

2026
春・夏

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



期間限定
体験料500円
キャンペーン

対象:3/2~4/29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。

体験する
のがお得!

※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。※受講料の他に月額330円(税込)の運営管理費がかかります。

コープさっぽろ 山の手文化教室

函館市山の手2丁目18-15 コープさっぽろ山の手店2階

0138-84-8440

駐車場無料

教室HP



※店舗トイレ横のドアから2階へ
※営業終了時間は曜日によって異なります。お問合せは
電話受付時間内をお願いいたします。

営業時間 月~金 10:00~20:00(電話受付~17:00) 土 10:00~14:00(電話受付~13:00)

コープさっぽろ いしかわ文化教室

函館市石川町457番1 石川ショッピングタウン内

0138-84-8440

駐車場無料

教室HP



電話・受付は山の手文化教室が窓口です

キッチンスタジオ併設

※営業終了時間は曜日によって異なります。
お問合せは電話受付時間内をお願いいたします。

営業時間 月~金 10:00~20:00(電話受付~17:00) 土 10:00~14:00(電話受付~13:00)

山の手文化教室 オススメ講座

はじめのエアロ&ステップ

心も身体もスッキリ、スッキリ100%。美と健康維持でハッスル、ハッスル。青春のステップで健康向上。



日時 初級 第2・3・4(土) 11:45~12:45
受講料 4,026円(月3回)
講師 杉野 朱美

パワーヨガ

座位でのストレッチから徐々に動きを交えた立位ポーズを行い、カロリー消費が期待できるヨガです。体幹強化でバランスも整います。ダイエットにも効果的!



日時 (木) 18:45~19:45
受講料 5,324円(月4回)/3,036円(月4回)
講師 EMI

手作り大好きデコ教室

カラフルなマカロンなどつい食べたくなるような小さなスイーツたちやキラッと光るレジン作品も。はじめてさんも大歓迎。可愛さをぎゅっと閉じ込めた小さな世界を、一緒に楽しみませんか?



日時 第1・3(木) 14:00~16:00
受講料 2,706円(月2回)
講師 相原 よし子

アイシングクッキー

飾って可愛い! 食べて美味しい! 世界にひとつだけのアイシングクッキー作りを楽しみましょう! お手軽に楽しくご参加いただけます。



日時 4/25 子どもの日、5/9 母の日、6/20 父の日 (土) 10:00~12:00
受講料 1,760円(月1回)
講師 sen to ten なりたゆきこ

きもの着付

器具を使用しない伝統的な手結びの着付です。手結びだからこそ、体に優しく馴染み、長時間着ても苦しくない、自然で美しいシルエットが生まれます。各々のペースに合わせ、ご自身で美しく着れるよう丁寧に指導いたします。



日時 (月) 10:00~12:00
受講料 5,181円(月3回)
講師 脇谷 むつ子

池坊いけ花講座ー花スタイルー

季節の花を生活の中に取り入れるための提案をします。月々の行事やプレゼント用の花をいける時間を一緒に楽しみましょう。ご希望に応じて、池坊免状申請もいたします。



日時 第3(水) 13:30~15:00
受講料 1,650円(月1回)
講師 野呂 さとみ

HIPHOPダンス

ダンスで育む、自信と個性。HIPHOPダンスで自分らしく、かっこいい! 新しい自分と出会うチャンス! はじめての方も一緒に楽しく踊りましょう!



日時 第1・2・3(月) 17:40~18:25
受講料 5,511円(月3回)
講師 Nono

KPOPダンス

今流行りのKPOPの曲を使い、完コピしたり、みんなで楽しく踊りませんか? 初めての方もお気軽にお越しください!



日時 第1・2・3(月) 18:40~19:25
受講料 5,511円(月3回)
講師 Nono

いしかわ文化教室 新規講座 (2026年4月~)

みんなの楽しいフラダンス

本物のフラダンスを楽しく学べる函館でも数少ない子どもと大人のフラダンス教室です。親子での参加も可能です。



日時 (月) 17:30~18:30
受講料 5,500円(月4回)
講師 村木 小百合

ズンバ

ラテンの音楽に合わせて楽しく踊るだけで世界の様々な国のリズムステップを覚えられ、脂肪燃焼、ストレス発散効果も期待できます。



日時 (水) 19:30~20:30
受講料 5,324円(月4回)/3,036円(月2回)
講師 EMI

やさしいペアダンス

踊りながら認知機能向上、ストレッチで体を伸ばしたり、体幹も鍛えられます。お友達、ご夫婦と一緒に楽しく健康を維持しましょう。お一人での参加も可能です。



日時 (水) 12:30~13:30
受講料 5,324円(月4回)
講師 杉野 朱美

マットピラティス

インナーマッスルやコアを鍛えて、姿勢改善や代謝アップを!



日時 (金) 10:30~11:30
受講料 4,026円(月3回) 講師 佐々木 啓恵

初めてのウクレレ

ハワイ生まれの小さな弦楽器。自分で鳴って、自分で演奏するには手頃で初心者の方が最も始めやすい楽器の一つです。心に響く癒しの音色を、あなたも奏でてみませんか?



日時 (月) 18:45~19:15
受講料 4,884円(月4回)
講師 村木 永親

マイレ本間フラスクール(初級)

フラダンスは、下肢筋力とインナーマッスルを鍛える事ができます。両手両足を一度に動かす事により脳の活性化にも役立ちます。ハワイアンミュージックで癒し効果も期待できます。



日時 (火) 12:00~13:15
受講料 4,026円(月3回)
講師 レファウイ・オ・マイレ佐々木

将棋

年齢や棋力は不問で、それぞれの実力に合わせて指導法で楽しみながらの上達を目指していますのでお気軽にご参加ください。



日時 第1・3(金) 16:30~18:30
受講料 3,806円(月2回) 講師 石高 澄恵

わくわく作文教室

ありのままの素直な自分の思いを詩や作文等で表現する学習をします。苦手だなと思うことにチャレンジすることで新しい自分を発見するかもしれません!!



日時 第2・4(月) 16:00~17:00
受講料 1,606円(月2回)
講師 高津 知子

ハンガリー刺しゅう

ステッチから学ぶハンガリーの伝統。ハンガリーに伝わる刺しゅうと地域によって特徴があるモチーフなどを月替わりで学びます。



日時 第2(金) 13:00~15:00
受講料 1,873円(月1回) 講師 松井 真佐子

楽しいマーじゃん教室

経験者はもちろん、未経験者もマーじゃんの楽しさを体感し、頭をたくさん使って、楽しみながら「脳トレ」をしましょう!



日時 第2・4(水) 13:00~16:30
受講料 3,256円(月2回) 講師 吉田 孝蔵

帯で作るタペストリー

タンスに眠っている帯を壁飾りとして蘇らせましょう。切ったり、縫ったりはしません。折って結んで留めていく作業で、素敵なタペストリーが完成しますよ。玄関やリビングに飾っても素敵です。



日時 5/15(金) 10:00~12:00
受講料 2,310円
講師 向川 さつき

山の手・いしかわ合同カルチャーフェスタ

受講生・講師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。



秋開催予定!!
場所 いしかわ文化教室

山の手文化教室

健康・運動

講座名	日時	月謝	講師
オススメ パワーヨガ	[木] 18:45~19:45	5,324円 (月4回) 3,036円 (月2回)	EMI

音楽・うた

講座名	日時	月謝	講師
和楽器に親しむ (三味線・尺八・しの笛)	[水] 16:00~17:30	4,026円 (月3回)	加川 カ
カワイ音楽教室 ピアノ(個人レッスン)	[火]30分 ※日時は ご相談ください	7,700円~ (年40回)	カワイ 専任講師
カワイ音楽教室 女声コーラス	[火] 10:30~11:30	3,850円 (月3回)	島 聖子

手芸

講座名	日時	月謝	講師
洋裁	[月] 12:30~14:30	5,456円 (月4回)	野呂 弘子
和裁	[金] 10:00~11:45	5,984円 (月4回)	栗山 千代子
はじめてさんの ミシン教室	第1・3[水] 10:30~12:30 [土] 10:30~12:30	4,400円 (月2回) 2,200円 (月1回)	田中 由紀子

工芸

講座名	日時	月謝	講師
オススメ 手作り大好きデコ教室	第1・3[木] 14:00~16:00	2,706円 (月2回)	相原 よし子

ダンス・舞踊

講座名	日時	月謝	講師
人気 楽しく踊ろう 50代からの大人ダンス	第2・3・4[土] 10:30~11:30	4,026円 (月3回)	杉野 朱美
リニューアル はじめての エアロ&ステップ (旧エアロビクス)	第2・3・4[土] 11:45~12:45 第2・4[土] 13:00~14:00	4,026円 (月3回) 2,440円 (月2回)	杉野 朱美
フラメンコ~入門~	[水] 19:40~20:30 [土] 18:10~19:00	5,324円 (月4回) 5,324円 (月4回)	木村 昭美
フラメンコ~初級~	[水] 18:30~19:30	6,424円 (月4回)	
フラメンコ~中級~	[土] 17:00~18:00	7,524円 (月4回)	
オススメ 楽しくフラダンス! マイル本間・ フラスクール	[木] 10:30~11:45	4,026円 (月3回) 3,036円 (月2回)	レファウイ・ オ・マイレ 佐々木
HIPHOPダンス	[月] 17:40~18:25	5,511円 (月3回)	Nono
K-POPダンス	[月] 18:40~19:25	5,511円 (月3回)	Nono

趣味・教養・実用

講座名	日時	月謝	講師
きもの着付教室	[月] 10:00~12:00	5,181円 (月3回)	脇谷 むつ子
着つけ教室	第3[金] 13:00~15:00	2,090円 (月1回)	橋本 祐子

お茶・お花

講座名	日時	月謝	講師
	第1[月] 15:00~16:30	1,650円 (月1回)	
池坊いけ花 ~季節を感じて 花あそび~	第2[木] 13:30~15:00	1,650円 (月1回)	齋藤 ひろみ
	第3[金] 13:30~15:00	1,650円 (月1回)	
池坊いけ花講座 一花スタイル~	第3[水] 13:30~15:00	1,650円 (月1回)	野呂 さとみ

ジュニア講座

講座名	日時	月謝	講師
人気 HIPHOPダンス	[月] 17:40~18:25	5,511円 (月3回)	Nono
オススメ K-POPダンス	[月] 18:40~19:25	5,511円 (月3回)	
カワイ音楽教室 ピアノ (個人レッスン)	[火]30分 ※日時は ご相談ください	8,250円~ (年40回)	カワイ 専任講師
はじめてさんの ミシン教室 (小学生~大人)	[土] 10:30~12:30	2,200円 (月1回)	田中 由紀子

いしかわ文化教室 新規講座(2026年4月~)

健康・運動

講座名	日時	月謝	講師
マットピラティス	[金] 10:30~11:30	4,026円 (月3回)	佐々木 啓恵

ダンス・舞踊

講座名	日時	月謝	講師
NEW ズンバ	[水] 19:30~20:30 [水] 19:30~20:30	5,324円 (月4回) 3,036円 (月2回)	EMI
NEW 楽しく踊ろう 50代からの大人ダンス	[水]11:00~12:00 体験会 3/25[水] 11:00~12:00	5,324円 (月4回)	杉野 朱美
NEW シニア向け やさしいペアダンス	[水]12:30~13:30 体験会 3/25[水] 12:30~13:30	5,324円 (月4回)	
NEW みんなの楽しい フラダンス	[月] 17:30~18:30	5,500円 (月4回)	村木 小百合

講座名	日時	月謝	講師
楽しくフラダンス! マイル本間 フラスクール (初級)	第2・3・4[火] 12:00~13:15	4,026円 (月3回)	レファウイ・ オ・マイレ 佐々木

音楽・うた

講座名	日時	月謝	講師
NEW 初めてのウクレレ	[月] 18:45~19:15	4,884円 (月4回)	村木 永親
和楽器に親しむ (三味線・尺八・しの笛)	[木] 14:00~16:00	4,884円 (月4回)	加川 カ
うたの教室	第2・3・4[火] 12:00~13:10	3,993円 (月3回)	福井 佳代子
Voiceトレーニング (個人レッスン)	45分~ 第2・4[月] ※日時はご相談 ください	7,832円 (月2回)	

趣味・教養・実用

講座名	日時	月謝	講師
人気 楽しいマージャン教室	第2・4[水] 13:00~16:30	3,256円 (月2回)	吉田 孝蔵

講座名	日時	月謝	講師
オススメ 将棋(小学生~大人)	第1・3[金] 16:30~18:30	3,806円 (月2回)	石高 澄恵

手芸

講座名	日時	月謝	講師
ハンガリー刺しゅう	第2[金] 13:00~15:00	1,873円 (月1回)	松井 真佐子

ジュニア講座

講座名	日時	月謝	講師
オススメ 将棋(小学生~大人)	第1・3[金] 16:30~18:30	3,806円 (月2回)	石高 澄恵
わくわく作文教室 (小学生向け)	第2・4[月] 16:00~17:00	1,606円 (月2回)	高津 知子
NEW みんなの楽しい フラダンス	[月] 17:30~18:30	5,500円 (月4回)	村木 小百合

講師募集中!

ご応募は
ホームページ
から▶



2026年度文化鑑賞会会員募集

毎月1,980円(税込)の積立で年3回の公演を鑑賞いただけます

26年度は落語や海外アーティストによる音楽などの公演を予定しています。



お問合せ ☎011-232-3565



※料金は全て税込表示です。別がついている講座は別途教材費等がかかります。
※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は330円につき1ポイントたまります。

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、(株)石田文具にて10%OFFの特典がうけられます。

お問い合わせ 申込みは

山の手文化教室
☎0138-84-8440

コープさっぽろ
山の手店2階
店舗トイ横のドアから2階へ

ダイソーさん 函館百合学園
←美原 産業道路 湯川→
●docomoさん

いしかわ文化教室
☎0138-84-8440
(山の手文化教室)

