 14:45~16:15	9回	17,280円
今日から話せる 楽しい実用英会話	第1・3土 17:00~18:30	6回	12,444円 横田 一郎

キッズ・ジュニア			
こどもバレエ教室 5歳~小学1年	第1~4土 14:00~15:00	12回	27,660円 ミケ尻 広子
モダンバレエ(小学2年~6年)	第1~4土 15:00~16:00	12回	27,660円

コーププラザ越谷会場
TEL.048-989-2301 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸			
新 トールペインティング・デコラティブ 初級・中級	第2土 13:00~15:30	3回	6,915円 水野 美生子
大人かわいいハンドメイド	第3土 10:30~12:30	3回	6,915円 こみね ゆり
季節のニットと タイヤグレースを楽しむ	第1・3木 10:00~12:00	6回	10,362円 小山 安子 大久保 和子
らくらくソーイング	第1~3月 10:00~13:00	9回	15,543円 森重 京子
はじめての着物リフォーム	第1・3火 13:00~15:00	6回	10,362円 伊草 晴美
トールペインティング・アメリカンフォーク	第3水 10:30~16:00	3回	16,599円 杉田 昭子
トールペインティング・アメリカンフォーク	第1土 10:30~16:00	3回	16,599円

趣味・教養			
新 本漆の金継ぎ	第4金 10:00~12:00	2回	6,000円 小島 由美
女性 脳トレ女性マージャン 火曜クラス	第2・4火 10:00~12:30	6回	10,362円 高口 和之
脳トレマージャン入門 金曜クラス	第2・4金 10:00~12:00	6回	8,286円 中山 勇一
「描く」を楽しむ 己書(おのれしょ)	第3月 10:00~11:30	3回	7,260円 青木 美恵
吉祥花文字	第3水 10:30~12:00	3回	7,053円 花文字ソムリエ協会 認定講師

趣味・教養			
朗読講座	第1・3月 10:30~12:30	6回	10,362円 成毛 雪子
女性 きもの着付 初級~上級	第1月 10:00~12:00	3回	5,181円 鈴木 園子
女性 きもの着付 初級~上級	第4水 10:00~12:00	3回	5,181円
てん刻・書道	第1・3木 10:00~12:00	6回	10,362円 渡辺 子洲
実用書道 ボールペン・筆ペン・毛筆 ヨーロピアンスタイルのフラワーアレンジメント	第2・4土 14:30~16:30	6回	10,362円 渡部 葵水
楽しい絵手紙	第4金 10:30~12:00	3回	3,456円 田谷 真美子
	第3金 10:00~12:00	3回	5,181円 石川 まさよ
やさしい手話 中級	第2・4金 10:00~11:30	6回	10,362円 菊地 しげ子
やさしい手話 初級	第2・4金 11:35~13:05	6回	10,362円

美術			
色鉛筆画を楽しむ	第2・4火 10:30~12:30	6回	14,520円 水野 陽子
初めてのやさしい水彩画	第2・4木 10:15~12:15	6回	12,444円 神田 紀和
気軽に楽しい色えんぴつ画	第2・4水 13:00~15:00	6回	12,444円 吉崎 京子

料理			
新 素敵なおうちパン 午後コース	第2木 14:00~17:00	3回	5,181円 中山 千秋
素敵なおうちパン 午前コース	第2木 10:00~13:00	3回	5,181円
季節を楽しむ和菓子レッスン	第2火 10:30~12:30	3回	6,600円 朱 蜀娟

音楽			
気軽に楽しむウクレレ入門	第1・3木 9:30~10:20	6回	8,286円
気軽に楽しむウクレレ	第1・3木 10:30~12:00	6回	12,102円
やさしいウクレレ入門	第1・3木 13:00~13:50	6回	8,286円 平嶋 淳摩
気軽にアコースティックギター	第2土 14:00~15:30	3回	6,051円
気軽にアコースティックギター 入門	第2土 15:40~16:30	3回	4,143円
楽しいオカリナ 入門	第2・4月 10:00~11:50	6回	13,830円 斎藤 潤子
楽しいオカリナ	第2・4月 13:30~15:20	6回	13,830円
楽しいカラオケ	第1・3火 13:00~14:30	6回	12,102円 後藤 祐貴子
体幹・健康 ヴォイストレーニング お筆教室	第1・3金 10:30~12:00	6回	15,204円 小川 素子
詳細はお問い合わせください	第2・4土 10:00~13:00	6回	13,830円 今川 栄子

ダンス・健康			
はじめてのゆっくり気功太極拳	第2・4金 13:30~15:00	6回	10,362円 白井 明拳
はじめてのゆっくり気功太極拳	第1・3土 13:30~15:00	6回	10,362円
趣味のパレエ 基礎	第1~3土 11:15~12:45	9回	15,543円 太田 祥子
大人のゆっくりパレエ入門	第4土 11:15~12:30	3回	5,181円
足もみ健康法(官足法)	第2火 13:00~14:45	3回	5,181円 大塚 さち子
体幹トレーニング はじめてのパレエ	第1・3・4木 11:30~12:30	9回	15,543円 猪原 すみえ
体幹トレーニング はじめてのパレエ	第1・3木 11:30~12:30	6回	10,362円
女性 やさしい健康パレエ	第1~3木 13:00~14:30	9回	15,543円 鬼 知恵
女性 趣味のパレエ	第1~3木 14:45~16:15	9回	15,543円
はじめての自彊術	第2・4月 10:00~11:30	6回	8,286円 石田 信枝
健康をつくる自彊術	第2~4火 10:00~11:30	9回	12,096円
女性 やさしいヨガ・ツボ・骨盤底筋	第2~4月 12:30~14:00	9回	15,543円 高橋 美津子
楽しむ健康太極拳	第1~3水 9:45~11:30	9回	15,543円 渡辺 富枝
女性 はじめてのフラダンス	第1・3水 12:30~14:00	6回	10,362円 河合 としみ
女性 基礎からのフラダンス 入門	第1~3水 14:10~15:40	9回	15,543円
女性 ヘルソヨガ (自力整体予防生活術)	月3回金 10:00~11:45	9回	15,543円 小林 淑江

外国語			
日常英会話 上級	第1~4水 11:10~12:10	11回	18,480円 pera英会話 外国人講師
おもてなし英会話	第1~4水 14:10~15:10	11回	18,480円
はじめての韓国語	第1~3水 10:45~11:45	9回	24,750円 キョンヒ
楽しい韓国語 中級I	第1~3水 11:50~12:50	9回	15,543円
今日から話せる 楽しい実用英会話	第1・3土 13:00~14:30	6回	12,444円 横田 一郎

キッズ・ジュニア			
新 こどもモダンバレエ 小学生	第1~3土 15:00~16:00	9回	13,815円 戸島 千恵
硬筆・毛筆 5歳~中学生	第2・4土 13:00~14:30	6回	10,362円 渡部 葵水

コーププラザ浦和会場

TEL.048-823-3933 10:00~21:00 (日・祝 10:00~18:00)

手芸・工芸

新 つまみ細工 初級者コース	第4火 13:00~15:00	2回	6,916円	ひなぎく
つまみ細工 上級者コース	第4火 10:00~12:00	3回	10,374円	
つまみ細工 上級者コース	第4水 10:00~12:00	3回	8,646円	わたなべけいこ
新 つまみ細工 初級~中級	第1金 10:30~12:30	3回	8,646円	ひなぎく認定カワシマ
つまみ細工 上級者コース	第1金 13:30~15:30	3回	8,646円	
やさしいかぎ針編み教室	第2土 10:30~12:30	3回	5,181円	misaho
着物リフォーム	第2・4火 13:00~15:00	6回	10,362円	伊草 晴美
ハーブ・草木染め染色講座	月1回 10:30~13:30	3回	6,915円	小池 啓子
楽しいステンドグラス (午前コース)	月1回 9:30~12:30	3回	7,773円	鈴木 香緒里
楽しいステンドグラス (午後コース)	月1回 13:00~16:00	3回	7,773円	
トールペインティング・アメリカンフォーク 初級~上級	第2・4火 10:30~13:00	6回	13,134円~16,590円	杉田 昭子
戸塚刺しゅう 初級~上級	第1・3水 10:00~12:00	6回	10,362円~12,102円	菅谷 英子
シャドーボックス	第2・4木 10:00~12:00	6回	10,362円	石井 典子
和裁	月3回 木 10:00~12:30	9回	13,815円	崎川 満寿江
すてきなクラフトバンド	月1回 10:30~12:30	3回	5,181円	maybe
すてきなクラフトバンド	月1回 13:00~15:00	3回	5,181円	
楽しい手織り	第3金 10:15~12:30	3回	5,181円	福島 ますみ
レザークラフト	第1・3金 10:00~12:30	6回	10,362円	鈴木 悦子
ハワイアンキルト	第2・4木 10:00~12:00	6回	10,362円	古積 里江子
ハワイアンキルト	月1回 10:00~12:30	3回	6,915円	

趣味・教養

書道・ペン字教室	第1~3木 16:00~17:30	9回	15,840円	芳蘭
気軽に美文字	月1土 10:30~12:00	3回	5,181円	
女性脳トレ女性マージャン入門月曜クラス	月2回 月 10:00~12:00	6回	8,286円	庄司 麗子
女性脳トレ女性マージャン初心者木曜クラス	第2・4木 13:30~16:00	6回	10,362円	
女性脳トレ女性マージャン入門金曜クラス	月2回 金 9:45~11:45	6回	8,286円	塚本 邦博
書道 入門から上級	第1~3火 10:00~11:30	9回	17,280円	中村 律香
フラワーアレンジメント	第2火 14:00~16:00	3回	5,181円	辻 善子
女性やさしい着付け教室	第2・4木 10:30~12:30	6回	10,362円	鈴木 園子
女性着付け教室 上級コース	第2木 13:30~15:30	3回	6,600円	
楽しむ庭づくり	月1回 土 10:00~13:00	3回	6,915円	鈴木 稔

美術

色鉛筆画を楽しむ	第1・3月 13:00~15:00	6回	14,520円	水野 陽子
絵画を楽しむ	第1・3木 10:00~12:00	6回	10,362円	森村 郁子
やさしい絵画教室	月1回 土 10:30~12:30	3回	6,915円	熊澤 常男

料理

新 素敵におうちパン水曜日午後コース	第3水 14:00~17:00	3回	5,181円	
素敵におうちパン火曜日午前コース	第3火 10:00~13:00	3回	5,181円	中山 千秋
素敵におうちパン火曜日午後コース	第3火 14:00~17:00	3回	5,181円	
素敵におうちパン水曜日午前コース	第3水 10:00~13:00	3回	5,181円	
季節を楽しむ和菓子レッスン	第2水 10:30~12:30	3回	6,600円	朱 蜀娟

音楽

気軽に楽しむウクレレ	第1・3月 10:30~12:00	6回	12,102円	平嶋 淳摩
楽しいオカリナ	第1・3金 10:00~11:50	6回	13,830円	山田 恭弘
ゆっくり楽しい初心者オカリナ	第1・3金 13:15~15:05	6回	13,830円	

ダンス・健康

女性女性のためのリンパセラピー&ストレッチ	第3水 10:00~11:15	3回	5,181円	玉川 直美
はじめてのゆっくり気功太極拳	第1・3金 16:30~18:00	6回	10,362円	白井 明拳
女性骨盤調整ピラティス	全10回 月 15:10~16:10	10回	17,270円	丸田 さつき
女性タイ式ヨガ	全10回 月 14:00~15:00	10回	17,270円	
楽しむ簡化太極拳	第1~3月 10:15~12:00	9回	15,543円	馬場 桂子
やさしい健身気功と初歩からの太極拳	第1~3月 13:00~14:45	9回	15,543円	
女性やさしいピラティス&ヨガ	全7回 月 10:00~11:00	7回	12,089円	YASUKO
女性初心者&シニアのための「ゆ〜ったりヨガ」	全7回 水 11:20~12:20	7回	12,089円	
女性ハワイアンフラ&タヒチアン	第1~3水 13:00~15:00	9回	17,280円	Kealoha Hoakalii
幸せ健康体操 真向法	月2回 水 13:30~15:00	6回	10,362円	児島 昭英
女性ストレッチ&リズム体操	第1・2・4木 10:00~11:30	9回	12,096円	井元 万紀子
足もみ健康法(官定法)	月1回 土 10:00~12:00	3回	5,181円	白善 正代
足もみ健康法(官定法)	月1回 木 13:30~15:30	3回	5,181円	岡山 至

ダンス・健康

女性ベリーダンス	月2回 土 13:00~14:30	6回	15,204円	momi
ヘルスヨガ(自力整体予防生活術)	月3回 土 10:00~11:45	9回	15,543円	
ヘルスヨガ(自力整体予防生活術)	月3回 土 12:30~14:15	9回	15,543円	小林 淑江
ヘルスヨガ(自力整体予防生活術)	月3回 土 15:00~16:45	9回	15,543円	

外国語

フランス語	第1~3水 10:00~11:00	9回	20,745円	江草 ジェラルド
ヴァリエテ・フランセーズ2024~やさしい時事フランス語	第4水 10:00~11:00	3回	6,915円	
日常英会話・初級Ⅰ	第1~4木 11:25~12:25	11回	18,480円	pera ² 英会話外国人講師
楽しいハングル(中級)	月2回 木 10:00~11:00	6回	10,362円	キョンヒ
本気で学ぶハングル講座	第1~3金 11:00~12:00	9回	15,543円	全文 姫
ちょっと日本語で学ぶハングル講座	第1~3金 12:10~13:10	9回	15,543円	

キッズ・ジュニア

キッズ空手 3歳~小学生	第1~4日 16:00~17:30	12回	16,500円	剛柔流空手道指導員
子どもの習字教室(年長~中学生)	第1~3木 16:00~19:00 (5:50~9分程度)	9回	14,850円	芳蘭

夜間・日曜

気軽に楽しむウクレレ・星空クラス	月2回 金 19:00~20:30	6回	12,102円	平嶋 淳摩
親子で楽しむ手ごねパン	月1回 日 10:00~13:00	3回	6,600円	中山 千秋
夜間・ハーブクッキングとアロマセラピー	第1金 19:00~20:30	3回	5,181円	上田 久美子
体幹・健康ヴォイストレーニング	月2回 日 10:00~11:30	6回	15,204円	小川 素子
足もみ健康法(官定法)・日曜クラス	月1回 日 10:00~12:00	3回	5,181円	岡山 至

コーププラザ富士見会場

TEL.049-255-3198 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸

はじめての津軽こぎん刺し	第1金 10:00~12:30	3回	5,181円	岡 のぶ子
ハーブ・草木染め染色講座	第2水 13:00~16:00	3回	6,915円	小池 啓子
はじめてのステンドグラス	第1月 10:30~12:30	3回	5,181円	鈴木 香緒里
はじめてのステンドグラス	第1月 13:30~15:30	3回	5,181円	
トールペインティング・デコラティブ 初級・中級	第2・4木 13:15~15:45	6回	13,830円~	水野 美生子
和裁教室	第1~3火 10:00~12:30	9回	13,815円	佐藤 則子

趣味・教養

新女性月1回 はじめての着付け教室	第4金 10:00~12:00	2回	3,454円	石田 智美
女性 はじめてのきもの着付け教室	第2・4水 13:00~15:00	6回	10,362円	
ポイントを学んでらくらくお片付け	第2木 10:30~12:00	3回	5,181円	森 由香
はじめての絵手紙	第1・3水 10:00~12:00	6回	10,362円	上村 里恵子
心伝える絵手紙	第2・4木 10:00~12:00	6回	10,362円	
季節の花のマンズリーアレンジ	第3水 10:30~12:00	3回	3,456円	田谷 真美子
フラワーアレンジメント	第3月 13:30~15:30	3回	5,181円	長瀬 佳子
プリザーブドフラワー	第2火 10:15~12:15	3回	5,181円	
女性脳トレ女性マージャン入門水曜午前クラス	第2・4水 10:00~12:30	6回	10,362円	庄司 麗子
女性脳トレ女性マージャン入門水曜午後クラス	第2・4水 13:00~15:30	6回	10,362円	
女性脳トレ女性マージャン入門金曜クラス	第2・4金 10:00~12:30	6回	10,362円	安倍 洋平
ボールペン習字・筆ペン	第2・4水 10:00~12:00	6回	10,362円	増川 悦子
ボールペン習字・筆ペン	第2・4水 13:00~15:00	6回	10,362円	
書道・ペン字教室	第1~3木 13:00~14:30	9回	15,840円	芳蘭
やさしい手話 基礎	第1・3月 12:15~13:45	6回	10,362円	菊地 しげ子
やさしい手話 応用	第1・3月 13:45~15:15	6回	10,362円	
朗読教室	第2・4木 10:00~12:00	6回	10,362円	酒井 恵

美術

色鉛筆&パステル画教室	第1・3木 13:00~15:00	6回	14,520円	水野 陽子
-------------	-------------------	----	---------	-------

音楽

新 楽しいカラオケ	第1木 10:30~12:00	3回	6,051円	後藤 祐貴子
沖縄音楽・三線	第2・4金 13:30~15:00	6回	12,444円	下村 宏美
気軽に楽しむウクレレ	第1・3金 10:30~12:00	6回	12,102円	平嶋 淳摩

ダンス・健康

新しいいきいき健康体操	毎週 火 13:00~14:00	12回	14,520円	
フィットネス&ヨガ	第2~4月 10:00~11:30	9回	13,815円	谷脇 昭子
さわやか健康増進体操	毎週 火 9:45~10:45	13回	15,730円	
リラクゼーションヨガ	毎週 火 14:30~15:45	13回	18,733円	

ダンス・健康

健康体操	第1~4木 11:15~12:15	12回	14,520円	
簡単！筋力アップ&柔軟体操	第2~4木 12:30~13:30	9回	10,890円	谷脇 昭子
エンジョイ!ヨガ	第1~4木 15:45~16:45	12回	17,292円	
からだリセットヨガ	第1・3・4土 12:15~13:25	9回	13,815円	
趣味のパレエ 月曜クラス	第1~3月 11:45~13:15	9回	15,543円	
やさしい健康パレエ月曜クラス	第1~3月 13:20~14:50	6回	10,362円	鬼 知恵
やさしい健康パレエ金曜クラス	毎週 金 15:00~16:30	12回	20,724円	
ピラティス 月1回クラス	第2火 11:00~12:00	3回	5,181円	石崎 公美
シェイプアップ骨盤ピラティス	第1~3火 13:00~14:00	9回	15,543円	
からだ健やか太極拳	第1・3火 11:00~12:30	6回	8,646円	伊藤 ゆみ
はじめての健やか太極拳	第2・4土 9:45~10:45	6回	7,260円	
ゆったりめぐらせヨガ	第1金 10:00~11:15	3回	4,605円	篠塚 小代子
月1回のからだケア	第3金 10:00~11:15	3回	4,605円	
女性ハワイアンフラ 中級	第1~3木 14:00~15:30	9回	17,280円	中村 秀子
足もみ健康法(官定法)	第1土 10:00~12:00	3回	5,181円	金野 雅江
足もみ健康法(官定法)	第3土 10:00~12:00	3回	5,181円	
Enjoy! Hawaiian	第1~3土 14:00~15:30	9回	15,543円	杉本 明美
やさしいヨガとリズム	第2・4水 9:45~11:00	6回	9,210円	前田 八重子

外国語

新 はじめての韓国語	第1~4月 12:30~14:00	10回	19,200円	
韓国語 中級	第1~4月 9:50~11:20	11回	21,120円	金 成姫
韓国語 初級2	第1~4土 11:45~13:15	11回	21,120円	

キッズ・ジュニア

子どもの習字教室 年長~小学生	第1~3土 14:00~16:00 (5:50~9分程度)	9回	14,850円	芳蘭
スキップからのこどもパレエ 4歳~	第1~4月 15:10~16:00	11回	15,191円	パレエスタジオレッツ
ジュニアパレエ	第1~4月 16:00~17:00	11回	16,885円	
赤ちゃんと一緒に ママヨガ	第1~3火 11:15~12:00	9回	10,368円	谷脇 昭子
ママと一緒に ヨガ 1歳~	第1・3・4土 14:00~14:45	9回	10,368円	
キッズ絵画工作&ジュニア美術	第1・3土 13:00~14:00	6回	10,362円	関口 真佐美

コーププラザ所沢会場

TEL.04-2992-2595 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸

楽しいステンドグラス	第2火 14:00~17:00	3回	7,773円	鈴木 香緒里
楽しいステンドグラス	第4火 9:45~12:45	3回	7,773円	
楽しむソーイング	第1~3火 10:00~13:30	9回	19,305円	高橋 恵子
トールペインティング・デコラティブ 初級~中級	第2・4火 10:00~12:30	6回	13,830円~	水野 美生子
手織りを楽しむ 入門	第3水 10:00~12:30	3回	5,181円	中里 紀子
気軽にかぎ針編みを楽しもう	第1・3金 10:00~12:30	6回	10,362円	tagu.
つまみ細工	第3金 10:30~12:30	3回	8,646円	ひなぎく認定講師
辻善子の花とアクセサリーの手作り教室	第3土 10:00~12:00	3回	5,181円	辻 善子
フルーツ&ソープカービング	第4土 13:30~15:30	3回	8,646円	佐藤 薫

趣味・教養

女性脳トレ女性マージャン入門月曜クラス	第1・3月 10:15~12:15	6回	8,286円	中山 勇一
女性月1回はじめての着付け教室	第4月 10:00~12:00	3回	5,181円	石田 智美
楽しむ絵手紙	第4月 13:30~15:30	3回	5,181円	北村 千秋
女性健康レディースマージャン	第1・3月 13:00~16:00	6回	10,362円	二宮 真美枝
楽しむ書道 初級	第1・3火 10:00~12:00	6回	10,362円	徳留 遙照
女性健康レディースマージャン	第1・3水 10:00~13:00	6回	10,362円	横山 千代子
かな書道・俳画				

ダンス・健康

新 足もみ健康法(官足法)	第1火 10:00~12:00	2回	3,454円	白簀 正代
女性 はじめてのハワイアンフラ	第1~3月 11:00~12:30	6回	10,362円	小林 るり子
リフレッシュヨガ	第1~3月 13:30~14:45	9回	13,815円	斉藤 しのぶ
大人のバレエ	第1~3水 13:00~14:30	9回	15,543円	太田 祥子
骨盤スリム体操	第1~3水 14:00~15:15	6回	10,362円	坂本 典子
脳トレリズム体操	第1~3木 10:30~12:00	9回	12,096円	石坂 美津子
骨盤調整ピラティス	第1~3木 13:30~15:00	9回	15,543円	田中 由季子
やさしいピラティス	第2~4金 10:00~11:15	6回	9,330円	
ゆったりめぐるせヨガ	第1~3金 13:30~14:45	6回	9,210円	篠塚 小代子
足もみ健康法(官足法)	第3土 10:00~12:00	3回	5,181円	
足もみ健康法(官足法)	第3土 13:30~15:30	3回	5,181円	岡山 至
足もみ健康法(官足法)	第4土 10:00~12:00	3回	5,181円	
身体を見直すリンパストレッチ	第4土 14:15~15:45	3回	5,181円	大島 弥生子

外国語

韓国語 基礎	第1~3火 13:00~14:00	9回	15,543円	全文姫
韓国語 入門	第1~3火 14:10~15:10	9回	15,543円	
ゼロからスタートする韓国語	第1~3水 10:00~11:00	9回	15,543円	
本気で学ぶハングル講座	第1~3水 11:10~12:10	9回	15,543円	
ゆっくり学ぶ英会話 入門	第1~4金 10:30~11:30	11回	18,480円	pera ² 英会話 外国人講師
英会話上級	第1~4金 12:30~13:30	11回	18,480円	

キッズ・ジュニア

新 こどもクッキング 小学生	第1土 10:00~13:00	3回	5,181円	食生活 カウンセラーの会
新 こどもの書道教室	第1~3土 10:00~11:00	6回	8,286円	徳留 遙照
こどもバレエ 4歳~	第1~4水 16:45~17:35	11回	15,191円	バレエスタジオ レット
キッズ絵画工作&ジュニア美術	第1~3土 10:00~11:00	6回	10,362円	関口 真佐美

コーププラザ川越会場

TEL.049-226-1393 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸

やさしい草木染め講座	第4火 10:00~13:00	3回	6,915円	小池 啓子
やすらぎの小仏彫刻	第2~4土 10:00~12:00	6回	15,180円	服部 進
七宝焼きで作るアクセサリーから額絵まで	第2火 10:00~15:00(30分休憩あり)	3回	12,441円	柴沼 千鶴子 田口 靖子
デコパージュ&ガラスアート	第2金 10:00~12:00	3回	5,181円	伊藤 恵子
フルーツ・ベジタブル&ソープカービング	第4木 13:00~15:00	3回	8,646円	佐藤 薫
ビーズアクセサリー	第4火 10:00~12:30	3回	6,915円	鈴木 清美
楽しいステンドグラス	第4水 10:00~13:00	3回	7,773円	鈴木 香緒里
クラフトバンド	第1月 10:00~12:00	3回	6,900円	竹内 小百合
和裁 入門~	第1~3月 13:00~16:00	9回	15,543円	島村 朋子
簡単!気軽にソーイング	第2~4水 10:00~12:00	6回	10,362円	坂本 成子
大人かわいいかぎ針編みレッスン	第4水 10:00~12:00	3回	6,915円	こみね ゆり
手編み(かぎ針・棒針)	第1~3火 13:30~15:30	6回	10,362円	玉木 和加子
手織りを楽しむ 入門~午前クラス	第4木 10:00~12:30	3回	5,181円	大塚 浩美
手織りを楽しむ 午後クラス	第4木 13:30~16:00	3回	5,181円	
つまみ細工 上級者コース	第4月 13:00~15:30	3回	8,646円	ひなぎく認定 コシゴエ
戸塚刺しゅう	第1~3木 10:00~12:00	6回	10,362円	伊戸 恭子
ハワイアンキルト	第1~3金 10:00~12:00	6回	10,362円	古積 里江子
石粉粘土工芸	第2~4金 10:00~12:00	6回	10,362円	小森谷 春美

趣味・教養

美しいボールペン字	第2~4金 13:00~14:30	6回	13,200円	菅井 恵祥
ペン習字と筆ペン	第2~4月 13:00~15:00	6回	10,362円	小野寺 彰子
古流・心で活ける花	第2~4水 13:00~14:30	6回	10,362円	芳莚 理風
初めての絵手紙	第2火 10:00~12:00	3回	5,181円	上村 里恵子
アトリエ・プチフルール プリザーブド・フラワー	第3火 13:30~16:30	3回	6,600円	木村 典子他
プリザーブドフラワー	第2金 10:30~12:30	3回	5,181円	長瀬 佳子
女性 きもの着付け・着せ付け	第1~3土 13:30~15:30	6回	10,362円	石田 智美
女性 きもの着付	第3火 13:45~15:45	3回	5,181円	武井 美和子
朗読教室	第1~3水 10:00~12:00	6回	10,362円	酒井 恵
女性 脳トレ女性マージャン 午前クラス	第2~4金 10:00~12:30	6回	10,362円	庄司 麗子
女性 脳トレ女性マージャン 午後クラス	第2~4金 13:00~15:30	6回	10,362円	

美術

はじめてのスケッチ ~鉛筆デッサンから着色まで~	第2~4土 10:00~12:30	6回	13,446円	近藤 博昭
楽しむ色えんぴつ画	第2~4月 10:00~12:30	6回	13,830円	あすか けん
いろえんぴつ画 入門	第3水 10:30~12:00	3回	9,636円	松山 俊彦

美術

水彩色鉛筆で楽しく描こう	第2~4火 10:30~12:30	6回	13,200円	土屋 泉太
木版画を楽しむ	第1~3月 13:30~16:00	6回	19,272円	五所 菊雄
仏教美術 仏像を彫る 火曜クラス	第4火 13:30~15:30	3回	8,745円	菊地 文子
仏教美術 仏像を彫る 土曜クラス	第1土 14:00~16:00	3回	8,745円	
これからはじめる日本画	第1~3~4土 10:30~13:00	9回	26,829円	安田 敦夫
日本画のためのデッサン	第1~3土 14:00~16:00	6回	17,886円	

料理

手打ちそば・うどん作り	第4金 10:30~13:00	3回	7,920円	関根 二三夫
素敵におうちパン 午前クラス	第4月 10:00~13:00	3回	5,181円	中山 千秋
素敵におうちパン 午後クラス	第4月 14:00~17:00	3回	5,181円	

音楽

気軽に楽しむウクレレ	第1~3水 10:30~12:00	6回	12,102円	平嶋 淳摩
超やさしいウクレレ入門	第1~3水 13:10~14:40	6回	8,286円	
楽しむオカリナ I	第2~4金 10:00~11:50	6回	13,830円	三須 健至 他
楽しむオカリナ II	第1~3金 10:00~11:50	6回	13,830円	
楽しむオカリナ III	第1~3金 13:00~14:50	6回	13,830円	
体幹・健康ヴォイストレーニング	第2~4金 13:45~15:15	6回	15,204円	小川 素子

ダンス・健康

新 女性 経絡陰陽ヨガ	第1~3木 13:00~14:15	8回	13,816円	リン
新 心と体のリノベーション: 老化防止の習慣トレーニング	第2~4水 10:45~12:00	6回	10,362円	松下 いづみ
女性 ウーマンライフヨガ	第1~3月 14:30~15:45	9回	15,543円	白数 静宜
女性 ヘルソヨガ (自力整体予防生活術)	第1~3水 13:00~14:45	9回	15,543円	小林 淑江
☆リラククス気功とカンフー	第1~3木 15:30~16:45	6回	12,444円	堀 真紗美
女性 ハワイアンフラ 初級~	第1~3金 13:00~14:30	9回	17,280円	川端 恵美子
女性 ハワイアンフラ 中級~	第1~3金 11:15~12:45	9回	17,280円	
女性 シェイプアップ骨盤体操	第1~3木 11:15~12:00	9回	12,429円	石崎 公美
女性 ボディメイクピラティス	第1~3金 16:00~17:00	9回	15,543円	
女性 趣味のバレエ A	第1~4火 10:00~11:30	12回	20,724円	鬼 知恵
女性 趣味のバレエ B	第1~4火 11:45~13:15	12回	20,724円	
女性 ストレッチ&リズム体操	第2~4月 10:00~11:30	9回	12,096円	井元 万紀子
女性 いきいき自強術	第1~3月 11:45~13:15	9回	12,096円	結城 献子
女性 スッキリ全身操 リズムにあわせて楽しく	第1~5金 14:45~15:45	12回	27,456円	酒井 美幸
足もみ健康法(官足法) 火曜クラス	第3火 10:00~12:00	3回	5,181円	金野 雅江
足もみ健康法(官足法) 土曜クラス	第2土 10:00~12:00	3回	5,181円	白簀 正代

外国語

フランス語会話 中級	第1~3~4水 12:45~14:00	9回	25,938円	江草 シェンタル
ハングル月3回講座	第1~3木 10:00~11:00	9回	15,543円	
ハングル基礎講座	第1~3木 11:10~12:10	9回	15,543円	全文姫
パワーアップ! ハングルで脳トレ講座	第1~3木 12:20~13:20	9回	15,543円	
英会話 中級	第1~4月 11:10~12:10	11回	18,480円	pera ² 英会話 外国人講師
みんなの英会話	第1~4月 12:20~13:20	11回	18,480円	
英会話 A	第2~4土 13:10~14:10	6回	10,080円	
英会話 B	第2~4土 14:20~15:20	6回	10,080円	

キッズ・ジュニア

新 キッズクッキング	第3土 10:00~13:00	2回	3,454円	ままごと・ キッチン
こども絵画・工作教室	第2~4土 13:30~15:30	6回	10,362円	近藤 博昭
こどもバレエ 中級	第2~4土 13:45~14:45	6回	10,362円	磯谷 加奈美
小学生からの硬筆・毛筆	第1~3土 10:00~11:30	6回	10,362円	春日 まさ子

女性 脳トレ女性マージャン 健康レディースマージャン

春日部 越谷 浦和 富士見 所沢
川越 深谷 大宮 北本



コーププラザ深谷会場

TEL.048-572-8886 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸

新 イチから刺しゅう・ ニードルワーク	第2金 10:00~12:00	3回	5,181円	makani
やさしいかぎ針編み教室	第3水 10:30~12:30	3回	5,181円	misaho
パッチワーク教室	第2~4土 10:00~12:00	6回	10,362円	秋山 千恵子
やすらぎの小仏彫刻	第2~4木 13:00~15:00	6回	15,180円	服部 進
ワイヤーで作るオルネフラワー	第3木 10:30~12:30	3回	5,181円	川嶋 文恵
手織りを楽しむ	第3月 10:30~12:30	3回	5,181円	大塚 浩美
楽しい手織り	第4火 10:00~12:30	3回	5,181円	町田 裕子
デコパージュ	第3金 10:00~12:00	3回	5,181円	伊藤 恵子
ガラスアート	第3金 13:30~15:30	3回	5,181円	

趣味・教養

新 楽しい朗読教室	第2~4水 10:00~12:00	6回	10,362円	能村 達也
新 はじめての プリザーブドフラワー	第3火 10:30~12:00	2回	3,454円	木村 敬美
女性 脳トレ女性マージャン入門	第1~3土 10:00~12:30	6回	10,362円	新井 みちこ

音楽

はじめてのコカリナ	第1~3金 10:30~12:00	6回	13,830円	吉田 和世
-----------	-------------------	----	---------	-------

ダンス・健康

新 背骨コンディショニング	第1~3木 13:30~14:30	5回	8,635円	JUNKO
女性 やさしいREEJAM [®] (リー ジャム)	第2~4火 10:00~11:00	6回	10,362円	
女性 ストレッチ&ヨガ	第1~3月 10:00~11:15	9回	13,815円	飯野 幸江
女性 かんたんやさしい エアロビクス	第2~4金 10:00~11:15	6回	9,210円	
女性 ハアフラ (フラを踊ろう) A	第2~4月 13:30~14:50	6回	10,362円	今村 芳子
女性 ハアフラ (フラを踊ろう) B	第2~4月 15:00~16:20	6回	10,362円	
女性 ハアフラ (フラを踊ろう) C	第1~3金 10:30~11:50	6回	10,362円	斉藤 正美
女性 女性のための リンパセラピー&ストレッチ	第3火 10:00~11:15	3回	5,181円	玉川 直美
いきいき健康太極拳	第1~3水 10:30~12:00	6回	10,362円	高橋 節子
足もみ健康法(官足法)	第2木 10:00~11:45	3回	5,181円	大谷 恵子
女性 ストレッチ& リフレッシュダンス	第1~3土 12:15~13:30	9回	13,815円	永井 啓子
女性 大人のスマイルチアダンス	第1~3土 14:00~15:30	6回	9,210円	

外国語

日常英会話 中級	第1~4金 14:10~15:10	11回	20,152円	pera ² 英会話 外国人講師
ゆっくり学ぶ英会話	第1~4金 15:20~16:20	11回	18,480円	
日常中国語会話	第2~4土 11:30~13:00	6回	10,362円	

キッズ・ジュニア

新 子どもモダンバレエ&ダンス 3歳~6歳	第1~3土 9:45~10:45	8回	12,280円	永井 啓子
子どもモダンバレエ&ダンス 小学生	第1~3土 10:50~11:50	9回	13,815円	
新 チアダンス&バトン 3歳~6歳	第2~4土 10:00~11:00	5回	8,635円	山田 恵子
チアダンス&バトン 小学生	第2~4土 11:15~12:15	6回	10,362円	

気軽に 色えんぴつ画

所沢




フルーツ& ソープカービング

所沢 川越 大宮 北本




コーププラザ大宮会場

TEL.048-668-3065 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸

やさしい草木染め講座	第3木 10:00~13:00	3回	6,915円	小池 啓子
楽しいパッチワーク・ ハワイアンキルト	第3木 13:30~15:30	3回	5,181円	小藤 恵子
つまみ細工	第3木 10:30~12:00	3回	8,646円	わたなべ けいこ
すてきなクラフトバンド	月2回 月 10:30~12:30	6回	10,362円	maybe
はじめての津軽こぎん刺し	第4月 13:30~15:30	3回	5,181円	岡 のぶ子
お洒落なワイヤークラフト	第2木 10:30~12:30	3回	5,181円	岡本 雅子
手編み・タティングレース	第2・4火 10:00~12:00	6回	10,362円	大久保 和子
手織りを楽しむ	第2金 10:00~12:30	3回	5,181円	大塚 浩美
フルーツ&ソーブカービング	第4月 10:00~12:00	3回	8,646円	佐藤 薫
トールペイント・ アメリカンフォーク	第1・3木 10:10~12:40	6回	16,590円	杉田 昭子

趣味・教養

イタリア美術セミナー	月1回 火 14:00~15:30	3回	4,836円	ジュリアーノ デルペーロ
女性 健康レディースマージャン	第1・3金 10:00~12:30	6回	10,362円	渡辺 弘子
女性 きもの着付入門	第2・4火 10:30~12:30	6回	10,362円	平山 和子
筆ペン・ボールペン習字	第2・4金 13:00~15:00	6回	10,362円	高村 菜佳
お芝居をやってみよう! 初心者~	第2・4火 10:30~12:00	6回	10,362円	鷹青 由加子
女性 きもの着付	第1・3金 10:00~12:00	6回	10,362円	水谷 菜穂美

美術

楽しむ色えんぴつ画	第1・3木 13:00~16:00	6回	13,830円	あすか けん
はじめてのスケッチ ~鉛筆デッサンから着色まで~	第2・4月 10:00~12:30	6回	13,446円	近藤 博昭
油絵	第1・3金 10:30~12:30	6回	13,830円	しらいし ともこ
油絵	第1・3金 13:30~15:30	6回	13,830円	

音楽

新 ゆる~りウクレレ月1回	第4火 15:10~16:40	3回	6,051円	平嶋 淳摩
気軽に楽しむウクレレ入門	第2・4火 14:00~15:00	6回	8,286円	
フルートを楽しもう	月2回 金 13:30~15:00	6回	15,204円	
はじめてのフルート	月2回 金 15:10~16:40	6回	15,204円	及川 茂
楽しいオカリナ	月2回 火 13:15~14:45	6回	15,204円	
楽しいオカリナ入門	月2回 火 14:50~16:20	6回	15,204円	
体幹・健康ヴォイストレーニング	月2回 月 10:00~11:30	6回	15,204円	小川 素子
キーボードで始める ピアノレッスンⅠ	第1・3月 10:30~11:45	6回	13,860円	
キーボードで始める ピアノレッスンⅡ	第1・3月 11:50~13:05	6回	13,860円	
キーボード プライベート (1人20分)	第1・3火 ①10:30 ②10:55	6回	15,204円	川浦 祥子
キーボードで始める ピアノレッスンⅢ	第1・3火 11:20~12:35	6回	13,860円	
楽しいカラオケ	第2・4月 13:30~15:00	6回	12,102円	後藤 祐貴子

ダンス・健康

女性 ベリーダンス	第2・4火 13:00~14:00	6回	10,362円	GOLD
女性 ハワイアンフラ	第2・4火 14:30~16:00	6回	10,362円	小林 りり子
楽しむ簡化太極拳	第1・3金 13:00~14:30	6回	10,362円	岩井 たい子
初心者&シニアのための ピラティス	第1・3火 10:00~10:45	6回	8,286円	石崎 公美
やさしいピラティス	第1~3月 15:15~16:15	9回	15,543円	
女性 楽しいフラダンス	第2~4木 14:30~16:00	9回	15,543円	杉本 明美
足もみ健康法(官足法)	第2金 10:00~12:00	3回	5,040円	江口 末子
ボディメンテナンスヨガ	第1・3木 10:30~11:30	6回	10,362円	Yukiko
女性 やさしいエアロワーク &ヨガ	第1~3月 10:00~11:30	9回	13,815円	前田 八重子
女性 シニアのための楽々体操	第1~3月 11:45~12:45	9回	12,096円	
女性 趣味のパレエ	第1~4水 10:30~12:00	12回	20,724円	鬼 知恵
はじめよう! 自漣術	第1~3火 10:00~11:30	9回	12,096円	田辺 とも子
いきいき自漣術	第1~3木 10:00~11:30	9回	12,096円	

外国語

ABCからはじめる英会話	第1~4木 10:00~11:00	11回	18,480円	
ゆっくり学ぶ英会話	第1・3木 11:10~12:10	6回	10,080円	pera ² 英会話 外国人講師
日常英会話 初級	第1~4木 13:00~14:00	11回	18,480円	
日常英会話 中級	第1~4木 14:10~15:10	11回	18,480円	
楽しいハンブル	第1~3木 12:30~13:30	9回	15,543円	キョンヒ

キッズ・ジュニア

スポーツチャンバラ	第1・3土 10:00~11:30	6回	8,646円	鈴木 学
やってみよう! フラダンス ごども&大人	第2・4土 11:30~12:30	6回	6,912円	杉本 明美
硬筆と習字 5歳~大人	第2・4土 14:00~15:30	6回	8,646円	茂木 秋英

やすらぎの小仏彫刻 春日部 川越 深谷

講師「小仏彫刻の会」講師
荒彫りが済んだ用材から彫りすめていきます。初めて彫刻刀を持たれる方でも、数回で一体の菩薩さまを完成させることができます。初心地蔵、小仏地蔵、白衣観音などを順に彫り、経験者は、薬師如来、阿彌陀如来などの自由な制作へ進みます。



はじめての津軽こぎん刺し 春日部 富士見 大宮



てがみ絵はがき絵教室 春日部



コープ北本店会場(3階)

TEL.048-592-4034 10:00~16:00(日・祝休)

手芸・工芸

新 やさしいかぎ針編み教室	第1月 13:30~15:30	2回	3,454円	misaho
新 フルーツ&ソーブカービング	第1木 10:30~12:30	3回	8,646円	佐藤 薫
新 はじめてさんの楽しむ ワイヤークラフト	第1月 10:15~12:15	3回	5,181円	行廣 ゆかり
新 はじめてのカルトナーージュ	第2月 10:30~12:30	3回	5,181円	田中 美枝子
つまみ細工 中級者コース	第3月 10:30~12:30	3回	8,646円	ひなぎく認定 講師
つまみ細工 上級者コース	第3月 13:30~15:30	3回	8,646円	
はじめての簡単ソーイング	第3金 10:30~12:30	3回	5,181円	坂本 成子
楽しい手織り	第1金 10:15~12:45	3回	5,181円	大塚 浩美
ワイヤーでつくる オルネフラワー	第3火 10:30~12:30	3回	5,181円	川嶋 文恵
ハーブ・草木染め染色講座	第2木 10:30~12:30	3回	6,915円	小池 啓子
ハワイアンキルト	第2土 10:30~13:00	3回	6,915円	古積 里江子
たのしいクラフトバンド	第2火 10:30~12:30	3回	5,181円	瀬戸 美智子
すてきなクラフトバンド	第4木 13:00~15:30	3回	6,480円	maybe

趣味・教養

新 世界の花文字®	第2火 10:30~12:00	2回	3,454円	嬉礼
書道・ペン習字	第1・3土 13:30~15:30	6回	10,362円	本庄 和子
女性 脳トレ女性マージャン 初心者 月曜クラス	第1・3月 10:15~12:45	5回	8,635円	庄司 麗子
女性 脳トレ女性マージャン 入門 火曜クラス	第1・3火 10:15~12:45	6回	10,362円	
「お芝居をやってみよう! 初心者~	第2・4木 10:30~12:00	6回	10,362円	鷹青 由加子
いきいき 朗読	第1・3火 10:15~12:15	6回	10,362円	松浦 あや子

美術

暮らしを彩る水彩画と油絵	第2・4土 10:30~12:30	6回	10,362円	清水 のりえ
--------------	----------------------	----	---------	--------

音楽

体幹・健康ヴォイストレーニング	第2・4月 14:00~15:30	6回	15,204円	小川 素子
-----------------	----------------------	----	---------	-------

ダンス・健康

新 足もみ健康法(官足法)	第4水 10:15~12:00	3回	5,040円	中村 洋子
新 初心者&シニアのための ピラティス	第1・3水 11:15~12:00	6回	8,286円	石崎 公美
シェイプアップピラティス	第1~3水 10:10~11:10	9回	15,543円	
女性 ベリーダンス	第2・4木 15:00~16:00	6回	10,362円	GOLD
リフレッシュヨガ	第1~3月 10:15~11:15	9回	15,543円	MIKA
足もみ健康法(官足法)	第4火 13:00~14:45	3回	5,181円	大谷 恵子
リンパセラピー&ストレッチ	第1木 10:30~11:45	3回	5,181円	玉川 直美
女性 ハワイアンフラ ゆったりコース	第1・3・4木 13:00~14:30	9回	17,280円	川端 恵美子
女性 ハワイアンフラ 中級	第1・3・4木 11:00~12:30	9回	17,280円	
女性 やさしいハワイアンフラ	第2・4水 11:30~13:00	6回	10,362円	柴原 真喜子
女性 ソフトヨガ	第2~4金 10:30~11:45	9回	12,096円	織田 はるみ

外国語

韓国語 中級Ⅰ	第1・3土 14:20~15:50	6回	15,120円	アイ・ビーンズ
---------	----------------------	----	---------	---------

キッズ・ジュニア

硬筆と毛筆 幼児・小・中学生	第1・3土 13:00~14:30	6回	10,362円	本庄 和子
----------------	----------------------	----	---------	-------

講座のお申し込み方法

お申し込み

- 電話
- 各会場窓口

受講料等払い込み

*受講料はお申し込みから1週間以内に窓口または銀行振り込みでお支払いください。

- 各会場窓口(現金のみ)
- 埼玉りそな銀行に振り込み

*振り込み先の詳細は、お電話での受付後郵送にてお知らせします。
*振り込み手数料はご負担ください。なお、いかなる場合も振り込み手数料はご返金できません。
*キャンセル・退会などは「受講のきまり」に基づいた対応となります。

受講

受講のきまり (注)

- コープみらいの組合員が対象です。組合員ではない方はコープみらいに加入をお願いします。
- 定員を大幅に下回る場合や講師の都合などにより、講座の開講を延期または中止する場合があります。それ以外はお支払いいただいた受講料・教材費などは原則として払い戻しいたしません。
- コーププラザ深谷、コープ北本店以外は駐車場のご用意はありません。
*お申し込み時にいただいた個人情報は、当カルチャーのご連絡やご案内の目的以外には使用いたしません。

お申し込み・お問い合わせ

(お問い合わせ時間)
10:00~16:00(日・祝休)
コーププラザ浦和のみ 10:00~21:00
(日・祝は10:00~18:00)



富士見 コーププラザ富士見 TEL.049-255-3198
〒354-0015 富士見市東みずが台1-2-9

所沢 コーププラザ所沢 TEL.04-2992-2595
〒359-0032 所沢市若松町826-7

川越 コーププラザ川越 TEL.049-226-1393
〒356-0045 川越市南通町4-4

深谷 コーププラザ深谷 TEL.048-572-8886
〒366-0052 深谷市上柴町西1-23-4

大宮 コーププラザ大宮 TEL.048-668-3065
〒331-0823 さいたま市北区日進町3-493-1

北本 コープ北本店会場(3階) TEL.048-592-4034
〒364-0005 北本市本宿5-89-1

春日部 コーププラザ春日部 TEL.048-753-4333
〒344-0067 春日部市中央1-4-1

越谷 コーププラザ越谷 TEL.048-989-2301
〒343-0845 越谷市南越谷5-4-37

浦和 コーププラザ浦和 TEL.048-823-3933
〒336-0018 さいたま市南区南本町2-10-10