

■ LIFE SUPPORT

どの専門誌にも載っていない 「成長株」発掘法

プロトレーダーとして独立して8年、独自の情報収集と分析法を駆使して結果を出してきた上手（かみて）講師が、そのオリジナル手法を公開。株オプ（株価指数オプション）など今後日本で注目される取引についても解説。株経験者を対象に目からウロコの実践講話。具体的銘柄名も提示します。

受講料：3,000円

日時：8/17（土）10:30～12:00

講師：上手裕

証券雑誌編集を経てプロトレーダーとして独立。個人トレーダーの情報交換グループを主宰。地域型の株勉強会「上手塾」開催を予定。



くらしとお金の個別相談 ～知ると知らないでは大違い～

プロに相談する事で視界がひらけます

【ご相談例】

年金など老後の生活設計／住宅ローンの返済見直し法／お金の運用方法（ex. ドルコスト平均法）／保険の見直し／マイホーム購入の注意点／子供の教育費 など

受講料：1,000円

【要予約】070-5578-8340

日時：火、木 17:00～21:00

土、日 10:00～21:00

一組1時間

講師：フィナンシャルプランアドバイザー
鈴木康文

電話費用削減セミナー

～携帯・ネット代安くなる！～

車検、保険の次に携帯代や電話代の引き落としの月額を引き下げませんか？ わかりにくい月額のカラクリをわかりやすく解説します。※ご家族分の料金明細があるとわかりやすいです。

費用：1,500円 / 各回先着5名

日時：土（7/27～）

10:30～12:00

講師：太田良司

（電話代安し隊、通信費アドバイザー隊長）

■ 幼児& KIDS

幼児英会話



子供たちに英語で話しかけ、一緒に楽しく、話したり、書いたり、動いたりします。英語環境のなかで楽しく発音や単語も覚えます。

Kids クラス

対象：3歳～6歳（保護者同伴可）

日時：毎週日曜 9:30～11:00

費用：1回1,500円（初回500円引）

講師：上山ビビアン

（母国フィリピンで小学校の講師経験）

Baby クラス

対象：1歳～2歳（保護者の方も一緒に）

日時：毎週日曜 11:00～12:00

費用：1回1,500円（初回500円引）

講師：シェイン・ヘルナンド

（飯能市の小学校で英会話講師経験）

幼児リトミック教室

対象：妊娠6か月以上の妊婦さん、0歳～未就園児のお子さんと保護者の方

日時：隔週月曜 14:00～15:00

／15:15～16:15

費用：1回1,500円

（入会金3,150円）

講師：北澤 裕美子 / 小学校教師の後、講師歴23年。保育士。子育て支援のNPO法人理事。

KID's ヨガ

静と動をバランスよく入れた様々なポーズで、**集中力UP!**
健康な体と心、感性（五感）、自己肯定感が育ちます。

日時：水曜 17:00～

18:00

費用：1回1,000円

（初回参加500円引）

講師：高山麻希子



■ BODY HEALTH

セルフケアの

古山アスレチック

腰、肩、膝、背中、寝違いなど、ツライ痛みを自分で治す。

8月からの新メニュー

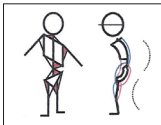
水曜 9:30より30分ごとに

1対1で、パーソナルケアレッスン実施

（～12:30）[1日5名限定]

費用：1回3,500円、

回数券5回分16,000円 初回体験2,500円



骨盤・仙骨の

古山ウォーキング

仙骨を立て、骨盤を意識した歩き方で、知らず知らずに健康に。

月曜 10:00～11:30

金曜 20:00～21:30

費用：1回1,500円（初回500円引）

講師：古山慶太

1967年生。スポーツトレーナー歴14年。独自理論からオリジナルメソッドを開発。



認知症予防 3A ゲーム教室

定期ミニ交流体験会

3A（スリーエー）は、ゲームを通して、記憶力・集中力・リズム感・計算力を高め、認知症を予防する脳活性化ゲーム。ご本人はもとより、家族や施設の方々にも広く普及してきています。

日時：第4土曜

（次回は7/27、8/23）

13:15～15:00

費用：1回1,500円



自然整体

3万人超の体をほぼ全員改善した野口つねあき師を迎えて行う整体指導・施術

8月からの新メニュー

毎週水曜日 16:00～

個人指導・個別施術（操法）

費用：1人1回3,500円

回数券5回分・16,000円



姿勢を良くする初めてのヨガ

インドに古くから伝わるハタヨガ。筋肉を正しく使ってポーズをとる事で、“疲れ”や“老い”を防ぎ、内臓も健康になります。インドで何度も修行を積んできた講師が指導します。初心者の方からOK。

（バスタオルご持参）

毎週土曜 10:00～11:30

費用：1回1,500円

（初回体験1,000円）



真まっ向こう法ほう

マスターすれば一生健康

細川護照元首相や鈴木俊一元都知事他多くの要人が愛好した真向法。全国571の教室で数万人が学びます。1日たった3分、4つの体操で活力が養われストレスが解消します。

隔週土曜 14:30～16:00

費用：1回1,500円（初回参加500円引き）



※2、3ページ各講座（ジモトのイベントを除く）のお問合せ・お申込み先

048-476-4600（平日9～17時） / 090-1749-7157（担当：柴田/いつでも）

講座開催場所 / 柳瀬川駅前サミットストアの上4階 志木サテライトオフィス教室棟