



ホームページアドレス <https://bunka-salon.d-kintetsu.co.jp/shop/c/nara/> ※全講座の一覧をご覧ください 近鉄文化サロン 検索

春の受講生募集中!

新設 4月開講予定の講座です **リニューアル** 4月からリニューアル予定の講座です **体験600** おためし体験のできる講座です **女性** 女性のみ受講できる講座です

今だけ! 体験レッスン受講で通常5,500円の入会金が無料!

※外商部お得意さま、近鉄友の会会員さま、KIPSクレジットカード会員さま、満65歳以上、中学生以下の方は、いつでも5,500円の入会金が半額(2,750円)です。

さらに体験(無料説明会除く)受講後、当日にご入会(ご入金)いただくと**受講料が500円割引に!**
(※3/28(木)までに入金の方が対象)

春からの新講座

ホームページからWEBでらくらくお手続き!

ご予約・ご入金手続きは、WEBがおすすめ!
店頭でお待たせすることなく、おうちでゆっくりお手続きできます。また、WEBならいつでも入会金無料!ぜひ、WEBでお申込みください。



新設 フリーステッチ刺しゅうを楽しもう

フリーステッチ、ビーズ刺しゅう等、刺しゅうには様々な手法があります。お好みに合わせて相談しながら、刺しゅうから小物の製作までトータルで作品作りを楽しみましょう。



■刺しゅう作家 **coco**
■第2・4(火)10:00~12:00
■月2回 3ヵ月 14,850円 ※材料費別

体験601 通帳やステーションナリーを入れるのにぴったり。ビーズ刺繍のフラットボーチを作ります(縦12cm×横21cm)
3月12日・19日(火)10:00~12:00 各3,795円 ※材料費込

新設 学ぶ・歩く・楽しく奈良【一部現地】

奥深い奈良の魅力や、Nara観光コンシェルジュの講師がご案内します。教室では寺社の歴史や見どころ、奈良の文化や歴史、文学などを説明、その後現地をゆっくり歩き、観て、感じて、味わって、いろいろな奈良を楽しみましょう。



■NPO法人 奈良まほろばソムリエの会 **山崎 愛子**
■第2(木)13:00~15:00
■月1回 3ヵ月 9,900円 ※振替可

体験602 意外と知らない東大寺の魅力をお話します
3月14日(木)13:00~15:00 3,300円

新設 奈良まほろば歴史講座 「天平文化の世界」

青によし奈良の都・平城京は、我が国の本格的な古代国家の象徴。遥かシルクロードから伝わった文物が、絢爛豪華な天平文化として昇華し花開いた。仏教文化、美術工芸、舞楽、文学、建築など幅広い角度から紹介します。



■奈良まほろばソムリエの会前理事長 **鈴木 浩**
■第2(月)10:00~12:00
■全9回 9ヵ月 15,840円 ※振替可

新設 シニアの健康 鍵盤ハーモニカ

誰でも簡単に演奏できるコツをお伝えします。脳・呼吸・指先を使って、楽しく健康寿命を延ばしましょう。認知症予防にも効果があります。



■SUZUKIケンハモ認定講師 **高橋 広美**
■第1・3(金)10:30~11:30
■月2回 3ヵ月 18,150円

体験603 健康効果が盛りだくさんの魅力を体感してみませんか? 「ふるさと」を演奏してみましょう
3月1日・15日(金)10:30~11:30 各3,025円

新設 整体ヨガ

~季節に起こる体調不良を整えていきましょう~

自分の身体に意識を向け、呼吸を使い、ツボ・経絡を刺激し、骨盤調整を行うことで、日常生活や仕事でゆがむ身体やコリを整えていくメソッドです。肩こり、O脚、腰痛、冷え、ストレスなどの体調管理に効果を発揮します。



■ヨガ教室マダム・フキ認定講師 **大久保 美佳**
■第1・3(木)13:30~14:45
■月2回 3ヵ月 14,982円

体験604 気の流れ、ゆがみを整え、心と身体をリフレッシュしましょう
3月7日・21日(木)13:30~14:45 各2,497円

新設 脳トレピアノ®認定講師養成講座

シニアレッスンに特化した独自のピアノ術「脳トレピアノ®」です。ピアノ指導に好奇心を刺激するゲームや脳トレ要素を取り入れ、心理学などのエッセンスをプラスアルファし、音楽を楽しみながら「脳を活性化させる」目からウロコのピアノコーチングを学びます。(別途登録料要)



■ピアノゆうゆう塾®エグゼクティブ認定講師 **高橋 広美**
■第1・3(日)10:30~12:00
■全4回 2ヵ月 35,200円【入会月:4月限定】

体験605 無料説明会
3月17日(日)10:30~11:30 無料(要予約)

新設 オカリナ(入門)

持ち運びが便利でどこでも楽しめるオカリナは、心に響く素朴で美しい音色が魅力です。ソロ・アンサンブルを取り入れたグループレッスンで、やさしく楽しくご指導いたします。



■オカリナ奏者 **寺井 園江**
■第1・3(土)11:10~12:10
■月2回 3ヵ月 17,490円
【初回4/13】

体験606 素朴な音色のオカリナを吹いてみませんか
3月2日・16日(土)11:10~12:10 各2,145円

新設 マンドリン・ギターを楽しむ (初心者クラス)

イタリア生まれのマンドリンに挑戦してみませんか。楽器に触れたことのない方や楽譜が苦手な方でも基礎から丁寧にわかりやすくご指導いたします。



■カワイ音楽教室マンドリンギター講師 **福井 敏子**
■第2・4(火)15:30~16:30
■月2回 3ヵ月 18,150円

体験607 「禁じられた遊び」を弾いてみましょう
3月12日・26日(火)15:30~16:30 各2,475円

新設 ~東洋古来の健康体操~ 自彊術

日本最初の健康体操。三十一の動作を順番通り行うことで知らず知らずのうちに全身が調整されるよう出来上がっています。年齢性別関係なく、体力や体調に合わせて、どなたでもできる健康体操です。



■公益社団法人自彊術普及会 中伝指導員 **乾 須恵子**
■第2・4(火)10:30~12:00
■月2回 3ヵ月 14,982円

体験608 万病の予防、治療に有効な医療体操(老化を防止する健康体操)を学びます
3月12日・26日(火)10:30~12:00 各2,497円

リニューアル 12の暦絵~はがき絵と消しゴムはんこ~

今までにない「お洒落で簡単なはがき絵」と、とっても簡単に作れる「使える」はんこを一緒に作ってみませんか。また、画題に沿った暮らしに役立つプチ情報も大好評!



■12の暦絵主宰 **澤田 ひとみ**
■第4(金)13:00~15:00
■月1回 6ヵ月 16,302円

体験609 【はがき絵】春のお花をサラリと描きます
【消しゴムはんこ】桜のモチーフの金封を作ります
3月22日(金)13:00~15:00 1,727円 ※材料費込

リニューアル 大人のための書道教室 ~初級から昇段まで~

毛筆書道の基礎から実用的な小筆、半切作品まで幅広く学んでいただけます。初心者の方も大歓迎です。



■青潮書道会常任理事 **藤田 紀苑**
■第2・4(木)10:30~12:30 ほか
■月2回 3ヵ月 13,662円

体験610 筆の持ち方から基本点画のレッスンをします
3月14日・28日(木)10:30~12:30 各1,925円

リニューアル ①実用書道(ペン字・小筆) ②毛筆書道(太筆)

実用書道は、実用的な文字をペン・小筆の両方を、同時に学んでいただけます。毛筆書道は、楷・行・草を学んでいただけます。

■豊満会師範 **菱谷 光玲**
■第2・4(月)15:30~17:30
■①月2回 3ヵ月 14,190円
②月2回 3ヵ月 17,490円



体験611 ①日常的な文字を美しく書きましょう
②楷書を書いて、筆の感触を味わいましょう
3月11日・25日(月)15:30~17:30 各2,475円

入会月4月からの 期間限定講座

女性 受講生1万人突破！ 美人を目指すメイク

- エンライトメントメイク主宰 吉村 薫子 ほか
- 第4(木)10:00~12:00
- 全6回 6ヵ月 20,790円

美肌・瞳・眉
全て学べます



1日講習会(入会金不要)

不要になったTシャツでエコな『布ぞうり』を作ろう! <<初級編>>

ご家庭にある不要になったTシャツで、エコに肌にも優しいオリジナル布ぞうりを作ります。履き心地が良く足裏も刺激されません。

- 雑貨屋Beans代表 小豆 美佐
- 3月13日(水)10:30~12:30
- 3,619円 ※材料費込

※Tシャツをお持ちでない方は
キット販売あり別途1,760円要(要予約)



人気のフレッシュミモザの リース作り

生のミモザをプロの技法でリースに仕上げます。ドライフラワーになるまでの過程もお楽しみいただけます。(直径40~60cm)
※開花状況により写真と異なる場合がございます



- grace主宰 松井 由美子
- 3月4日(月)10:00~12:00
13:00~15:00
- 各5,511円 ※材料費込

ちがく散歩【現地】 ~奈良盆地の緑を歩く~

近鉄奈良駅に集合し、東大寺二月堂まで、奈良公園周辺を歩きます。地形を示した地図を片手に、ちょっとした坂道や地形的な凹凸を意識して奈良盆地の緑を歩いてみませんか?



- 元第46次日本南極地域観測隊 上村 剛史
- 3月24日(日)13:00~16:00
- 3,608円(集合場所:近鉄奈良駅 行基広場13:00集合)

女性 あなたも眉美人 ~眉一つで劇的に美しく~

テレビにも出演! 1万人を美人に変えた講師が「あなたが美しく変わる感動の美眉」を描きます。眉一つで見違えるほどきれいになれるなんて驚きです! 自分でできる眉の整え方もご指導します。

- エンライトメントメイク主宰 吉村 薫子 ほか
- 4月8日(月)10:00~12:00
4月10日(水)13:00~15:00
- 各3,465円(プロ仕様眉ペン付)

履いてみて実感! プロの仕上りの『布ぞうり』を作ろう! <<上級編>>

専用のキットを使い、レベルアップした上級の編み方を学びます。通常よりも厚みがあり、さらに履き心地の良いプロの仕上りの布ぞうりを作ります。

※初級編を受講した方のみ受講可(過去に受講したことのある方も可)

- 雑貨屋Beans代表 小豆 美佐
- 4月10日(水)10:30~12:30
- 5,973円 ※材料費込



時短スケッチ<入門>

- あべまりえ時短スケッチ認定講師 南 展代
- 第4(月)10:30~12:30
- 月1回 3ヵ月 11,154円



随時体験受付中 4,279円 ※材料費込

歌って脳トレ倶楽部

- 脳トレピアノ®歌って倶楽部認定講師 木村 道子
- 第2・4(月)10:30~12:00
- 月2回 3ヵ月 17,490円



随時体験受付中 各2,915円

おうちでできる和菓子作り

- 御菓子処旭伸店主 西川 英男
- 第2(水)10:00~12:00
- 月1回 3ヵ月 11,715円 ※材料費込



随時体験受付中 3,905円 ※材料費込

家庭で実践できる目的別「薬膳」

- 中医薬膳指導士 清水 幸子
- 第1(火)10:15~11:45
- 月1回 6ヵ月 20,988円



随時体験受付中 1,815円 ※材料費込

やさしく楽しいリコーダーアンサンブル

- リコーダー奏者 寺井 園江
- 第2・4(月)14:15~15:15
- 月2回 3ヵ月 18,150円



随時体験受付中 各2,475円

大人のそろばん教室

- (一社)奈良県珠算協会副会長 米田 司
- 第2・4(水)10:30~12:00
- 月2回 3ヵ月 14,322円



随時体験受付中 各1,375円

ディスコダンスエクササイズ (DISCOWORLD)

- JWI認定 DISCO WORLDインストラクター 友金 ミカ
- 第1(水)14:00~15:15
- 月1回 3ヵ月 8,745円



随時体験受付中 2,475円

やさしく始める骨盤底筋群 & 体幹トレーニング

- JCCAアドバンストレーナー認定 ひめトレインストラクター 佐野 薫
- 第2・4(月)10:30~11:30
- 月2回 3ヵ月 18,282円



随時体験受付中 各2,475円

月に1度の休日からだメンテナンス講座

- 健康運動指導士 高木 道代
- 第3(日)15:50~17:00
- 月1回 3ヵ月 7,095円



随時体験受付中 2,915円

楽しいリズム体操 ~enjoy! ミュージック~

- NPO法人リズム体操研究会理事 池田 実和
- (土)10:00~11:10
- 月4回 3ヵ月 27,324円



随時体験受付中 各2,475円

初めてのジャズボーカル

- ジャズボーカリスト 山下 みさ子
- 第2・4(水)12:30~14:00
- 月2回 3ヵ月 17,490円



随時体験受付中 各2,475円

古文書解読を楽しむ

- 奈良女子大学講師 島津 良子
- 第2・4(木)15:30~17:00
- 月2回 3ヵ月 15,642円



随時体験受付中 各2,255円

色鉛筆アート

- 色鉛筆画家 さがわ ちえみ
- 第1・3(木)10:45~12:45
- 月2回 3ヵ月 18,282円



随時体験受付中 各3,025円 ※材料費込

~万葉風景の美~写真教室

- (公社)日本写真家協会会員/JPS 上山 好麻
- 第4(水)10:00~12:00
- 月1回 6ヵ月 17,490円



随時体験受付中 3,025円

話題のステッチ・ スタンプワーク刺しゅうと欧風刺繍

- 井関睦子欧風刺繍教室主宰 井関 睦子
- 第1・3(土)10:00~12:00
- 月2回 3ヵ月 17,622円 ※材料費別途



随時体験受付中 各3,025円 ※材料費込

【お問合せ・お申込みは】

近鉄文化サロン奈良

電話 0742-35-8161

〒631-0821 奈良市西大寺東町2-4-1 ならファミリー別館1号館2階
※受付時間 10:00~17:30(日・水曜日は17:00まで)
※休業日は受付業務を休ませていただきます。
【休業日:3/29(金)~3/31(日)、4/29(月・祝)~5/5(日・祝)】

ホームページからWEBで らくらくお手続き!

ご予約・ご入金手続きは、
WEBがおすすすめ!
店頭でもおたすことな、
おうちでゆっくりお手続きできます。
また、WEBならいつでも入会金無料!



【ご入会方法】

- 初めてお申込みの方は、入会金5,500円を申し受けます。
- 各講座とも満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

