



「子どもの卒入学の時に着物を着てみたい」「昔少しだけ通っていたからまた始めてみたい」など初めての方やブランドの方に優しい授業で評判なのが、結衣きもの着方教室。同教室は簡単な帯の結び方や、小紋から訪問着までいろいろなシチュエーションに合わせて自分で着方をアレンジできるような12回のレッスンをを行う。クラスは5名前後の少人数

で、経験豊富な講師が和やかな雰囲気の中、半襟の付け方や着物のたたみ方など基本から一人ひとりに丁寧に教えてくれる。また、苦手なところを復習する「おさらい」の時間を設けているので習った内容を忘れることがなく確実に技術が身に付く。手持ちの帯や着物、小物で始められる気軽さから20代から70代を中心に幅広い世代が在籍し、中には母娘で通う方も。12回のレッスンは50000円とリーズナブル。レッスン内容は和装の知識のほかコーディネートのコツや、京都にある西陣織作りの現場に向いたり充実の内容。多くのイベントと一緒に経験出来るので、友人もできやすいとか。流行に左右されることなく、どんな場面でも映える着物を着られるようになってみる。

教室名	場所	曜日	開講日
千里山	吹田市立千里山コミュニティセンター	月・水・木・土	3/5-9-11-14
南千里	千里ニュータウンプラザ	木・土	3/19-21
北千里	千里北センタービルティオス北千里1号館	月・水・木・土	3/12-14-16-18
牧落	箕面市民会館	月・火・水・木	3/10-11-12-23
豊中	JRカルチャーセンター	月・木	3/19-23
庄内	ベストウェイ庄内ビル4F	火・水	3/24-25
江坂	JEC日本研修センター江坂	月・火・水	3/17-18-23
緑地公園	駅ビル文化センター	月・水	3/23-25
池田	池田商工会議所	火・木	3/24-4/2
曾根	豊中市立文化芸術センター	木	3/26

結衣きもの着方教室

0120-882-336

結衣きもの着方教室 で検索



講師の布山比呂子先生。「着物でお出掛けできる楽しさを伝えたい」と話す。

受講申し込み方法

電話：0120-882-336(月曜～土曜は9時～17時45分) 12/26～1/5の申し込みはwebで。(HPは12/26～更新します)
電話での申し込み・問い合わせは1/6～
ハガキ：〒569-0804 高槻市紺屋町7-13 浜屋高槻ビル4階「結衣きもの着方教室C係」
FAX：0120-552-251 http://yui-school.jp
【ハガキ・FAX記入事項】住所 氏名 電話番号 年齢 職業
第1希望(教室・曜日・午前or午後) 第2希望(教室・曜日・午前or午後)
※応募締め切りは各開講日の3日前。受講決定の方には案内状が送付されます。

いつの時代も綺麗に映える着物の着方を身につけよう

着物を着てお出かけしたい

「二年の計は元旦にあり!」
2020年から新しいことにチャレンジしませんか?
今月号では習い事をはじめ、家計の見直し、終活など、この一年を気持ちよく過ごすための様々な「コト」を紹介します。

素敵な1年にするために
はじめたい
こんなこと



P.5まで続く

「心身ともに美しく健康やかに」そんな願いを叶えてくれる女性専用スタジオ。人気のパーソナルトレーニングは、一人ひとりの悩みや目標に合わせた専用プログラムに沿って筋肉を鍛え、しなやかなボディへ。



ここがポイント

歌に自信がない方にこそオススメ!「カラオケで上手に歌いたいと思っていて」「音程のとり方がいまいち分からなくて」そんな方たちも、どんどん上達している。



まずは30分の無料体験から始めてみよう

人前で上手に歌えるようになりたい

USボカール教室 豊中校

豊中市岡上の町2-6-9 丹羽ビル2F

受/10時～20時 ▲お申込みはコチラ

0120-169-288

USボカール 豊中 で検索



Menu	特典
●グループレッスン(2~3名)月謝:8,800円(4回) ●個人レッスン(1名)月謝:11,000円(2回) 30分の無料体験を随時実施中。申込・詳細は左記ホームページより	「シティライフを見た」で ●初回限定初月謝割引 左記コース料金より割引(1/31(金)まで) お気軽にお問い合わせ

「心身ともに美しく健康やかに」そんな願いを叶えてくれる女性専用スタジオ。人気のパーソナルトレーニングは、一人ひとりの悩みや目標に合わせた専用プログラムに沿って筋肉を鍛え、しなやかなボディへ。



2児の父であるトレーナー野崎さん。無理のない効率的なトレーニングを提案してくれる。

ここがポイント

酸素ルームは1畳ほど広さがあり、くつろいだり仮眠を取ったりと自由に過ごせる。エアコンとTVも完備しており、親子や夫婦など2人での利用もOK。

美容と健康、2つとも叶えたい
ジム+酸素ルームで最大限の効果

継続したカラダづくりに楽しく取り組みたい

プライベートジム TSUBAME (ツバメ)

豊中市上野西3-19-29

月・水・木・日祝 10時～20時

火・金 10時～14時

土曜定休Pあり シャワー室完備

090-9088-9297

https://www.kazusoccer0126.com/



Menu	特典
●パーソナルトレーニング(60分)通常1,500円 ●パーソナルトレーニング(60分)+酸素ルーム(60分)通常1,500円+ワンコイン500円 ●酸素ルーム(60分)通常1,500円 ※チケットあり...15,000円/6回	「シティライフを見た」で ●パーソナルトレーニング(60分)+酸素ルーム(60分)通常1,500円+ワンコイン500円 ●酸素ルーム(60分)通常1,500円 ※チケットあり...15,000円/6回

Elfin Terrace

(エルフィンテラス)

箕面市小野原西4-10-40 P12台

予約・問い合わせは公式LINEから

https://sylphysalade.wixsite.com/elfinterrace



Menu
●【パーソナルトレーニング】 体験トレーニング(50分)4,000円 (無料カウンセリング・プロテインスムージー付) ●【スロフローヨガ】 1レッスン(75分or90分)1,500円~ ●【ダンスMIX】 1レッスン(60分)2,000円

「心身ともに美しく健康やかに」そんな願いを叶えてくれる女性専用スタジオ。人気のパーソナルトレーニングは、一人ひとりの悩みや目標に合わせた専用プログラムに沿って筋肉を鍛え、しなやかなボディへ。



ここがポイント

トレーニング後は、同スタジオを運営するサラダ専門店「SYLPHY SALADE」のプロテインスムージーの提供も。女性らしいしなやかなカラダ作りには欠かせないサービスもうれしい。

ヘルシーな美ボディを手に入れたい
女性専用プログラムで楽しく美しく

ここがポイント

吹田市主催の市民講座でも講師を務める笹尾先生が、現役時代の減量経験を基に楽しく指導!無理なく継続して、理想のカラダづくりに励むことができる。



Menu

●月会費(定額制)で月4回(水曜・金曜・土曜).....4,890円~
前半60分:グループレッスン
後半45分~60分:フリートレーニング
※別途入会金6,000円、スポーツ保険料(年1回)2,000円

M・Iキックボクシングスクール

吹田市江坂町1-18-8 5F studio azul 内

営/月4回(下記から好きな曜日・時間を選択)

水曜①19時~20時45分 ②20時45分~22時半

金曜①19時半~21時15分

土曜①14時~16時 ②16時~18時

050-4560-4950

mikick201537@gmail.com

吹田 キックボクシング で検索



特典
「シティライフを見た」で ●体験レッスン(50分間)参加料 通常1,500円→ワンコイン500円 ●当日入会の場合、さらにパンチグローブ(3,200円相当)プレゼント(1月末まで)