

さあ始めよう! 将来のために何かを! \\ 特技は一生の財産 //

明舞カルチャーセンター

受講申し込み・
問い合わせ

☎078-917-5975

[受付時間/月~土 9:30~18:00、日祝除く]

ホームページ

http://meimai-cultuer.com



見学・無料体験
随時受付中

有料体験講座も
あります

明舞プラザ(キリン堂2F)



明石市松が丘2丁目2-6 キリン堂2F

3・4月中のご入会で
入会金通常4,400円が

**新講座
入会金無料!**

その他全講座先着各5名様
入会金半額!

ZUMBA®

木曜/9:00~10:00
月謝/4,400円 (月4回)
月曜/19:30~20:30
単発/スタンプカード制
4,000円/5回



講師
とも

ZUMBA®とは、世界中のリズムに合わせて楽しく踊るダンスフィットネスで、有酸素運動です。自分のスタイルでダンスを楽しみましょう!



スマホ教室

火曜(第2・4)/
12:45~14:15
(中級者向けコース)
14:30~16:00
(初心者向けコース)
月謝/2,200円(月2回)



講師
大野 円香

※日程が祝日やお盆などと重なった場合、別日に変更。基本的な操作方法から便利な使い方まで、さまざまな講座をご用意。スマホを触りながら学べるため自分のペースで上達出来ます。



ゴムバンド 骨盤体操教室

金曜(第2・4)/
15:00~15:45
月謝/3,300円(月2回)
(別途)ゴムバンド(専用) 美容カイロプラクター
購入:9,900円(税込) 勤場 優子
レンタル:1回 500円(税込)



講師
勤場 優子

身体の歪みなどに対し、ゴムバンドを使用し、動かすことで自分自身で歪みの調整。ご自宅でも行えるようにすることで、動ける身体作りを目指しましょう!!



扇流 日本舞踊教室

金曜/10:00~12:00
月謝/
5,500円(月4回コース)
3,300円(月2回コース)
講師
扇 松秀



講師
扇 松秀

※持ち物:足袋・飲み物・着物一式(浴衣も可) レンタル(500円)もあります。古典舞踊を主としたお稽古ですが聴き慣れた、歌謡曲や演歌などを振り付けてのお稽古も行っています。着付けも指導いたします。



新講座

春より開講予定

春より開講予定

ダンス・健康・武道

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
ヒップホップ キッズ ヒップホップ	木曜 17:00~18:00 (幼児~小学低) 18:10~19:10 (小学生全般) 19:30~20:45 (中学生~一般) 土曜 9:40~10:30 (入門・初級) 10:30~11:30 (初・中級) 月謝/5,280円(月4回) 講師/流行宣言R 山本 秀子	幼児から大人までジャズ、ヒップホップ、ファンクなど流行の曲に合わせて楽しく踊りましょう。見学自由!! 初めでも丁寧に指導します。	姿勢しなやか 体操	土曜(第1・3) 13:30~14:30 月謝/2,200円 (幼児・学生 1,100円) 講師/いわさ整体整骨院 院長 岩佐 剛	姿勢が良くなると體(からだ)、精神(脳)が活動的になっていきます。より元氣に美しくなりたい方、年齢・体力問わずに参加できます。
GIRLS HIPHOP DANCE LESSON	月曜 18:30~19:30 (リトルキッズ/小学生低学年まで) 19:30~20:30 (キッズ/小学生高学年~) 月謝/4,400円 講師/RION	主にストレッチ→基礎→振付の順で進めていきます。Girls HipHopは、可愛らしさ、カッコよさ、セクシーさが特徴のダンスです。楽しく丁寧に指導していきます。是非、気軽にお越し下さい!	太極拳	木曜(第1・2・4) 10:15~11:45 月謝/2,750円 講師/起塚 恵子	ゆっくりと自分の身体に無理のない動きで若さを保ち健康維持と病気の予防を兼ねながら生涯スポーツとして始めてみませんか。
KID'S DANCE	土曜/12:00~13:00 (幼児~小学生) 月謝/5,500円(初級) 講師/ジャズダンスチーム ZAP 主宰 MASAKO	初めてのダンス!今、流行りの曲に合わせて楽しく身体を動かしましょう。個性が輝き、リズム感が養われます。神戸まつり、明石公園まつりなど各種イベントに参加しよう!	二十四式 太極拳	火曜 9:00~10:30 (太極拳) 10:45~12:15 (太極扇) 月謝/各4,400円 (両方受講で割引有) 講師/周 偉	太極拳は、健康法として広く親しまれています。柔らかくゆったりとした動作を行うことで免疫力を高め、脚力、バランス能力や全身の持久力向上に効果的です。
バレエ・ クラシック	火曜 16:00~17:30 (一般) 土曜 17:00~18:00 (入門) 18:15~19:45 (一般) 月謝/5,500円(月4回)(入門) 6,600円(月4回)(一般) 9,900円(月8回)(一般) 講師/堺 登世子	楽しいレッスンでリフレッシュ!美しい姿勢、しなやかな動きを身につけましょう。 ※見学・体験随時 体験レッスン 1,100円	太極扇	[元中国安徽省武術隊、全中国武術大会チャンピオン。神戸、明石を中心に中国武術太極拳の指導を行う。]	扇を開いたり閉じたり太極拳とは違う楽しさがあり、優雅な動きと力強さを併せ持っています。
子どもバレエ (CDSバレエ)	月曜 15:40~16:25 (幼児クラス) 16:30~17:30 (低学年~大人クラス) 17:30~17:45 (トシューズクラス) 月謝/6,000円(年間45回) 講師/CDSバレエ 藤田 ちか (http://cdsballet.jimdo.com/)	可愛く、気品のあるブチパレリーナになりませんか?音楽に合わせて楽しくレッスン! 幼児さんはお母様も一緒に!	ヨガ	木曜 13:00~14:45 月謝/4,400円(月4回) 講師/栗谷 和系	腹式呼吸と共にゆっくり動き、全身を整え身体の奥からきれいになりますよ。
アップ 体操教室	金曜 14:30~15:30 (幼児クラス) 15:45~16:45 (//) 16:50~17:50 (小学生クラス) 月謝/6,200円(年間42回) 対象/年少~6年生 講師/UP SPORTS CLUB 鬼塚 翔太	運動が好きなお子に育てます。マット運動・とび箱・鉄棒を中心にボール運動・縄とびもおこないます。 3・4月入会の場合特典! ボール・縄跳び(1,920円分)プレゼント!!	ヨーガ	土曜(第1・3) 14:45~16:15 (第2・4) 13:30~15:00 月謝/2,750円(月2回) 4,400円(月4回) 講師/ミドルトン 美紗子	伝統的なヨーガでやさしく体を動かしながら自分のペースで心と体と自律神経を調えます。
忍者ニン [スポーツ教室]	土曜/中忍コース(年中・年長) 9:15~10:45 上忍コース(小学生) 10:15~11:45 入門コース(年少・年中) 11:55~12:35 月謝/年間44回 6,920円(入門コース) 9,240円(中忍・上忍コース) 講師/嶋田 哲也	小学校の体育の授業に必要な基礎体力、走り方やボールの扱い方などの能力を遊びながら身につけていく教室です!体験無料! HP「忍者ニン 明舞」で検索!レッスン風景はインスタをチェック!	らふトレ & らふチア	[らふトレ] 金曜/(第1・2・3) 13:00~14:00 月謝/2,750円(月3回) [らふチア] 火曜/(第1・3) 13:00~14:00 単発/4,000円 (スタンプカード制 5回) 講師/田中 菜摘	[らふトレ] 手指・足指を使った脳トレや音楽に合わせて体操やストレッチを行います! [らふチア] チアの要素を取り入れつつボンボンを持って楽しみながら身体を動かします! ※どちらもレッスン後、2名限定スタンプ1個分でマッサーパー希望出来ます。 らふトレメンバーになれば らふチアを1回500円で受講出来ます。
Future for Kids スポーツ教室	火曜/16:00~16:50 (年少~小学1年生) 月謝/年間42回 5,800円 年会費/5,000円 (スポーツ保険料込) 講師/時吉 陸人	「こんな運動教室を探していました」を私たちが叶えます!すべてのスポーツの土台となるリズム感・体幹・考える力などを育てます。楽しい活動とプロの指導のもと、子どもたちの運動能力を向上させ、自信をつけさせます! (https://futureforkids.jp)	自彊術	月曜 13:00~14:50 月謝/3,300円(月4回) 年会費/3,000円 講師/公益社団法人 自彊術普及会中伝指導員 秋吉 由美	日本で最初の健康体操です。31の動作で全身の関節を動かし、心身を整える運動療法です。
らくらく 健康体操	木曜 15:00~16:00 月謝/4,400円(月4回) 講師/YMCA講師 大西 紀子	ゆっくり身体を動かしていき、血液の循環を良くして、元気な若々しい身体作りをしませんか。シルバー歓迎!!	空手	金曜 19:00~(月4回) 月謝/4,400円(小学生迄) 5,500円(一般) 講師/正道会館館長補佐 明石支部支部長 師範 近藤 佳哲	心身共に強い人になるために今から空手を始めましょう!
			キック ボクシング	火曜 20:00~21:30 (初級・女性・子ども) 土曜 20:00~21:45 (小学高学年~一般) 月謝/(火) 3,300円(土) 4,400円 講師/明舞キックボクシング 藤岡	キックボクシングをはじめませんか。護身・ダイエット・ストレス解消に最適。強く、美しく、健康的にみんなでキックボクシングを楽しもう!
			ハワイアン フラダンス	火曜(第2・4) 13:00~14:00 月謝/3,300円(月2回) 講師/WELINA HULA STUDIO Lilia 辻岡	素敵なフラを始めませんか。ハワイの海 爽やかな風 綺麗な花をイメージして踊ればアロハ(愛)いっぱい溢れます。
			ソシアルダンス	水曜/13:00~13:45 (初級) 14:00~14:55 (中級) 月謝/5,500円(初級) 6,600円(中級) 講師/松並 康仁	音楽を聞きながら基本を大切に体を動かし、ハッピーなレッスンを目指します。 ※個人レッスン有。

※各種教室も募集中!ピアノ時間貸しいたします。(グランドピアノ有り) ※卓球台有り。(お友達やご家族でお楽しみください)

実用・子ども

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
日本習字	火曜 15:00~20:30 (幼児~成人) 水曜 16:00~20:30 (幼児~成人) 土曜 9:30~11:30 (幼児~中学生) 月謝/4,500円 (成人部) 3,300円 (生徒部) 講師/日本習字教育財団教授 森 湖春 (火・水担当) 野崎 賢香 (土担当)	美しい文字は一生の宝です。あらゆる年代の多様な目的とレベルに応じます。一緒にあなたの「いい文字」を見つけましょう。お気軽に体験にお越し下さい。振替制度有り。 ※火曜・水曜満席の為キャンセル待ち	醇書道教室	火曜 (第1・3) 13:30~19:30 月謝/幼児 (硬筆) 3,000円 小・中学生 4,000円 高校生 5,000円 大学生・一般 5,000円~ 講師/一東書道会 醇書道教室主宰 松本 淳	硬筆・毛筆ともに「美しい文字」と「凛として雅な時」を一から一緒に体感してみよう。ゆったりと (4~5名の少人数制)、じっくりと (各々90分)。
公文書写教室	木曜 13:30~20:00 (月4回) 月謝/4,840円 (大人) 3,630円 (子供) 入会金/3,500円 講師/公文エルアイエル 谷川 秀子	~美しくなる。うれしくなる。好きになる。~ <ペン習字・かきかた・筆ペン・毛筆> 希望の教科を無理なく学べる個人別学習。お試しください。	そろばん	水・金曜 (週2日制) 1部:16:20~17:20 2部:17:30~18:30 (5歳~大人まで 都合の良い部へお越しください) 月謝/6,000円 (3級合格後割引) 体験無料 講師/日本珠算連盟 日本商工会議所珠算検定委員 伊福 眞澄	計算力が身につく! 集中力、記憶力の向上! 脳活性! 1級取得でAO、推薦入試可能! パソコンでフラッシュ暗算と九九練習をしています。
中田書道教室	金曜 (月3回) ※4週目は補充日 14:00~21:00 (19:30までに入室下さい) (第1・3) 10:00~12:00 月謝/2,400円~ 講師/書道研究玄心会 中田 景華	幼児から大人の方まで楽しい時間ときれいな文字を手に入れましょう。	挑戦英会話	月謝/小・中・高生 5,500円 (60分) 成人 6,600円 (90分) 曜日、時間応相談 講師/森 文彦	「好きこそ物の上手なれ」を motto に楽しく英語に挑戦しませんか?
			学研教室	月曜 17:00~21:00 水曜 18:00~21:00 月謝/幼児<さんすう>・こくご2教科> 【週2回】8,800円 【週1回】6,600円 小学生<算・国2教科>8,800円 <算・国・英3教科>13,200円 中学生<英・数2教科>14,850円 <英・数・国3教科>17,600円 指導者/森谷 けいこ	子どもたちが自ら学力を伸ばしているように、学研教室では「解き方」だけでなく「学び方」を教えています。

趣味・音楽

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
カラオケ (河合教室)	月曜 (第1・2・3) 13:30~15:30 月謝/4,500円 (月3回) 講師/河合 敏行	1~2小節ずつ細かく解りやすくキーボードで指導致します。メロディーリズムが大変よく理解できます。	琴・三絃	月曜 (第2・4) ※時間応相談 月謝/6,600円 (月2回) 永田箏曲会 永田 恵子	親切に楽しく教授いたします。
童謡唱歌	金曜 (第1・3) 10:30~12:00 月謝/3,300円 (月2回) ※教材費別 講師/永木 るり子	声が少し出にくくなってきた方も楽しく歌えよみがえります。童謡・唱歌そして青春歌も交えながら楽しく元気に歌いましょう。	将棋	土曜 (第2・4) 9:00~10:45 11:00~12:45 月謝/2,500円 (月2回) 講師/日本将棋連盟 兵庫県支部連合会 会長 内藤 秀彰 理事 松本 洋	将棋は「知の開発」の特効薬。将棋を楽しみながら勉強・人生を上向きにする。
楽(ラ)・ラ・ラ みんなで歌おう	土曜 (第2・4) 15:00~16:30 月謝/3,300円 (月2回) 講師/日本音楽療法学会認定 音楽療法士 細川 朱美	童謡・唱歌・叙情歌・愛唱歌など、懐かしい思い出のうた・お好きなうたをご一緒に楽しみませんか? 明治・大正・昭和・平成と時代とともに、移りゆく思い出の詰まった歌を楽しく歌いながら心身をより元気に!!	トールペイント	水曜 (第1・3) 10:00~12:00 (満席) (第1・3) 13:00~15:00 (募集中) 木曜 (第1・3) 10:00~12:00 (募集中) レッスン料/1回 1,650円 ※材料費別 講師/(公財) 日本手芸普及協会認定講師 トールペイントいろは 北 直子	初めての方、経験者の方、ぜひ一緒にペイントしましょう。<レッスン内容> ・資格取得希望の方 応相談 ・フリーに楽しむ コース
詩吟	土曜 (第2・4) 14:00~16:00 月謝/3,300円 (月2回) ※教本別途 講師/兵庫中央岳風会 田中 岳香・田中 岳尚	腹式呼吸で、健康に、ストレス解消に、友達作りの為に!! 幼児~シルバーまで!! 初心者の方もどうぞ。	暮らし彩る 絵画教室	月曜 (第1・3) 10:00~12:00 (募集中) 月曜 (第2・4) 10:00~12:00 (満席) 月謝/3,300円 (雑費別途かかる場合) 講師/渡邊 純実子 (多摩美術大学卒業)	基本的水彩画教室です。体験会やご見学など随時お待ちしております!!
ウクレレ	火曜 (第2・4) 9:00~10:00 (入門) 10:00~11:00 (初級) 11:15~12:15 (中級) 金曜 (第2・4) 13:00~14:00 (初・中級) 月謝/3,300円 (月2回) 講師/WELINA UKULELE Lilia辻岡	ハワイ生まれの可愛いウクレレ弾いてみませんか。ポロンと鳴らせば、ハワイの海、爽やかな風、アロハ (愛) いっぱい溢れます。 ※初回のみウクレレ無料 レンタル可 (事前に申し込み)	やさしい 似顔絵教室	火曜/10:00~12:00 月謝/4,400円 (月4回) 3,300円 (月2回) 講師/たにばたゆう	絵を描くのが苦手の方でも、簡単に似顔絵を描くことが出来るようになるようなコツをお教えます。

音楽<個人レッスン>

科目	曜日・時間・月謝・講師	内容	科目	曜日・時間・月謝・講師	内容
らくらくピアノ® & ちょっとお洒落な大人のピアノ	金曜 (第1・3) 12:00~ 月謝/3,300円 (月2回) 2,200円 (月1回) 講師/全日本らくらくピアノ®協会 清水 憲子	鍵盤に触れるのが初めての方、ご安心下さい。見やすいカナ付きの楽譜と音名シールで音楽にスタートしていただけます。脳活にもとても効果的な奏法です。	ピアノ	月・火曜 14:00~ 月謝/6,600円~ (月4回) 5,500円~ (月3回) 講師/徳田 貞子 (大阪教育大学・特音卒)	幼稚園児~シルバーまで。ピアノを弾く基本的な技術はもちろん、音楽そのもののへの興味を深めていこう、年齢、レベルに合わせて丁寧に指導していきます。
オカリナ・フルート	水曜 (第1・3) 14:00~ (45分×月2回) 月謝/7,480円 (オカリナ) 8,030円 (フルート) 5,280円 (オカリナ・30分×月2回)	子供から大人まで丁寧に指導します。ポップス、演歌、クラシックまで、美しい音色で演奏する喜びを一緒に感じてみましょう。	ピアノ	月曜 9:00~14:00 月謝/4,400円~ (月2回) 講師/大迫 幸恵 (武庫川女子大学 ピアノ科卒)	ヤマハPSTA講師、専門学校等幼児からシルバーの方まで指導経験有。生徒さんの目線に立った指導を心がけています。
小学1年生~のフルート教室	月謝/6,600円 (小学1年生~のフルート教室) 講師/下田 幹 (相愛大学音楽学部卒業/フルート)	フルートを学びながら楽譜の読む力をつけ、クラシックからポピュラーなど吹けるようになります。吹奏楽でフルートをしている学生の方も大歓迎です。	ピアノ	木曜 9:30~ 月謝/4,400円 (月2回) 講師/倉又 俊枝 (上野学園大学 ピアノ科卒)	大人の方対象。初心者の方はもちろん、昔少しならっていただけという方もどうぞ楽しくレッスンしましょう。
バイオリン	木曜 (第1・3) 13:00~17:00 月謝/ (初級) 6,050円 (月2回) (中級~) 6,600円 (月2回) 講師/中谷 真佐子 (武蔵野音大卒)	幼児~大人の方まで音楽をすることが楽しくなるように、わかりやすくていねいに指導します。二重奏や合奏もします。年齢は問いません。	ピアノ	水曜 15:00~ 金曜 15:00~ 土曜 午前 (第2・4) 月謝/4,400円~ (月2回) 6,600円~ (月4回) 講師/元ヤマハシステム講師 花原 典子	お子様から大人の方までそれぞれのレベルや曲の好みに合わせてレッスンしています。レッスンを楽しく過ごせるような指導を心がけています。
クラシック アコースティック ギター	土曜 (第2・4) 時間は要相談 月謝/8,250円 (一般) 6,050円 (シルバー) ※シルバーは65才以上 講師/日本ギターリスト协会会员 大塚ギター研究会 大塚 和夫	一人ひとりに必要な指のトレーニングを取り入れたレッスンで、必ず上達するように指導致します。シルバーも歓迎。 ★ギター無料講習会 (音階特殊技法) 日程については要相談	ピアノ	木曜 15:00~ 月謝/6,600円~ (月4回) 講師/奥 直子 (大阪音楽大学卒)	幼児~大人まで。クラシック~ポピュラー、ジャズ、何でもOK! ピアノ以外に楽典・歌なども希望に合わせて指導いたします。
			ピアノ	月曜 17:00~ 土曜 17:00~ 月謝/5,000円~ (年間44回) 講師/竹原 知子	お子様から大人の方まで皆様のペースに合わせて楽しく丁寧にレッスンしています。憧れの曲を弾いてみませんか?

各種サークル活動有り、サークル会員募集中! ※部屋の空き時間をサークルなどに利用できます。 詳しくは (受付時間/月~土 9:30~18:00、日祝除く)

卓球 日・月・水曜 午前 1回 350円

麻雀 月曜 13:00~ 1回 300円

☎078-917-5975