



右)きもの着付は もちろん、礼儀作法や所作も丁寧に指導してくれるのでしっかりと身に付く。左)とっても和やかな雰囲気のある教室。

きもの着方体験付・無料見学会(要予約)+開講日

※見学会は2日前迄に要予約。各教室・各回10時、14時、18時半～(教室により異なる場合あり)

教室	見学会	開講日
ヒルトン大阪	9/18(火)※10時、14時のみ	9/25(火)※10時、14時のみ
モントレ大阪	9/19(水)	9/26(水)
茶屋町	9/21(金)	9/28(金)
豊中	9/18(火)	9/25(火)
江坂	9/18(火)	9/25(火)
千里中央	9/17(月祝)	9/24(月祝)

関西80クラスで見学会あり。その他の教室・日程はWEBまたはフリーダイヤルでお問合せください。

「きもの着方体験付・無料見学会(要予約)+開講日」の教室は、まずはお気軽に見学会を実施中なので、まずは最新の教室に行ってみよう！

梅田エリアにて、新たにヒルトン大阪教室・モントレ大阪教室・茶屋町教室が開講した京都きもの学院。着付けの専門学校として卒業生20万人以上の実績を持ち、経験豊富な講師たちのきめ細やかな指導とサポートにより、上手に着物を着れるようになってキレイに変身したいという願いが叶いました！と喜びの声が続々。手結びを中心とした着物の着方などをやさしく丁寧に教えてくれるので初心者の方も安心。礼儀作法や所作も指導してくれるので通うのがどんどん楽しくなっていくそう。練習用の着物は無料でレンタルできて、都合が悪いときは振替授業が受けられるのも魅力的。教室がどんな雰囲気か知りたいたいという方に向けて参加無料の見学会を実施中なので、まずは最新の教室に行ってみよう！

豊富な講師たちのきめ細やかな指導とサポートにより、上手に着物を着れるようになってキレイに変身したいという願いが叶いました！と喜びの声が続々。手結びを中心とした着物の着方などをやさしく丁寧に教えてくれるので初心者の方も安心。礼儀作法や所作も指導してくれるので通うのがどんどん楽しくなっていくそう。練習用の着物は無料でレンタルできて、都合が悪いときは振替授業が受けられるのも魅力的。教室がどんな雰囲気か知りたいたいという方に向けて参加無料の見学会を実施中なので、まずは最新の教室に行ってみよう！

京都きもの学院
キョウトキモノガクイン

Category 着付け教室

京都きもの学院で、
美しい着物姿に変身

在校生・卒業生がお勧めする京都きもの学院の魅力

- ・駅チカの教室が多く通いやすいです。
- ・急な用事にも振替ができるので続けやすかった！
- ・所作も学べるので、着物姿に自信ができました。
- ・着物の販売がないので安心して授業を受ける事ができます。
- ・着付け技術のおかげで、着物の仕事につくことができました。
- ・着物を着る機会を作ってくれるのがうれしいです！

QRコード

受付/9時～20時
土・日・祝定休
(お問合せ先)
0120-02-3000

えりのマーク で検索

安田和子学院長

Menu

9月本科コース
●期間:週1回、2時間の全10回コース
●時間:朝:10時～12時、昼:14時～16時、夜:18時半～20時半
●授業料:全10回で10,000円(税別)

特典

シティライフ読者限定特典
9月本科新規入学の方は
①全10回で授業料10,000円(税別)から
授業料1,000円引き!
②テキスト(通常1,500円)プレゼント!
(9/30までの申込の方)
※見学会・開講時にこの記事をご持参ください
※お問合せ・お申込みは「シティライフを見て」とお電話またはwebでお伝えください。

フラ教室 ラニカイ Hawaiian Culture

Category フラダンス教室



楽しく学べる
本格フラ体験

講師は、アンティ・マイキを継承し、ウニキを授かっているハワイ在住のクムフラから直接に指導を受けている。エンジョイクラスはアウアナ曲の歌詞を分かりやすく説明して、初心者の方にも楽しいフラをいつの間にか踊れるようにしてくれる。アドヴァンスクラスでは、ハワイ文化や歴史を含めたオリ・チャントも学んでいく。付き添い者無料の「こどもはいわあんクラス」も是非気軽に体験へ。

【すぎきゆみこ講師プロフィール】
フラ歴20年 ウクレレ・ギター演奏。
Lamaku Hawaiian Education Hula Kahiko 2017修了。
現在継続中。文部科学省認可 Hula-Coop フラ指導者支援ネットワーク賛助会員。
090-3675-0221 主宰:すぎきゆみこ

■アドヴァンスクラス
【開催場所】新大阪KOKOPULAZA503号室
【月謝】4,000円 入会金不要
【体験】1,000円 随時受付。電話にて要予約
【日程】8月28日・9月11日・9月25日・10月9日(第2,4火曜)
【時間】17時半～(60分)

■エンジョイクラス
【開催場所】茨木市穂積コミュニティセンター
茨木市下穂積1-7-5(イオン前の消防署裏側が入口)
【月謝】2回2,000円/4回4,000円
入会金不要 施設費別途 200円/月
【体験】1,000円 随時受付。電話にて要予約
【持ち物】タオル、飲み物、動きやすい服装

午前	午後
大人クラス 10時15分～(90分) こどもクラス 12時～(60分)	大人クラス 13時半～(90分) こどもクラス 15時15分～(60分)
8月25日(土)・9月9日(日) 9月30日(日)	8月24日(金)・8月31日(金) 9月2日(日)・9月7日(金) 9月21日(金)・9月28日(金)

洋服づくりに応用できる技も学べる
帆布トートを縫う

コロんとしたカーブや、底マチがあるトートづくりにチャレンジ。「このカバンを1つ作ることで洋服づくりに応用できるテクニックを学べます」と店主の森さん。幼少期から母親の仕立て仕事を見て育った森さんならではの「効率的かつ綺麗な仕上がりに」は応用が利く技ばかりで、目から鱗!初めての方も洋裁好きな方にもオススメ。

吹田市金田町26-18
営/9時～19時
水曜定休

06-6155-9860
http://edit.ocnk.net/

大阪で唯一の本格的ミシンカフェ
エディット

Category 裁縫



11号帆布に裏も付いたトートバッグを。カラーは5種類からお好きなものを。

体験レッスン
「コロんとしたフォルムが可愛い帆布トートづくり」
9/13(木)13時～14時半 9/15(土)10時半～12時
9/17(月・祝) 10時半～12時
レッスン代/3,000円(材料費全込) 定員/各3人
※電話にて事前予約

マンツーマンレッスン
「ミシン入門レッスン」 1回1時間×5回 10,000円
生地選び～洋服の袖付けに応用できる縫い方で
「洋服づくりレッスン」 1回3時間×4回 20,000円
自分に合った型紙づくり～オリジナルの洋服完成まで

PLACE-K 千里豊中道場
プレイス 케이

Category キック
ボクササイズ



「一度蹴るとハマる」
30人限定で
入会金が半額に

今年4月にオープンしたキックボクシングジム。ストレス発散や健康、ダイエットなどさまざまな目的で通える。構え、ステップ、フォームなど基本的な動きからサンドバック、ミット打ちもあり、とにかく全力でパンチやキックをするのが気持ち良く、ハマる人が多いのにも納得!女性講師が行う「キックフィット」というコースもあり、暗くした空間でダンスミュージックに合わせてエクササイズ。パンチもキックも手打ちでなく、体幹の軸を作るので知らず知らずのうちに全身運動になり、消費カロリーが高い。まずは1日体験に参加してみよう。



(上)暗闇の中でリズムにのり、先生の動きに合わせて全身を動かす。(左)現役K-1ファイターの和島コーチ。「教え方がわかりやすい」と生徒さんから評判が良い。(右)講師のETSUさん。初心者にも丁寧に教えてくれて、うまくテンションを上げて持ち上げてくれる頼れる存在。

Menu

DAYタイム 13時半～16時
NIGHTタイム 18時～22時
●DAY会員……9,720円
●NIGHT会員……10,800円
●週1会員……6,480円

特典

「シティライフを見た」で
●体験 2,160円(60分)
●体験後、即入会で体験料は免除
●入会金
16,200円→8,100円に
※先着30名まで(9月末まで)

豊中市熊野町4-4-18
営/13時半～22時
P15台有
06-7171-4155
PLACE-K 千里豊中 で検索

今注目の統合医療が学べる
家族を元気にする
未病ケア講座

同カレッジの「yuragistによる心身の健康増進サポート活動事業」は平成21年、大阪府経営革新企業に認定されて以来、「未病ケア」「予防」をテーマに自治体、医療、介護と連携して健康増進サポートに取り組んでいる。最近では「家族の健康のために」という思いの主婦以外にも、看護・介護職や学校勤務のしていた方に受講する人が多く、卒業後に活躍の場を広げているという。「最近ではさまざまな企業や医療関連から予防医療についてのニーズが増え、yuragistを求める声が多くなっています」と代表の岡山栄子さん。

そのニーズを受け、今年から福利厚生提携サロン「くらしの保健室 ピュトン デトックス ラボ」がスタートし、受講生からも好評のようだ。家族に役立つだけでなく、未病ケアのスペシャリストとして仕事にも直結する同カレッジの養成講座。まずは気軽に説明会に参加してみよう。

ピュトンyuragist association japan
ゆらぎカレッジ

Category 未病ケア講座



自分や家族の健康管理に役立つセルフケア1day講座
頭、首、眼精疲労がスッキリ楽になるケアをマスターしよう!
【日時】9月19日(水)11時～12時
【参加費】2,000円(税別) 【材料費】1,000円(税別) 【定員】6名
※電話でご予約を。定員になり次第締め切り。

yuragist 未病ケアアドバイザー養成
1.看護師、理学療法士、作業療法士、鍼灸師等有資格者を対象とした講座
2.副業として、これからの自立を目指して人々を対象とした講座
【習得内容】ゆらぎツルジーケア(技術は個別集中レッスン)、五感ストレスケア、メタロン 養生学

無料説明会開催
1,2コースについてはまずは無料説明会に参加しよう。
※参加できない方は電話でもお問い合わせください。
9月15日(土) 10時半～11時半
ゆらぎスタイル 未病ケア連携システムについて・統合医療って何?・福利厚生提携 くらしの保健室「ピュトン デトックス ラボ」の役割り・働き方、活躍のしかた
無料説明会 参加申し込みはメール 又は電話でご予約ください。
yuragi@yuragi-style.com 件名 シティライフ 無料説明会

箕面市牧落1-19-19
営/11時～18時
火曜定休
072-702-1735
yuragi.co.jp