

2025 秋・冬

ジュニアからシニアまでみんなの学びの場コープさっぽろ文化教室



受講生募集中



※文化教室は組合員のための教室です。ご利用にはコープさっぽろの組合員加入が必要です。※体験、講座受講は事前申込が必要です。
ホームページまたはお電話でお申込みください。※定員になり次第締切とさせていただきます。定員に満たない場合等、講座を延期・中止することがあります。

体験するなら
今がお得!

期間限定

体験料500円
キャンペーン

対象:9/1~10/28までの参加分

※要予約 ※一部対象外あり
※1講座1回まで
※通常時の体験料は講座1回分です。

コープさっぽろ 平岡文化教室

札幌市清田区平岡公園東3丁目1-5
コープさっぽろ平岡店2階

最寄バス停 東栄通・東栄通中央

営業時間 月~金 10:00~18:00、土 10:00~16:00

011-885-3481



NEW グループレッスン はじめてのカリンバ

オルゴールのような音色のカリンバ。親指でお手軽に演奏ができます♪TV 出演歴のある講師がレッスン。初心者大歓迎!



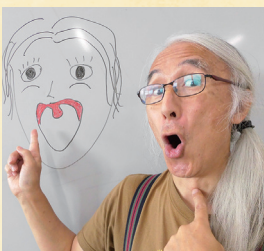
体験会※要予約
9/16

日時 第1・3(火)
13:00~14:00

受講料 3,960円(月2回)
講師 カリンバ小僧

NEW 嚥下(えんげ)機能を強化 健康を保つ発声トレーニング

最近食事中にむせたり飲み込みづらいことはありませんか? 声を出すことで様々な筋肉を効果的に使い鍛えます。表情筋も大幅にアップ!!



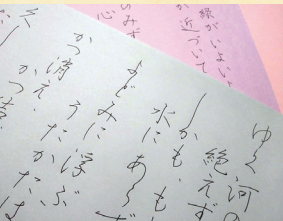
日時 第3(火)
15:15~16:00

受講料 1,650円(月1回)
講師 亀川 朗 (ハート音楽院専任講師)

体験会※要予約
9/16・10/21

NEW 月1回コース 大人のペン字

美しい姿の文字が書けるよう指導します。文字造形の基本を学び、楷書・行書・連絡などお手本がなくても書けるようになります。



日時 第1(月)
12:00~13:30

受講料 1,760円(月1回)
講師 森 ひとみ

体験会※要予約
9/1・10/6

NEW 毎日の食生活に活かせる はじめての薬膳

薬膳は食材の力で心と体のバランスを整えます。スーパーにある食材で簡単にできる薬膳の基本を学び、お家薬膳を楽しみましょう!



日時 第4(土)
11:00~12:30

受講料 2,970円(材料費込み)(月1回)
講師 沼本 美香

期間限定講座
10~3月

NEW 初心者コース マンドリンレッスン

基礎より講師がていねいにお教えます♪1年でも数曲仕上げます。マンドリンの素敵な音色を体感してみませんか?



日時 不定期(月)
11:40~13:00

受講料 4,576円(月2回)
講師 田中 昌江

体験会※要予約
9/22
10/6・20

フルート教室

憧れのフルートに挑戦してみませんか? 初心者も大募集! 経験者にはレベルに合わせたレッスンします。一緒に音楽を楽しみましょう♪



日時 第2・4(火)
13:00~19:30 (30分の個人レッスン)

受講料 6,006円(月2回)
講師 川本 咲

女性のためのヨガ

身体がかたくても大丈夫! 初心者でも大丈夫! 個々のレベルに合わせて動けるので、安心して参加してください。



日時 (火)
13:00~14:30

受講料 5,324円(月4回)
講師 清水 孝子

JAZZ HIPHOP

TV、MVで見るようなジャズダンス・HIPHOPなど多様なダンススタイルを様々な曲で踊ります。基本を学びレベルアップを目指しましょう。



日時 不定期(水)
18:50~20:00

受講料 4,620円(月3回)
講師 平山 英理子

対象年齢
小5~大人

韓国の針仕事 ポジャギ教室

暮らしに彩を添える生活小物から伝統小物など色合わせを楽しみながら、韓国の伝統手芸に触れてみましょう。初心者も大歓迎です。



日時 第4(火)
10:10~12:00

受講料 1,925円~(月1回)
講師 李 和優

指で描く 癒しのパステルアート

どなたでも簡単に楽しく描けるパステルアートは、ふんわりと優しい色合いの作品となります。パステルを粉状にして指で描きます。



日時 第3(木)
10:05~12:00

受講料 1,815円(月1回)
講師 見野 亜里

自分時間で器作りを! 作って使って楽しい陶芸

日々の食事で使う器や季節のアイテムなどを自分で作ってみませんか。1人1人に合わせた指導を心がけています。



日時 (木) 13:00~15:30

受講料 月4回6,600円
月2回4,730円

講師 館山 智 (円山工房専任講師)

女性のための楽しい 健康マージャン教室

脳トレにもなるマージャンを楽しみながら覚えてみましょう。経験豊富な講師が個々にあったアドバイスをを行います。



日時 不定期(金)
10:10~12:40

受講料 5,061円(月3回)
講師 阿部 徹男

ジュニア クラシックバレエ

バレエの基礎から振り付けを覚え、1曲踊れるようになるまでを習得します。1年に1度、年度末に発表会を開催します。



日時 不定期(月)
①幼児~小1 15:30~16:20
②小2~小6 16:20~17:30

受講料 ①4,026円 ②4,356円(月3回)
講師 杉本 有賀里

ジュニア ユニット HIP-HOP

ヒップホップのリズムや動きを覚え、1つのダンスチームのように構成を組んで踊ります。元気に楽しくカッコ良くみんなで踊りましょう!



日時 (火)
16:40~17:40

受講料 5,324円(月4回)
講師 汐海 みちる

ジュニア キッズジュニアチアダンス

振り付けを楽しみながらステップ・ジャンプ等のダンスの基本を学び、リズム感を身に付けます! K-POP や J-POP で元気に踊りましょう!



日時 不定期(水)
18:00~18:50

受講料 4,620円(月3回)
講師 平山 英理子

月1回コースもあり 昭和の名曲

亀川先生の生演奏に合わせて、童謡・唱歌・歌謡曲・洋楽などを歌います。おなじみの曲を中心にたくさん歌って楽しみましょう!



日時 第1・3(土)
10:10~11:10

受講料 2,706円(月2回)
講師 亀川 朗 (ハート音楽院専任講師)

ジュニア こども書道

書道の基本を学び、正しく美しい文字が書けるよう練習します。初めての20分位は硬筆も練習します。



日時 第1・3(月)
16:00~17:30

受講料 3,014円(月2回)
講師 森 ひとみ

ジュニア どんどん上達する絵画教室

デッサンの基礎を学びつつ個性を生かし創造力を育む絵画教室です。水彩画の他アクリルや油絵の具での造形を深めます。



日時 第1・3(水)
16:45~18:15

受講料 3,556円(材料費込み)(月2回)
講師 彼方 アツコ

1Day 切らない・縫わない 帯で作るタペストリー

タンスや押し入れに眠っている帯はありませんか。この講座は針もハサミも使わず季節に合った華やかなデザインを作っていきます。



日時 11/6(木)
10:00~12:00

受講料 2,310円/1回(材料費込み)
講師 向川 さつき

受講生発表会

カルチャーフェスタ開催

受講生によるステージ発表・作品展示など日頃の成果を発表する機会です。ぜひお立ち寄りください!
※参加有無は講座により異なります。



日程のご案内

ステージ 9/16(火)~17(水) 展示 9/22(月)~25(木)

場所
札幌市民交流プラザ

ジュニア講座				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
クラシックバレエ 幼児～小1	(月)不定期月3回 15:30～16:20	4,026円 (月3回)	杉本 有賀里	
クラシックバレエ 小2～小6	(月)不定期月3回 16:20～17:30	4,356円 (月3回)		
キッズ・ジュニアチアダンス 年長～小6	(水)18:00～18:50	4,620円 (月3回)	平山 英理子	
チアダンスMu 3歳～小2	(土)不定期月3回 14:00～14:50	4,620円 (月3回)	MIYUKI	
チアダンスMu 小3～中学生	(土)不定期月3回 15:00～16:00	4,950円 (月3回)		
ユニットHIP-HOP 3歳～小6	(火)16:40～17:40	5,324円 (月4回)	汐海 みちる	
チアキ クラシックバレエ 小1～	(火)18:00～19:00	5,544円 (月4回)	CHIAKI CLASSIC BALLET 専任講師	
キッズカンフー 年中～小1	(木)16:10～17:00	5,104円 (月4回)	沼田 百菜	
体育教室 幼児	(金)不定期月3回 15:30～16:30		植村 唱志	
体育教室 小1・小2	(金)不定期月3回 16:45～17:45	6,072円 (月3回)		
体育教室 小3～中学生	(金)不定期月3回 18:00～19:00			
クラシックバレエ 3歳～小2	第2・3・4(土) 10:10～11:00	4,026円 (月3回)	佐藤 由美子 吉田 亮太	
クラシックバレエ 小3～中学生	第2・3・4(土) 11:10～12:20	4,356円 (月3回)		
こども書道 5才～18才	第1・3(月) 16:00～17:30	3,014円 (月2回)	森 ひとみ	
たくゆうそろばん教室 4歳～大人	(火)15:30～18:00 (土)14:30～17:00	4,400円 (月4回)	たくゆう 専任講師	
たくゆうそろばん教室 4歳～大人 週2回コース	(火)15:30～18:00 (土)14:30～17:00	5,500円 (月8回)		
キッズボーカルグループ☆Shiny☆ 小学生	第2・4(水) 16:15～17:30	3,806円 (月2回)	平良 愛美	
理科実験教室 小学生	第2・4(水) 16:00～17:00	2,706円 (月2回)	さとう ちひろ	
どんだん上達する絵画教室 小3～	第1・3(水) 16:45～18:15	3,556円 (月2回) ※	彼方 アツコ	
ゲームづくりをUnityで 小5～大人	第2・4(金) 16:30～17:30	3,806円 (月2回)	芦原 和人	
百人一首 下の句かるた教室 6才～大人	第1・3(土) 10:10～11:50	1,518円 (月2回)	高橋 直人	
楽しく上達 はじめての絵画 小3～大人	第1・3(土) 13:30～16:00	3,806円 (月2回)	田中 茂基	

絵・絵画				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
はじめての絵画	第1・3(月) 10:10～12:40	3,806円 (月2回)	田中 茂基	
	第1・3(火) 10:10～12:10			
	第1・3(土) 13:30～16:00			
絵画	第1・3・4(水) 13:00～15:00	5,676円 (月3回)	田所 陸男	
楽しい絵工房	第2(水) 13:00～15:00	2,475円 (月1回) ※	手代木 美香	
指で描く 癒しのパステルアート	第3(木) 10:05～12:00	1,815円 (月1回)	見野 亜里	
心おくる絵手紙	第1(金) 10:15～12:15	1,815円 (月1回)	山田 真由美	

ダンス・舞踊				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
大人のクラシックバレエ	(月) 10:30～12:00	5,104円 (月4回)	木村 仁秀	
フォークダンス	(火) 10:15～12:15	4,224円 (月4回)	土谷 早苗	
花柳流 日本舞踊	第2・4(水) 10:10～12:10	3,806円 (月2回)	花柳 紀二郎	
JAZZ HIPHOP	不定期(水) 18:50～20:00	4,620円 (月3回)	平山 英理子	
ズンバ 骨盤コンディショニング	第1(木) 12:25～13:15	1,210円 (月1回)	野田 美香	
ディスコダンス	第2・4(金) 10:30～11:30	2,706円 (月2回)	高島 保	

健康・運動				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
太極拳	(月) 13:15～15:00	5,324円 (月4回)	沼田 百菜	
ヨガ	(火) 13:00～14:30	5,324円 (月4回)	清水 孝子	
ピンボンスクール	(木) 10:10～12:10	8,624円 (月4回)	佐々木 信之	
気功練功十八法&養生杖	(木) 13:30～15:00	5,324円 (月4回)	藤岡 龍峰 佐藤 世津子	
おなか美人 ピラティス	第2・3・4(木) 12:25～13:15	3,531円 (月3回)	野田 美香	
背骨コンディショニング	(金) 13:30～14:30	5,324円 (月4回)	斉藤 絵理	
体幹を整える 骨盤底筋エクササイズ	第2・4(土) 12:35～13:35	5,676円 (月2回)	佐藤 史子	

手 芸				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
ようざい	第2・4(月) 13:30～15:40	3,366円 (月2回)	橋場 美智子	
	第2・3・4(水) 10:10～12:20	4,587円 (月3回)		
	第2・4(金) 10:15～12:15	3,806円 (月2回)		
ミシンソーイング教室 月2回コース	12:30～14:30	1,903円 (月1回)	MAI	
ミシンソーイング教室 月1回コース	14:45～16:45			
たのしい手編み	第1・3(火) 10:15～12:15、 12:45～14:45	3,806円 (月2回)	田中 朝	
	第1・3(火) 10:15～14:45	5,566円 (月2回)		
	第4(火) 10:10～12:00	1,925円～ (月1回)		
韓国の針仕事 ボジャギ教室			李 和優	

工 芸				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
仏像を彫る	第2・4(火) 12:30～14:30	4,356円 (月2回)	高田 繁	
ステンドグラス教室	第2・4(水) 13:00～15:00	3,806円 (月2回)	奈良 美代子	
陶芸 月4回コース	(木) 13:00～15:30	6,600円 (月4回)	館山 智 (円山工房) 専任講師	
陶芸 月2回コース	第1・3(木) 13:00～15:30	4,730円 (月2回)		

語 学				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
英会話 中級	(月)不定期月3回 13:30～14:30	4,026円 (月3回)	伊勢 直子	
英会話 初級	(月)不定期月3回 14:40～15:40			
身につく英会話	(木) 10:15～11:35	6,424円 (月4回)	生内 紀子	
Helloから始めよう英会話 グループ	第1・2・4(水) 10:15～11:15	4,026円 (月3回)		
Helloから始めよう英会話 個人レッスン	第2・4(水) 11:30～16:30 30分の個人レッスン	4,026円 (月2回)		
アマンダのLet's Talk! 初級	第2・4(土) 15:20～16:20	3,586円 (月2回)	アマンダ ハローウ	
アマンダのLet's Talk! 中級	第2・4(土) 13:00～14:00、 14:10～15:10			
キム先生の楽しい韓国語 中級	第2・3・4(土) 10:05～11:35	5,676円 (月3回)	金 明徹	
キム先生の楽しい韓国語 初級	第2・3・4(土) 11:40～13:10			

書道・ペン字				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
“いろは”から始める仮名の書 月1回コース	第1(月) 13:45～15:15	1,925円 (月1回)	森 ひとみ	
“いろは”から始める仮名の書 月2回コース	第1・3(月) 13:45～15:15	3,806円 (月2回)		
大人のペン字	月1回コース	第1(月) 12:00～13:30		
	月2回コース	第1・3(月) 12:00～13:30		
日ペンで学ぶ 美しい文字講座	第1・3(水) 10:30～12:00、 13:00～14:30	3,146円 (月2回)	田苗 恵	
書道を楽しむ	第1・3(木) 13:00～16:00	4,026円～ (月3回)	田辺 麗鶴	
想いを伝える 伝筆®(つてふで)	第2(木) 10:30～12:00	2,475円 (月1回)	中澤 友絵	

趣味・教養・実用				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
コーラスのどトレ®	第2・4(月) 10:30～11:30	3,476円 (月2回)	北 敦子	
NEW 健康を保つ 発声トレーニング	第3(火) 15:15～16:00	1,650円 (月1回)	亀川 朗	
女性のための楽しい 健康マージャン教室	(金)不定期月3回 10:10～12:40	5,061円 (月3回) ※	阿部 徹男	
ゲームづくりをUnityで	第2・4(金) 16:30～17:30	3,806円 (月2回)	芦原 和人	
たくゆうそろばん教室	(火) 15:30～18:00 (土) 14:30～17:00	4,400円 (月4回)	たくゆう 専任講師	
	第4(土) 11:00～12:30	2,970円 (月1回) ※	沼本 美香	

お茶・お花				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
ロイヤルフラワー アレンジメントといけ花	第2・4(火) 10:15～12:15	3,806円 (月2回)	岡村 美恵子	
茶道教室	第2(火) 10:10～12:10	2,475円 (月1回) ※		
	第2・4(土) 10:10～12:10	4,906円 (月2回) ※	渡部 宗純	
	第1(金) 10:10～12:10、 13:00～15:00	2,475円 (月1回) ※		

音楽・うた				
講座名	日 時	月 謝	講 師	
レディースカラオケ	(月) 10:10～11:40	5,324円 (月4回)	アントニオ須田	
思っきり歌おう	第1・3(月) 13:00～14:00	3,476円 (月2回)	高橋 実規子	
歌唱の広場	第1・3(水) 13:00～14:20	4,400円 (月2回)		
仲間と歌う初心者ゴスペル	第1・3(金) 10:15～11:30	3,806円 (月2回)	佐々木 裕子	
昭和の名曲 月1回コース	第1(土) 10:10～11:10	1,375円 (月1回)	ハート音楽院 専任講師	
昭和の名曲 月2回コース	第1・3(土) 10:10～11:10	2,706円 (月2回)		
声楽	第1・3(月)(水) 30分の個人レッスン	6,006円 (月2回)	高橋 実規子	
ボーカルレッスン	第2・4(水) 30分の個人レッスン	4,906円 (月2回)	平良 愛美	
カホングループ	(月)不定期月3回 19:30～20:15	5,148円 (月3回)	ハート音楽院 専任講師	
マンドリンレッスン	(月)不定期月2回 10:10～11:30、 11:40～13:00	4,576円 (月2回)	田中 昌江	
	第1・3(水) 18:45～20:00			
NEW はじめてのカリンバ	第1・3(火) 13:00～14:00	3,960円 (月2回)	カリンバ小僧	
楽しいウクレレ教室 グループ	第1・3(火) 10:15～11:45	3,256円 (月2回)	大箭 一伸	
楽しいウクレレ教室 個人レッスン	第1・3(火) 11:50～12:15、 12:20～12:45	2,376円 (月2回)		
楽しいウクレレ 入門コース	第2・4(水) 13:00～14:30	3,256円 (月2回)		
楽しいウクレレ プレッスン(個人)	第2・4(水) 12:00～12:55 25分の個人レッスン	2,750円 (月2回)	たのしいオカリナ 初級	
ウクレレで遊ぼう プライベート教室	第2・4(月) 17:00～19:00 30分の個人レッスン	4,400円 (月2回)		
キーボードをはじめよう グループレッスン	第1・3(水) 10:10～10:50、 11:00～11:40、 11:55～12:35	3,806円 (月2回)	大倉 映子	
キーボードをはじめよう 個人レッスン	第1・3(水) 13:00～13:30、 13:30～14:00	4,906円 (月2回)		
たのしいオカリナ 入門	第1・3(木) 11:00～12:00	4,136円 (月2回)	椎名 春奈	
たのしいオカリナ 初級	第1・3(木) 13:10～14:10			
たのしいオカリナ 中級	第1・3(木) 12:05～13:05	4,686円 (月2回)	カワイ音楽教室 専任講師	
カワイピアノ ジュニア	(月)～(土) 30分の個人レッスン	8,250円～ (年40回)		
カワイピアノ 大人		5,500円～ (年22回)	川本 咲	
カワイソルフェージュ 3歳		8,800円 (月3回)		
フルート教室	第2・4(火) 30分の個人レッスン	6,006円 (月2回)	ハート音楽院 専任講師	
電子ドラム/カホン	(月)(金)不定期月3回 30分の個人レッスン	7,326円 (月3回)		
ギター	(月)(金)(土)不定期月3回 30分の個人レッスン			
ギター グループレッスン	第1・3(土) 12:00～13:00	3,806円 (月2回)	佐藤 洋美	
月に2回のクラシックギター 30分コース	第1・3(水)または第2・4(水) 30分の個人レッスン	4,840円 (月2回)		
月に2回のクラシックギター 50分コース	第1・3(水)または第2・4(水) 50分の個人レッスン	7,040円 (月2回)		

※キッチンスタジオ※

旬の食材や行事にあわせた料理・スイーツ・パン。親子や子供向けの食育講座を開催中！

キッチン一覧Instagram



ルーシーキッチン(白石区)

☎011-857-1660

ソシアキッチン(南区)

☎011-578-5250



貸し教室あります

時間で借りるコープのレンタルスペース

会議や町内会の集まり、スクールなどにご利用いただけます。

お問合せ

生活文化事業部

☎011-209-1121



お問合せ・申し込みは

平岡文化教室

☎011-885-3481

会員特典

大丸藤井セントラル、カナリヤ、アークオアシス大麻店にて10%OFFの特典がうけられます。

マクドナルドさん●

厚別中央通

セイコーマートさん●

エネオスさん●

274号線

コープさっぽろ平岡店 2階

●東栄通中央

●東栄通

ホーマックさん●

◎料金は全て税込表示です。「※」は教材費や水屋料込み。別途教材費がかかる講座もございます。
※1日講座・定期講座の受講料は三井住友カード株式会社による口座振替となります。 ※申込後、キャンセル料がかかる場合があります。
※写真の一部はイメージです。 ※コープさっぽろのポイントとは330円につき1ポイントたまります。