

2026
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

COOP
文化教室

受講生募集中


©トッド

※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。

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。

体験
するなら
今がお得！

コープさっぽろ
ルーシー文化教室

札幌市白石区栄通18丁目5-35
コープさっぽろルーシー本館3階

011-851-8760

営業時間
月～金 10:00～21:00(電話受付～19:00)
土 10:00～16:00(電話受付～15:00)

駐車場2時間半無料 教室HP



NEW
初心者、経験者歓迎
ディスコダンス



ディスコを中心に往年の名曲から最新ヒット曲まで幅広く踊ります！大人らしくオシャレに、カッコよく楽しめましょう！

日 時 (金) 10:00～11:00
受講料 6,600円(月4回) 体験会 ※要予約
講 師 三好 光介 9月25日(金)

気軽に楽しく
テーブル茶道



正座の心配なし！テーブルで気軽に楽しくお点前を学び、日常に和の癒やしとおもてなしを取り入れませんか？

日 時 第2(土) 10:30～12:00
第2(土) 13:00～14:30
受講料 2,090円(月1回)
講 師 中澤 福美

季節の華アレンジメント



クリスマスや正月などのイベントから日常までを彩る華アレンジメント。空間を華やかに、毎日を素敵に豊かに楽しめませんか。

日 時 第2・4(火) 18:00～20:00(内90分)
受講料 4,356円(月2回) 別
講 師 小島 忍

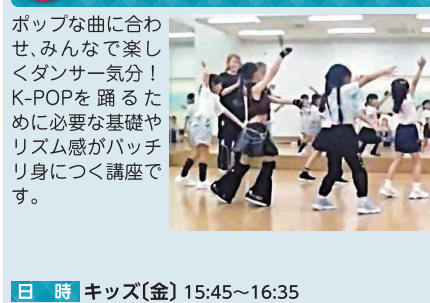
クラシックからエレキまで、
気ままにギター講座



気軽にギターを始めませんか？楽譜が読めない方も安心の丁寧なレッスン。自分のペースで好きな曲に挑戦！まずは体験からどうぞ！

日 時 第1・3・4(火) 15:00～20:00(各30分)
受講料 6,600円(月3回) 別
講 師 吉田 信生

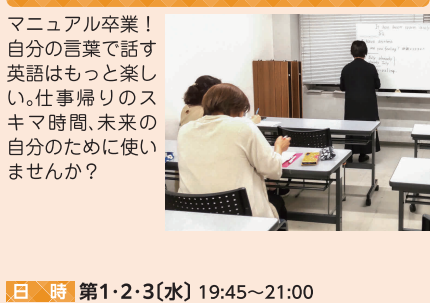
ジュニア キッズ&ジュニア K-POPダンス



ポップな曲に合わせて、みんな楽しくダンス気分！K-POPを踊るために必要な基礎やリズム感がパッチリ身につく講座です。

日 時 キッズ(金) 15:45～16:35
受講料 4,752円(月4回)
講 師 スタジオKビート専任講師

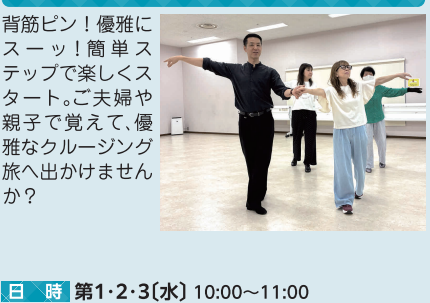
気楽に
イブニングイングリッシュ



マニュアル卒業！自分の言葉で話す英語はもっと楽しく！仕事帰りのスキマ時間、未来の自分のために使いませんか？

日 時 第1・2・3(水) 19:45～21:00
受講料 4,026円(月3回)
講 師 橋本 瑞恵

ゼロから始める
社交ダンス超入門



背筋ピン！優雅にスーッ！簡単なステップで楽しくスタート。ご夫婦や親子で覚えて、優雅なクルージング旅へ出かけませんか？

日 時 第1・2・3(水) 10:00～11:00
受講料 4,521円(月3回)
講 師 湯澤 ちあき

将棋教室(5歳～大人)



将棋って難しい？いえいえ！5歳以上なら誰でも1時間でルールを覚えることができます。楽しみながら上達を目指しましょう。

日 時 第2・4(木) 16:00～18:00
受講料 3,806円(月2回)
講 師 久津 知子

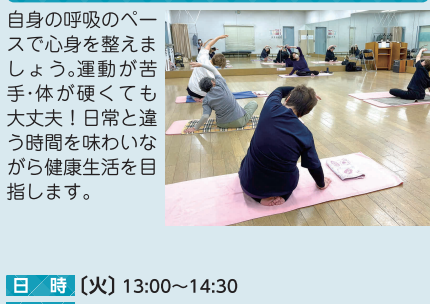
グラス・グラフィティ
素敵な手彫りガラス工芸



専用ペンや電動工具でガラスに絵や模様を彫る工芸です。省スペースでどなたでも楽しく始められ、繊細で素敵な作品が作れます。

日 時 第2・4(火) 10:30～12:30
受講料 4,356円(月2回) 別
講 師 浅沼 優子

やさしいヨーガ



自身の呼吸のペースで心身を整えましょう。運動が苦手・体が硬くても大丈夫！日常と違う時間を味わいながら健康生活を目指します。

日 時 (火) 13:00～14:30
受講料 7,524円(月4回)
講 師 安藤 千枝子

ゆっくり楽しく
中国語会話



初心者大歓迎！文法や発音を丁寧に分かりやすく楽しく会話しながら学べます。講師のYouTubeでのサポートも万全です！

日 時 入門 第1・3(金) 12:30～13:30
受講料 3,916円(月2回)
講 師 奇 英花

ジュニア キッズチアダンス



チアダンスを通して挨拶や礼儀・チームワークを学びます。キラキラのボンボンを持って笑顔で元気にチアダンスを踊りましょう！

日 時 入門(火) 17:00～18:00
初級・中級・上級(火) 18:00～19:00
受講料 5,324円(月4回)
講 師 Kids cheer dance Bunny 専任講師 別

みんなで楽しく！
卓球教室



ケガが少なく、幅広い年代の方に親しまれている卓球。そんな卓球を、ぜひ一緒に楽しめましょう！どんな方でも大歓迎！

日 時 初級 第1・2・3(木) 11:30～12:30
中級 第1・2・3(木) 13:00～14:30
受講料 初級 3,861円(月3回)
中級 5,511円(月3回)
講 師 木村 亘宏

gem dance studio
リトルキッズHIPHOP



人気のHIPHOPをキッズ向けに基礎から楽しく指導！リズムに合わせ、体全体を使って自由に踊る楽しさを体験してみませんか？

日 時 (木) 16:30～17:15
受講料 5,500円(月4回)
講 師 Mao(マオ)

ミシンソーイング教室



元有名ブランドデザイナーが講師！初心者、男性、誰でもOK。ミシンを上手に使いこなして、自分だけのファッションを楽しもう！

日 時 第1・3(金) 10:00～12:00
第1・3(金) 12:30～14:30
受講料 3,806円(月2回)
講 師 MAI

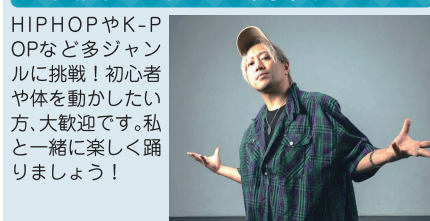
初めてでも安心
バレエストレッチ



バレエを始めた、健康やリハビリなど全身を動かしたい方歓迎です。初めての方でも指導サポートを受けられ、意外と簡単にストレッチを行います。

日 時 第1・2・3(月) 13:30～14:30
受講料 4,851円(月3回)
講 師 Makoto ballet studio 山谷 玲

初めての方歓迎
大人から始める簡単ダンス



HIPHOPやK-POPなど多ジャンルに挑戦！初心者や体を動かしたい方、大歓迎です。私と一緒に楽しく踊りましょう！

日 時 初級(月) 10:00～11:00(NEW)
初中級(月) 11:15～12:15
受講料 6,600円(月4回) 体験会 ※要予約
講 師 三好 光介 初級のみ 9月28日(月)

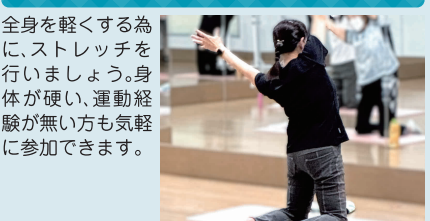
アイヌ伝統刺繍



魔除けの意味を持つアイヌ文様。基本技法でテーブルセンターを作った後は、バッグなど自由な作品作りを初心者でも楽しめます！

日 時 第3(火) 13:00～16:00
受講料 4,675円(月1回)
講 師 石井 美香

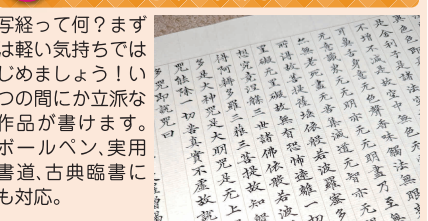
のんびりストレッチ



全身を軽くする為に、ストレッチを行いましょう。身体が硬い、運動経験が無い方も気軽に参加できます。

日 時 (金) 13:00～14:00
受講料 4,224円(月4回)
講 師 中尾 真由美

NEW
楽しくゆたかな心で
写経・実用書道



写経って何？まずは軽い気持ちではじめましょう！いつもの間に立派な作品が書けます。ボールペン、実用書道、古典臨書にも対応。

日 時 第1・3(水) 12:30～15:00
受講料 2,970円(月2回) 体験会 ※要予約
講 師 室松 如翠 9月16日(水)

コープ
キッチンスタジオ
ルーシー

札幌市白石区栄通18丁目5-35
コープさっぽろルーシー本館3階

011-857-1660

営業時間 月～金 10:00～16:00(電話受付～16:00)

駐車場2時間半無料 教室HP



自宅で楽しむ！本格珈琲の淹れ方講座



珈琲は奥深い飲み物。季節に合わせた毎月異なる淹れ方をご紹介します。自宅の淹れ方で美味しく淹れ方を個別にお教えします。

日 時 午前クラス 第2(木) 10:30～12:30
午後クラス 第2(木) 13:00～15:00
受講料 2,750円(月1回) 材料費 1,210円
講 師 有吉 登和

男性料理教室(入門)



超初心者歓迎！包丁の持ち方から簡単な献立メニュー作りまで1から学べます。これから料理を始めてみたい方にぴったりの超入門講座です。

日 時 第1(火) 10:30～13:00
受講料 2,860円(月1回) 材料費 1,980円
講 師 石綿 仁美

男性料理教室(中級)



料理好き男性必見！受講後は「我が家のシェフに大変身」食材の切り方や扱い方、料理のイロハを丁寧に伝えます。料理の基礎力を上げてみませんか？

日 時 第4(火) 10:30～13:00
受講料 2,420円(月1回) 材料費 2,420円
講 師 石綿 仁美

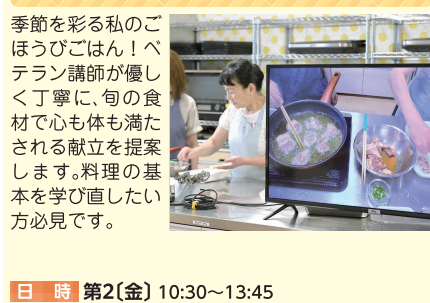
乳・卵・小麦不使用！時短で簡単
頑張りすぎないアレっ子ごはん



アレルギー食を簡単に美味しく！「特別な料理」ではなく「少しの工夫で毎日続けられるごはん」を軸にした講座です。卵・乳・小麦不使用

日 時 第3(水) 11:00～13:00
受講料 2,200円(月1回) 材料費 1,430円
講 師 浜谷 ゆか

お家で作る華やかごはん



季節を彩る私のごほうごは！ベテラン講師が優しく丁寧に、旬の食材で心も体も満たされる献立を提案します。料理の基本を学び直したい方必見です。

日 時 第2(金) 10:30～13:45
受講料 2,160円(月1回) 材料費 2,200円
講 師 坂本 美知枝

菜々倶楽部の手しごと講座



北海道産の食材で旬の楽しさをお伝えします。月毎にニシン漬け、年末年始向け作り置き料理、柚子胡椒、黒豆みそ、簡単和菓子などをご紹介します。

日 時 第3(月) 10:30～12:00
受講料 2,750円(月1回) 材料費 1,650円
講 師 阿部 由美子

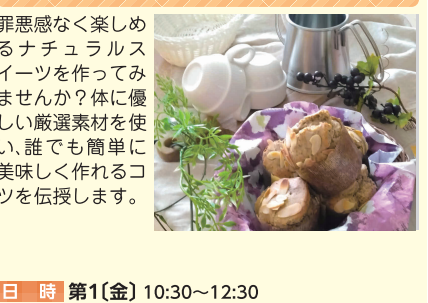
美味しく学ぶ
ナチュラルチーズの会



月毎にテーマに沿ったチーズとアレンジ料理をご紹介します！カット＆盛り付けをし、飲み物と一緒にテイティング！一緒にチーズ沼にはまりましょう！

日 時 第4(水) 13:30～16:00
受講料 2,310円(月1回) 材料費 1,760円
講 師 萱島 さと子

ヴィーガンで身体に優しい
ナチュラルスイーツ講座



罪悪感なく楽しめるナチュラルスイーツを作ってみませんか？体に優しい厳選素材を使い、誰でも簡単に美味しく作れるコツを伝授します。

日 時 第1(金) 10:30～12:30
受講料 2,310円(月1回) 材料費 1,540円
講 師 松岡 佳織

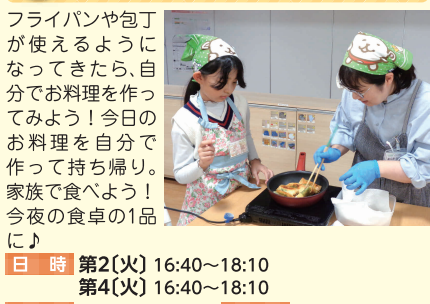
とっておきパンLESSON



パンと一緒にサラダやスープも手作り！身近な食材で映える献立が身につきます。こねた生地は持ち帰り、翌日おうちで焼き立てパンが作れます。

日 時 第1(月) 10:30～13:00
受講料 2,420円(月1回) 材料費 2,420円
講 師 石綿 仁美

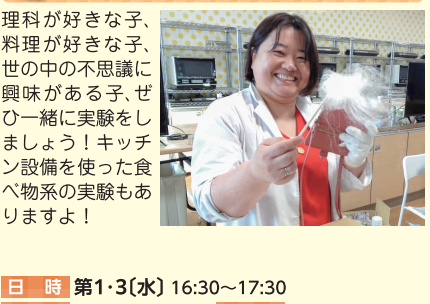
ジュニア 味覚を育てる
放課後キッチン



フライパンや包丁が使えるようになってきたら、自分でお料理を作ってみよう！今日の料理を自分で作って持ち帰り、家族で食べよう！今夜の食卓の1品にしよう！

日 時 第2(火) 16:40～18:10
第4(火) 16:40～18:10
受講料 1,980円(月1回) 材料費 990円
講 師 荒木 奈々果

ジュニア キッチンで学ぶ
理科実験教室



理科が好きな子、料理が好きな子、世の中の不思議に興味がある子、ぜひ一緒に実験をしましょう！キッチン設備を使った食べ物系の実験もありますよ！

日 時 第1・3(水) 16:30～17:30
受講料 2,530円(月2回) 材料費 1,500円
講 師 佐藤 ちひろ

みんなで楽しい
アイシングクッキー



小学生から大人まで参加OK！紅葉の秋、色付いた菓子をアイシングクッキーで作って楽しみます。しっぱの可愛いリスと一緒に作って秋らしい雰囲気。

日 時 10/17(土) 10:30～12:30
受講料 2,090円 材料費 1,100円
講 師 佐藤 玲子

1日講座
はじめての方でも大丈夫
手打ちそば体験教室



そば打ち体験をしてみたい方向けの講座です。初めての方でも指導サポートを受けられ、意外と簡単にそば打ちができます。

日 時 12/13(日) 10:00～13:00
受講料 2,420円 材料費 2,310円
講 師 北の郷そば工房派遣講師

1日講座
年末年始の集まりなどにピッタリ
おうちで簡単フランス料理



コープさっぽろ人気企画「歳でレストラン」参加シェフによるレッスン。年末年始の集まりやパーティーにピッタリのランチメニューをご紹介します。

日 時 11/10(火) 11:00～13:30
受講料 2,750円 材料費 2,860円
講 師 黒滝 祐輔

1日講座
食べきれいになる
李さんの美腸キムチ講座



キムチの味はヤンニョムにあります。パン作りの応用で簡単に自宅のオーブンで作れるシュトーレンをお伝えします。本格的ヤンニョム作りを体験いただきます。

日 時 11/27(金) 10:30～12:00
受講料 2,200円 材料費 2,200円
講 師 李 和優

1日講座
毎年好評の1日講座
シュトーレンレッスン



毎年好評の1日講座です。パン作りの応用で簡単に自宅のオーブンで作れるシュトーレンをお伝えします。クリスマスラッピング 講師特製パンの試食付き

日 時 11/17(火) 11:00～14:30
受講料 1,980円 材料費 2,000円
講 師 鈴木 寛子

別がついている講座は別途材料費等がかかります

別がついている講座は別途材料費等がかかります

