

# 自分をもっと磨いて…暮らしがもっと潤う講座 1


自分を磨き、毎日の暮らしをもっと豊かで潤ったものにしたい。そんな願いを叶える充実の講座から、素敵な自分だけの時間が始まります。

H29 2 発行

## ●美容-1

近鉄文化サロン阿倍野

| 講座名   | 講師名   | 講座内容   | 曜日・時間                          | 受講料  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
|---|---|--|--------------------------------|--|---------|--|---------|---|---------|--|---------|--|--------------------------------|--|------------------------------|--|
|  <p>かづきれいに監修<br/>ゼロから始める<br/>メイクレッスン<br/>(ベーシック講座)</p> | <p>REIKO KAZUKI講師<br/>矢島 知子</p>                                     | <p>今のあなたに合ったメイクを講師がていねいにお教えいたします。解剖学に基づいたメイクテクニックで素肌から元気に若々しい印象へ。メイク初心者の方、自分に合ったメイクを知りたい方、是非どうぞ。</p> <table border="1"> <tr> <td>4/29(木)</td> <td>かづきの素肌づくり<br/>(シンプルスキンケア&amp;簡単30秒マッサージ)</td> </tr> <tr> <td>5/19(木)</td> <td>「乾燥対策」ファンデーションの塗り方</td> </tr> <tr> <td>6/ 1(木)</td> <td>印象を良くする眉の描き方&amp;アイメイク</td> </tr> <tr> <td>6/15(木)</td> <td>ポイントメイク(チーク・リップ)</td> </tr> <tr> <td>6/29(木)</td> <td>総復習</td> </tr> </table>  | 4/29(木)                        | かづきの素肌づくり<br>(シンプルスキンケア&簡単30秒マッサージ)                        | 5/19(木) | 「乾燥対策」ファンデーションの塗り方                                   | 6/ 1(木) | 印象を良くする眉の描き方&アイメイク                              | 6/15(木) | ポイントメイク(チーク・リップ)   | 6/29(木) | 総復習  | <p>第1・3(木)<br/>10:30~12:30</p> | <p>全5回 3ヵ月<br/>16,200円<br/>※入会月 4月、7月、10月、1月<br/>※振替不可</p> |                              |  |
| 4/29(木)   | かづきの素肌づくり<br>(シンプルスキンケア&簡単30秒マッサージ)                                 |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 5/19(木)   | 「乾燥対策」ファンデーションの塗り方  |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 6/ 1(木)   | 印象を良くする眉の描き方&アイメイク  |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 6/15(木)   | ポイントメイク(チーク・リップ)  |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 6/29(木)   | 総復習   |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| <p>かづきれいに監修<br/>パーフェクト<br/>メイクレッスン<br/>(テクニック講座)</p>  | <p>REIKO KAZUKI講師<br/>新後 美砂</p>                                     | <p>少人数で、よりセンスアップしたイメージを創り上げるためのメイクテクニックを学びます。ベーシックコースを2クール終了された方が対象です。「かづきメイク」の基本を理解した後、ご自身の悩み(シミ、しわ、たるみ)の解消方法や最新テクニックを学びます。今までより一歩進んだテクニックを身につけることで、メイクをする楽しさを感じてください。自分の手でお悩みが解消できるようになると、毎日鏡を見るのが楽しくなるでしょう。</p>   | <p>第1・3(木)<br/>18:30~20:30</p> | <p>全5回 3ヵ月<br/>17,279円<br/>※入会月 4月、7月、10月、1月<br/>※振替不可</p> |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
|  <p>受講生<br/>1万人突破!<br/>美人を<br/>目指すメイク</p>            | <p>エンライトメントメイク主宰<br/>代表講師<br/>吉村 薫子<br/>講師<br/>北浦 加奈子<br/>本村 陽子</p> | <p>メイクで見違えるほど美しく…秘密は1万人と美人を目指した元CAで人気講師の「十人十顔の丁寧な個別指導!」心も輝く上品なナチュラルメイクを体感・実習。驚きのプロの技は感動の連続(期間:6ヵ月)</p> <table border="1"> <tr> <td>4/21(金)</td> <td>80歳を過ぎてもその効果を実感。シミ、しわ、たるみを防ぐ「目からウロコ」の王道スキンケアを実際に体感。</td> </tr> <tr> <td>5/19(金)</td> <td>様々な悩み肌も一瞬で美肌に導く究極のファンデ使いで周りから早くも「あれ?なんだかキレイ!」と嬉しい反応が</td> </tr> <tr> <td>6/16(金)</td> <td>ダイヤモンドのように輝く瞳。小さな目も下がった目尻も技ありメイクで一気に見違えるほどの若返り!</td> </tr> <tr> <td>7/21(金)</td> <td>1000人集まれば1000通りの眉。瞳はますます輝き、お顔はリフトアップ。想像をはるかに越える美眉の効果に感動。</td> </tr> <tr> <td>8/18(金)</td> <td>唇を花びらに。チークで高い鼻筋と小顔効果も期待!若さもきれい! 屯手に入れてバラ色の幸せ気分</td> </tr> <tr> <td>9/15(金)</td> <td>憧れの女優のようにメイクで大変身。初めて見る自分にうっとり。「きれい」の大合唱で大満足の最終回!</td> </tr> </table> | 4/21(金)                        | 80歳を過ぎてもその効果を実感。シミ、しわ、たるみを防ぐ「目からウロコ」の王道スキンケアを実際に体感。        | 5/19(金) | 様々な悩み肌も一瞬で美肌に導く究極のファンデ使いで周りから早くも「あれ?なんだかキレイ!」と嬉しい反応が | 6/16(金) | ダイヤモンドのように輝く瞳。小さな目も下がった目尻も技ありメイクで一気に見違えるほどの若返り! | 7/21(金) | 1000人集まれば1000通りの眉。瞳はますます輝き、お顔はリフトアップ。想像をはるかに越える美眉の効果に感動。 | 8/18(金) | 唇を花びらに。チークで高い鼻筋と小顔効果も期待!若さもきれい! 屯手に入れてバラ色の幸せ気分 | 9/15(金)                        | 憧れの女優のようにメイクで大変身。初めて見る自分にうっとり。「きれい」の大合唱で大満足の最終回!           | <p>第3(金)<br/>10:10~12:10</p> | <p>全6回 6ヵ月<br/>19,440円<br/>※入会月 4月、10月<br/>※振替不可</p> |
| 4/21(金)   | 80歳を過ぎてもその効果を実感。シミ、しわ、たるみを防ぐ「目からウロコ」の王道スキンケアを実際に体感。                 |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 5/19(金)   | 様々な悩み肌も一瞬で美肌に導く究極のファンデ使いで周りから早くも「あれ?なんだかキレイ!」と嬉しい反応が                |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 6/16(金)   | ダイヤモンドのように輝く瞳。小さな目も下がった目尻も技ありメイクで一気に見違えるほどの若返り!                     |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 7/21(金)   | 1000人集まれば1000通りの眉。瞳はますます輝き、お顔はリフトアップ。想像をはるかに越える美眉の効果に感動。            |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 8/18(金)   | 唇を花びらに。チークで高い鼻筋と小顔効果も期待!若さもきれい! 屯手に入れてバラ色の幸せ気分                      |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |
| 9/15(金)   | 憧れの女優のようにメイクで大変身。初めて見る自分にうっとり。「きれい」の大合唱で大満足の最終回!                    |  |                                |  |         |  |         |   |         |  |         |  |                                |  |                              |  |

 ...女性のみ受講できる講座です。

受講料のほかに材料費・教材費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費・教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

カリキュラムは変更する場合がございます。

価格は、消費税を含んだ税込価格を表示しています。

●美容-2

| 講座名  | 講師名   | 講座内容   | 曜日・時間   | 受講料               |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
|--|---|--|---------|-------------------|---------|---------------------------|---------|---------------------------------|------------------------------|---|---------|----------------|---------|--|---------|----------------|---------|--|---------|-------------|---------|-------------|---------|----------------|---------|----------|--|---|
| <p><b>新講座</b><br/>~お肌にやさしい~<br/>手作り<br/>ナチュラルカラー<br/>コスメ</p>     | <p>社団法人日本パーソナル<br/>メイク協会理事<br/>JPMコスメサロナーゼ®<br/>スーパーバイザー<br/>楠 雅代</p> | <p>石油成分や合成成分はゼロ。自然由来の成分で<br/>お肌に優しい手作りナチュラルカラーコスメが簡単<br/>に作れます。オリジナルカラーで自分だけのカラーコ<br/>スメを使ったプチメイクレッスンで貴女だけの綺麗を<br/>見つけて下さい。</p> <table border="1"> <tr> <td>4/1ㄨ(水)</td> <td>オリジナルカラーで作るアイシャドウ</td> </tr> <tr> <td>4/21(金)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5/10(水)</td> <td>美肌チーク作り、</td> </tr> <tr> <td>5/19(金)</td> <td>リフトアップのチークのつけ方</td> </tr> <tr> <td>6/14(水)</td> <td>唇プルプルうるおいグロス作り</td> </tr> <tr> <td>6/19(金)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>7/12(水)</td> <td>保湿効果、美容液たっぷり口紅</td> </tr> <tr> <td>7/21(金)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>8/ 9(水)</td> <td>真珠パウダーできらめく</td> </tr> <tr> <td>8/18(金)</td> <td>ハイライトパウダー作り</td> </tr> <tr> <td>9/13(水)</td> <td>毛穴レスさんごパウダーで作る</td> </tr> <tr> <td>9/15(金)</td> <td>フェイスパウダー</td> </tr> </table> | 4/1ㄨ(水) | オリジナルカラーで作るアイシャドウ | 4/21(金) |                           | 5/10(水) | 美肌チーク作り、                        | 5/19(金)                      | リフトアップのチークのつけ方                                  | 6/14(水) | 唇プルプルうるおいグロス作り | 6/19(金) |  | 7/12(水) | 保湿効果、美容液たっぷり口紅 | 7/21(金) |  | 8/ 9(水) | 真珠パウダーできらめく | 8/18(金) | ハイライトパウダー作り | 9/13(水) | 毛穴レスさんごパウダーで作る | 9/15(金) | フェイスパウダー | <p>第2(水)<br/>10:30~12:00<br/>第3(金)<br/>19:00~20:30</p> | <p>全6回 6ヵ月<br/>16,848円<br/>※材料費別途<br/>※入会月 4月、10月<br/>※振替不可</p> |
| 4/1ㄨ(水)  | オリジナルカラーで作るアイシャドウ   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 4/21(金)  |   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 5/10(水)  | 美肌チーク作り、  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 5/19(金)  | リフトアップのチークのつけ方  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 6/14(水)  | 唇プルプルうるおいグロス作り  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 6/19(金)  |   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 7/12(水)  | 保湿効果、美容液たっぷり口紅  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 7/21(金)  |   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 8/ 9(水)  | 真珠パウダーできらめく   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 8/18(金)  | ハイライトパウダー作り   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 9/13(水)  | 毛穴レスさんごパウダーで作る  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 9/15(金)  | フェイスパウダー  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| <p><b>新講座</b><br/>佐伯式美肌塾<br/>~今よりキレイな<br/>5年後のために~<br/>〈全3回〉</p> | <p>佐伯チズ<br/>公認インストラクター<br/>仲谷 富美子</p>                                 | <p>何を付けても効果がない、どんなお手入れをしたらいい<br/>のか分からないという女性のために美容家佐伯<br/>チズ直伝の美容理論を全てお伝えします。正しいセ<br/>ルフケアでラブル知らずのお肌を育てましょう!</p> <table border="1"> <tr> <td>4/ 8(土)</td> <td>今日から肌が変わる基本のテクニク</td> </tr> <tr> <td>5/13(土)</td> <td>紫外線対策とシミ重点ケア</td> </tr> <tr> <td>6/10(土)</td> <td>困った時のスペシャルケアと<br/>チズ流キレイになるための方法</td> </tr> </table>  | 4/ 8(土) | 今日から肌が変わる基本のテクニク  | 5/13(土) | 紫外線対策とシミ重点ケア              | 6/10(土) | 困った時のスペシャルケアと<br>チズ流キレイになるための方法 | <p>第2(土)<br/>13:00~14:30</p> | <p>全3回 3ヵ月<br/>12,960円<br/>※材料費込み<br/>※振替不可</p> |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 4/ 8(土)  | 今日から肌が変わる基本のテクニク  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 5/13(土)  | 紫外線対策とシミ重点ケア  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 6/10(土)  | 困った時のスペシャルケアと<br>チズ流キレイになるための方法                                       |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| <p><b>新講座</b><br/>大人の<br/>ヘアアレンジ<br/>(セミロング~ロング)<br/>〈全3回〉</p>   | <p>トータルビューティーコーチ<br/>浅田 雅美</p>  | <p>ヘアアレンジ初心者向けのレッスンです。簡単なア<br/>レンジでも、垢ぬけたり、ちょっとしたお出かけの際に<br/>より華やかにオシャレになるヘアアレンジをレッスン<br/>します。ヘアアレンジが楽しくなる事間違いなし!</p> <table border="1"> <tr> <td>4/17(月)</td> <td>コテでヌケ感のある巻き方スタイル</td> </tr> <tr> <td>5/15(月)</td> <td>ハーフアップ、夜会巻き、<br/>簡単アップスタイル</td> </tr> <tr> <td>6/19(月)</td> <td>アップスタイル応用編</td> </tr> </table>  | 4/17(月) | コテでヌケ感のある巻き方スタイル  | 5/15(月) | ハーフアップ、夜会巻き、<br>簡単アップスタイル | 6/19(月) | アップスタイル応用編                      | <p>第3(月)<br/>10:30~12:30</p> | <p>全3回 3ヵ月<br/>13,284円<br/>※振替不可</p>            |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 4/17(月)  | コテでヌケ感のある巻き方スタイル  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 5/15(月)  | ハーフアップ、夜会巻き、<br>簡単アップスタイル   |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |
| 6/19(月)  | アップスタイル応用編  |  |         |                   |         |                           |         |                                 |                              |   |         |                |         |  |         |                |         |  |         |             |         |             |         |                |         |          |  |   |

**新講座** ...4月から新設の講座です。

受講料のほかに材料費・教材費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費・教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

カリキュラムは変更する場合がございます。

価格は、消費税を含んだ税込価格を表示しています。

●美容-3

| 講座名  | 講師名   | 講座内容  | 曜日・時間                          | 受講料                                  |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
|--|---|---|--------------------------------|--------------------------------------|---------|----------------------------------|---------|-----------------------------------|---------|--------------------------|-----------|-----------------|---------|--------------------------|------------------------------|--|
| <p>～延べ15万人に<br/>美を伝授～<br/><b>横田仁美の<br/>グッドエイジング<br/>セミナー</b></p>   | <p>トータルビューティ<br/>プロデューサー<br/><b>横田 仁美</b></p>                         | <p>魅力的な表情からマナーまで内・外・精神面からトータルに美しく輝く貴女をプロデュースいたします。日々美しさを増していくグッドエイジングな生き方をテーマに、楽しみながら身につけていただけます。</p> <table border="1" data-bbox="539 409 1002 689"> <tr> <td>4/ 7(金)</td> <td>若く見える人、老けて見える人はここが違う! 笑顔や姿勢で印象アップ</td> </tr> <tr> <td>6/ 2(金)</td> <td>大人の作法!異性・同性にイメージアップ! 言葉のエlegance</td> </tr> <tr> <td>6/30(金)</td> <td>美しい立ち居振る舞い!!夏に向けて、キレイな歩き方ですっきりボディ</td> </tr> <tr> <td>7/ 7(金)</td> <td>華のあるファッションコーディネートでスタイル美人</td> </tr> <tr> <td>8/ 4(金)</td> <td>「いい女」をつくる12のヒント</td> </tr> <tr> <td>9/ 1(金)</td> <td>大人の秋メイク!夏から秋に肌&amp;髪をリメイクアップ</td> </tr> </table> <p>■体験レッスン 受講料=3,348円</p> | 4/ 7(金)                        | 若く見える人、老けて見える人はここが違う! 笑顔や姿勢で印象アップ    | 6/ 2(金) | 大人の作法!異性・同性にイメージアップ! 言葉のエlegance | 6/30(金) | 美しい立ち居振る舞い!!夏に向けて、キレイな歩き方ですっきりボディ | 7/ 7(金) | 華のあるファッションコーディネートでスタイル美人 | 8/ 4(金)   | 「いい女」をつくる12のヒント | 9/ 1(金) | 大人の秋メイク!夏から秋に肌&髪をリメイクアップ | <p>第1(金)<br/>10:30～12:00</p> | <p>月1回 6ヵ月<br/>20,088円</p>                 |
| 4/ 7(金)  | 若く見える人、老けて見える人はここが違う! 笑顔や姿勢で印象アップ                                     |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 6/ 2(金)  | 大人の作法!異性・同性にイメージアップ! 言葉のエlegance                                      |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 6/30(金)  | 美しい立ち居振る舞い!!夏に向けて、キレイな歩き方ですっきりボディ                                     |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 7/ 7(金)  | 華のあるファッションコーディネートでスタイル美人  |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 8/ 4(金)  | 「いい女」をつくる12のヒント   |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 9/ 1(金)  | 大人の秋メイク!夏から秋に肌&髪をリメイクアップ  |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| <p><b>新講座</b><br/><b>表情筋<br/>トレーニング</b></p>                        | <p>(株) Brill H 認定<br/>表情筋トレーニング<br/>インストラクター<br/><b>棚瀬 由衣</b></p>     | <p>顔の下にある約30種類の筋肉をしっかり刺激する表情筋トレーニング。1つ3分程度の簡単なトレーニングで筋肉を柔軟にし、気になる目元のシワや口元の法令線、フェイスラインのたるみを解消し、ハリと潤いを蘇らせましょう。</p>  | <p>第1・3(火)<br/>10:30～12:00</p> | <p>月2回 3ヵ月<br/>14,904円</p>           |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| <p>～体の内側から<br/>イキイキキレイ～<br/><b>ファスティング<br/>講座</b></p>              | <p>ちがファスティングスクール主宰<br/>元看護師<br/>ファスティングインストラクター<br/><b>西村 智香子</b></p> | <p>今注目のファスティングって何?どんなふうにするの?という方に食の事から腸のメカニズム、腸をキレイにするとうなるのか?酵素ファスティングについて学び実践する事で本来の健康と美しさを引き出します。<br/>(期間:6ヵ月)</p> <table border="1" data-bbox="539 1370 1002 1585"> <tr> <td>4/14(金)</td> <td>ファスティングとは・食について</td> </tr> <tr> <td>5/12(金)</td> <td>腸のメカニズム・酵素について</td> </tr> <tr> <td>6/ 9(金)</td> <td>半日ファスティングとは</td> </tr> <tr> <td>7/14(金)</td> <td>半日ファスティング実践後のシェア</td> </tr> <tr> <td>8/11(金・祝)</td> <td>1日ファスティングとは</td> </tr> <tr> <td>9/ 8(金)</td> <td>1日ファスティング実践後のシェア・まとめ</td> </tr> </table>  | 4/14(金)                        | ファスティングとは・食について                      | 5/12(金) | 腸のメカニズム・酵素について                   | 6/ 9(金) | 半日ファスティングとは                       | 7/14(金) | 半日ファスティング実践後のシェア         | 8/11(金・祝) | 1日ファスティングとは     | 9/ 8(金) | 1日ファスティング実践後のシェア・まとめ     | <p>第2(金)<br/>13:30～15:00</p> | <p>全6回 6ヵ月<br/>16,200円<br/>※入会月 4月、10月</p> |
| 4/14(金)  | ファスティングとは・食について   |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 5/12(金)  | 腸のメカニズム・酵素について  |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 6/ 9(金)  | 半日ファスティングとは   |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 7/14(金)  | 半日ファスティング実践後のシェア  |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 8/11(金・祝)  | 1日ファスティングとは   |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| 9/ 8(金)  | 1日ファスティング実践後のシェア・まとめ  |   |                                |                                      |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |
| <p><b>新講座</b><br/>～陰陽調和で<br/>体の中から美しく～<br/>はじめての<br/>マクロビオティック</p> | <p>マクロビ講師<br/>ヨガ講師<br/>ドレスセラピスト<br/><b>井上 悠子</b></p>                  | <p>最近肌がくすむ、疲れやすい、何となく体調が優れない…と感じる方におすすめ。食習慣とお顔や体の症状のカウンセリングで原因を分析し、お手当ての方法を個別にアドバイスします。家庭でも実践しやすい具体的なアドバイスで、6ヶ月後の変化を実感してください!!</p>  | <p>第4(水)<br/>13:00～14:30</p>   | <p>全6回 6ヵ月<br/>23,328円<br/>※振替不可</p> |         |                                  |         |                                   |         |                          |           |                 |         |                          |                              |  |

■体験レッスンは、お一人さま一回限りとさせていただきます。ご受講希望日時をご予約のうえ、5日前までに、ご入金の手続きをお済ませください。

**新講座** ...4月から新設の講座です。

受講料のほかに材料費・教材費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費・教材費込み」の表示のある講座を除きます。)

カリキュラムは変更する場合がございます。

価格は、消費税を含んだ税込価格を表示しています。

| 講座名 | 講師名 | 講座内容 | 曜日・時間 | 受講料 |
|-----|-----|------|-------|-----|
|-----|-----|------|-------|-----|

大西克美の  
手を美しく見せる  
ワンランク上の  
ジェルネイル  
レッスン

日本ネイリスト生涯教育  
協会 理事  
ルキナネイルスクール  
学院長  
大西 克美

自分でジェルネイルができるようになり、手のお悩みをカバーするネイルウィッグ チップ 先作れる講座です。各講習の最終日には三重県庁から認められたネイル専用開発された、伊勢志摩産の本真珠ルキナパールを取り付けることで、他には無いあなただけの本物のネイルに仕上がります。さあ!パーティ・同窓会などの特別な日に「どうして、そんなにキレイな手なの?」と言われてみませんか?  
本講座は認定資格取得可能講座です。

(入門)

|     |  |
|-----|--|
| 1回目 | これで完璧!ジェルネイルの基礎知識<br>ストレートフレンチ+ストーンアート |
| 2回目 | 指が長く見えるデザイン<br>斜めフレンチとマーブルネイル          |
| 3回目 | 大人可愛いダブルフレンチネイルと<br>ホログラムアート           |

(初級)

|     |                                 |
|-----|---------------------------------|
| 1回目 | 上品な逆フレンチネイルとバラアート               |
| 2回目 | お悩みカムフラージュカラーグラデーション<br>とジェルアート |
| 3回目 | 上級のビーコックアートに挑戦!                 |

(中級)

|     |                  |
|-----|------------------|
| 1回目 | ちょっとオシャレなツイードネイル |
| 2回目 | 大人カッコいいレオパードネイル  |
| 3回目 | 清楚系フレンチネイルとお花アート |

(上級)

|     |                         |
|-----|-------------------------|
| 1回目 | 今年風ブロッキングネイルとパイカラー      |
| 2回目 | ワンランク上のタイダイネイル&上級ラインアート |
| 3回目 | ちょっとオシャレなブッチネイル         |

(実践アート講習)

|    |              |
|----|--------------|
| 4月 | ベっ甲アート       |
| 5月 | ダルメシアンアート    |
| 6月 | 銀河アート        |
| 7月 | 水辺アート        |
| 8月 | タイダイアート      |
| 9月 | 季節のアート・ハロウィン |

第2(火)  
10:30~12:00

全3回 3ヵ月  
12,960円

## ●美容-5

| 講座名                         | 講師名                                 | 講座内容  | 曜日・時間                | 受講料   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|-----------------------------|-------------------------------------|---|----------------------|---|--------------------|----------------------|--------------------|----------------------|--------------------|----------------------|--------------------|----------------------|--------------------|
| セルフ<br>ジェルネイル<br>講座<br>〈入門〉 | ネイルサロン&スクール<br>MORE+plus主宰<br>田中 実加 | 今人気のジェルネイルを楽しみませんか?塗ったままのツヤが約3週間持続 オフも自分で簡単にできます。いつも目に入る指先がピカピカだと気持ちも明るくなりますよ<br>(入門) | 第3(金)<br>19:00~20:30 | 全3回 3ヵ月<br>11,340円<br>※初回材料費<br>約13,965円~<br>(UVライト代別途) |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
| 〈初級〉<br>〈中級〉                |                                     | 第1回 道具の説明、クリアジェルの塗り方と除去方法   |                      | 第3(金)<br>19:00~20:30                                    | 全3回 3ヵ月<br>11,340円 |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | 第2回 ラメグラデーション   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | 第3回 ラメグラデーションにストーンやシールで華やかさをプラス   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
| 〈上級〉                        |                                     | (初級)  |                      |   |                    | 第3(金)<br>19:00~20:30 | 全3回 3ヵ月<br>12,636円 |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | 第1回 カラーグラデーションの境目にラメを散らしてゴージャスに   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | 第2回 単色塗り  |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
| 〈アートコース〉                    |                                     | 第3回 マーブルアート   |                      |   |                    |                      |                    | 第3(金)<br>19:00~20:30 | 月1回 3ヵ月<br>12,636円 |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | (中級)  |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | 第1回 フレンチネイル+ラメライン   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
| 〈アートコース〉                    |                                     | 第2回 ビーコックアート  |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    | 第3(金)<br>19:00~20:30 | 月1回 3ヵ月<br>12,636円 |                      |                    |
|                             |                                     | 第3回 パラのアート  |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             |                                     | (上級)  |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
| 〈アートコース〉                    |                                     | 第1回 ツイードアート   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    | 第3(金)<br>19:00~20:30 | 月1回 3ヵ月<br>12,636円 |
|                             |                                     | 第2回 タイダイアート   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 第3回 レースアート                          |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | (アートコース)                            | 第3(金)<br>19:00~20:30  | 月1回 3ヵ月<br>12,636円   |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 4月 スポンジアート                          |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 5月 銀河アート                            |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 6月 縦グラデーション                         |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 7月 水辺アート                            |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 8月 ブッチアート                           |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 9月 レオパードアート                         |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 10月 箔アート                            |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 11月 キルティングアート                       |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 12月 大理石アート&ニュアンスフレンチ                |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 1月 ニットネイル                           |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
|                             | 2月 ダルメシアンアート                        |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |
| 3月 ギンガムチェック                 |                                     |   |                      |   |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |                      |                    |

受講料のほかに材料費・教材費を頂戴する場合がございます。(ただし「材料費・教材費込み」の表示のある講座を除きます。)  
カリキュラムは変更する場合がございます。  
価格は、消費税を含んだ税込価格を表示しています。

shumian

おけいこスポット

カフェ感覚で気軽に参加できる1回完結型のおけいこ教室

あべのハルカス近鉄本店ウイング館3階東にて開講中!

shumian[シュミアン]は、カフェ感覚で気軽に参加できる、  
コーヒー付の1回完結型おけいこスポットです。  
趣味、アートなど、多彩な講座をご用意します。

入会金不要 完全予約制  
「シュミアン」は近鉄文化サロン阿倍野が運営しています。

シュミアン

検索



