



大人が楽しむ



習い事
スクール
特集

習い事をはじめよう

暮らしを豊かに彩ってくれる、大人のための習い事を紹介します。



着付け
教室

アットホームな着付け教室 11月スタート生の募集開始

着物の着方から帯の結び方、TPOなど、経験豊富な先生達が優しく丁寧に教えてくれる着付け教室。着こなしや所作、着崩れにくい着方などをレクチャーしてくれるので、一人できものを着ておでかけができる自信がつくという。レッスンは少人数制でしっかり2時間。教室で着物の着方のレッスンをするだけでなく、実際に着物を着て講師とおでかけをする「おでかけ実践講座」もある。授業料は全10回で5,500円とお手頃価格。着物や帯の購入義務はないので、安心して通える。初心者向け「基本コース」から「レベルアップコース」も用意されているので、レベルに合わせたレッスンが可能だ。振替レッスン無料。



「優しくとてかく丁寧に教えてくれるので、楽しく通えます」と評判の先生。豊富な経験から教えてくれるポイントが的確だという。

無料体験会開催
申込は随時受付。事前に電話で予約を。

- MENU**
- 基本コース(10回).....5,500円
 - レベルアップコース(10回).....8,800円

特典
「シティライフを見た」で
帯締めプレゼント(11月にお申込みの方)

千里きもの学院
摂津市千里丘6-5-8
セントラル千里丘2F
※岸辺駅より徒歩10分 P有
営/10時~17時
☎06-7896-8530
<http://www.senrikitsuke.jp/>



着方教室

11月開講クラス生徒募集中、 通うのが楽しくなる着方教室

きものが似合う女性にいつかはなりたいたいもの。そんな夢を叶えるなら、「結衣きもの着方教室」がオススメ。少人数制で経験豊富な講師陣がしっかり丁寧に指導してくれるので、半襟の付け方や着物の畳み方など着方の基本がしっかりと身につく。難しいといわれる帯も特別な道具を使わない帯の結び方なので初めてでもプランクがあっても覚えやすい。現在11月開講クラスの生徒を募集中。週1回、全7回で5,000円と通いやすく都合がつかない場合は振替受講も可能です。卒業後もイベント、体験等、きものを着る機会があるのもうれしいですね。

申し込み方法

電話、FAX、Webで
※下記の開講一覧表の各教室の開講日の中から、希望教室と開講日、受講時間(午前か午後)の希望を選んで申し込んでください。
※詳細は気軽に問合せを。

感染対策

教室では新型コロナウイルス対策として、3密回避、定期的な換気の徹底、消毒液の設置、講師・スタッフ・生徒の手洗い、マスク、検温を実施中。

11月開講クラス

HPIはこちら▶



受講時間/
午前:10時~12時 午後:13時半~15時半

教室名	場所	開講日
吹田	メイシアター	①11/25(木)・②11/30(火)
千里山	千里山コミュニティセンター	①11/15(月)・②11/17(水)・③11/20(土)・④11/25(木)
南千里①	千里ニュータウンプラザ	①11/16(火)・②11/25(木)
南千里②	好日荘	①11/20(土)
北千里	千里北センタービルディオス北千里1番館	①11/15(月)・②11/17(水)・③11/20(土)
牧落	グリーンホール(箕面市立市民会館)	①11/8(月)・②11/18(木)
庄内	ベストウェイ 庄内ドビル4階	①11/9(火)・②11/17(水)
江坂①	JEC日本研修センター江坂	①11/9(火)
江坂②	親子サロンラパーク	①11/15(月)
緑地公園	駅ビル文化センター	①11/8(月)・②11/17(水)
池田	池田商工会議所	①11/8(月)・②11/18(木)
曾根	豊中市立文化芸術センター	①11/9(火)・②11/20(土)
千里丘	千里丘市民センター	①11/1(月)

結衣きもの着方教室 ☎0120-882-336 (月曜~土曜 9時~17時45分) 結衣きもの で検索

年中無休24時間フィットネスジム

箕面船場に「Be-fit light24」が11/9(火)グランドオープン 地域最大級&最安級のマシン特化型ジム

「箕面湯元 水春」1階にオープン。

11/3(水)~7(日)の各日11時~20時まで「施設見学会」を開催!

65歳以上の方はアクティブシニア会員(月額3,480円)でさらにおトクに利用OK!(利用時間は朝6時~18時まで)

24時間型でいつでも利用しやすいと評判の「Be-fit light24」が北摂エリアに初登場します!「Be-fit light24」の特徴であるマシンの充実度など人気を集めるポイントを紹介。季節は冬...快適な温度で過ごせる施設内で運動に取り組もう!

Point 1

マシン総数は地域トップクラスの**90台以上!** 広く使えて密にならない

ウォーキング
&
ランニング
マシン



気軽に歩けるのでシニア層からも人気。天気を気にせず快適に運動。

筋力
トレーニング
マシン



筋力アップ&シェイプアップに欠かせないマシンも上半身用・下半身用、共に充実。

有酸素
マシン



脂肪燃焼効果が高く、腰に負担をかけないバイクマシンで楽しくトレーニング。

プレート
マシン
フリー
ウェイト



ダンベルなどのフリーウェイトも広いスペースでゆったりとできます。

※写真はイメージです

Point 2

月会費は、ずーっと**3,980円!** 地域トップクラスの安さで利用しやすい

月会費は地域最安値の3,980円! 24時間・年中無休、何回通っても料金は変わりません。
※一年に一回、セキュリティ管理・メンテナンス料5,478円が必要。

Be-fit light 24 箕面船場店

箕面市船場東3-13-11
ビーバーワールド箕面船場 1F
営/24時間 年中無休

共同駐車場 約400台
阪急バス「千里中央」駅からご利用
いただける無料送迎バスで12分程で到着します。

☎072-728-2424

2021.
11/9(火)
OPEN!



スマホで手軽にできる
WEB申込がおすすめ!

ご自宅からスマホ・PCで簡単手続き!来店不要で入会手続きを完了させることができます。
※来店による申込を希望の場合は、左記電話番号にお電話を。



Be-fit light24 安心安全快適宣言!

- ジムゾーンにオゾンによる「空間除菌機能搭載扇風機」を導入
- 男女更衣室に「空気循環式紫外線清浄機」を導入
- 各マシンや手の触れる箇所に「光触媒コーティング」

<シティライフ読者特典>

この記事を持参すると、ビーバーワールドが展開する店舗にて下記の特典が受けられます。
(下記の中からお一人様一つ、一回限り。他のサービスとの併用不可。21年11月末まで)

箕面湯元 水春

- 大人入浴**200円引き**
平日 770円→**570円**
土日祝820円→**620円**
- レンタルタオル割引
250円→**100円**

Bb箕面船場店

- 利用料金(小学生以上)**500円引き**
(1,000円以上のご利用に限る)
- ポウリングシューズ**無料**
330円→**0円**