在タイ生活を有意義に♥

VOICE HOBBY CLUB 常設クラス2

アイコン説明 ▶ 新講座 資格・お免状取得が可能 平日夜 or 土日 OK タイならでは 和の講座 ※記載以外は要お問い合わせ

健康・エクササイズ

ルーシーダットン

在タイ中の必須課目！仙人体操、タイ式ヨガと呼ばれるタイの伝統的健康法。独特の呼吸法と『セン』を刺激するポーズによって、血液の流れや内臓の働きを改善。体質改善や健康維持におすすめです。
★体験：4/20・27（月）・4/24・5/8（金）
★初級コース（10回＋テスト）：
4/27（月）～、5/8（金）～
★プロ向けプライベートクラスもあり

ヨガ

ルーシーダットンでお馴染みのJOY 先生のクラスです。身体の硬い方や、日頃全く運動していない方にもお勧めです。先生の優しい手ほどきで、身体の基礎作りを目指しましょう。参加しやすいチケット制。
時：(水) 10:45～12:15
★トライアルあり

ボクササイズ

只今大人気！これはハマる！シマる！STOP 先生とNonStop～！ボクシングとムエタイを基本にしたエクササイズ。ハードですが効き目抜群！音楽に合わせて楽しくシェイプUp！
時：(月) 11:45～12:45
(木) 9:15～10:15 (木) 19:00～20:00
(土) 時々開講！ ★トライアルあり

ストレッチ&ピラティス

美しい身体作りをしませんか？ピラティスは、ストレッチ＋きれいな身体作りが目標です。スポーツパフォーマンスを高めるしなやかな筋肉を作りましょう！人気の STOP 先生のクラスです。
時：(木) 10：25～11：25
★トライアルあり

バランスボール

★産後トータルケア（6回）
妊娠出産を経て、母となった女性は体も心も環境も大きな変化が。出産による体へのダメージ、体力の低下、体のトラブルはありませんか？産後2ヶ月以上の赤ちゃんとママ対象。
4月スタート。
★バランスボールエクササイズ：
(火) 11:30～12:45/ (水) 9:00～10:15
★トライアルあり★インストラクター養成講座：お問い合わせ下さい

自分でできる ヒーリング気功

少林氣功内頸一指禅。気功師にしてもらう氣功を、自分の手の氣で行います。立ってする【瞑想、立禅】でリラックスし、宇宙に無限にある生命エネルギーを取り込む氣功法と中医学を学びましょう。手足の冷えは内臓の冷えから。冷えを未病の内に改善しましょう。日替わりテーマ別、1回毎の参加OK！
時：(火) 9:00～10:30

健康・癒し

《EduQ国際ウェルネス協会》ベビーボンディングマッサージ

親と子どもが『ふれあい』ながら絆を深めるマッサージ。0 歳児対象。免疫力Up、便秘・下痢、情緒の安定、リラックス、咳・鼻づまり、寝ぐずり・夜泣きなどの症状緩和をサポート。
★3回コース
★マタニティクラスもあり
※2月からしばらく休講です。
お問い合わせ下さい。

《EduQ国際ウェルネス協会》キッズFunマッサージ

ママができる『ホームケア』。中医子供ツボマッサージ、リフレクソロジー、アロマなど、西洋と東洋の自然療法を融合した全身マッサージ。身体機能の向上、疲労回復、成長痛の緩和、成長ホルモン分泌、姿勢を改善、心を落ち着かせ、良い睡眠を促します。
対象は1歳～未就学児。
★4 回コース：2/4 (火)・2/11 (火)・2/17 (月)・2/25 (火) 9:30～11:30 最終日は12:00まで。

《EduQ国際ウェルネス協会》成長期マッサージ

思春期を迎える前や迎えたお子さんとのマッサージを通したタッチコミュニケーション。中医ツボマッサージとアロマセラピーで心と身体を健康に育みます。成長ホルモン分泌や食欲促進、成長痛や風邪などの症状緩和のサポート。
小中学生対象。
★2回コース※2月からしばらく休講です。お問い合わせ下さい。

フラワーレメディ

花のエッセンスで心のケア。英国の医師によって開発された心や感情のバランスを取り戻すための自然療法。ネガティブな感情を前向きに変化させ、サポートします。赤ちゃんや動物にも安心。英国王室御用達！キャサリン妃も結婚式前に飲用されたとか。
リラックスしたい方にもオススメです。
★基礎講座：3/6 (金)
★セルフケア講座：9月予定
★経験者向けレメディお茶会：2/4 (火) 他

ハーバルボール

『癒しの国タイ』のハーバルボールは、試したことありますか？帰国後も役立つ、タイ伝統医療を学びませんか？手足温浴、軽いマッサージ、ハーバルボールの効用、使い方などを部位別に学びます。生きたお土産に～♪
★マッサージ習得 3 回コース
①2/13・20・27 (木)、②2/18・3/3・10 (火)
★1回クラス ★ハーバルボール治療
時：リクエスト受付中

We'llgo キッズエクササイズ

大人気サイ先生とエム先生の体操教室が、常設クラスになりました♪歩く、走る、跳ぶなどの運動における基本動作から、バランス感覚やリズム感覚を養うような動きを取り入れ、カラダの土台作りを行います☆ボールやフープ、縄跳び、マットも利用して、楽しくカラダを動かしながら体力を付けていきましょう！
時：(月) (火) 16:30～17:20 ★トライアルあり

子供クラス

Achieve English Gym
将来グローバルに活躍できる実力を身に付けるため、小学校低学年の内から「聞く」「話す」「読む」「書く」の基礎を固めませんか？日本人講師が英語の苦手意識を取り除きます。
★英検単語特訓クラス：5～準 1 級の単語をレベルに合わせて特訓！ 時：(月 18:00～・(金) 17:15～★英検かけ込み寺 ★英検２次試験対策
★インター生個別指導 GROUP
※クラス選びはLINEでご相談下さい。

英検集中対策
これからのお子様は英語力が必須になりますよね。その基礎作りとして、英検に挑戦しませんか？英検は、合格すれば良いものではなく、きちんと文法を理解し単語力も身に付けておく事が大切です！小学生にも分かりやすいと評判の長期休み限定の集中対策で、一つ一つしっかりと学びましょう★
時：3～4 月・8 月・12 月

バドミントンクラブ

タイ生活は歩く事が少なく、体力が低下しがち。思いっきり身体を動かし、汗をかいて体力と柔軟性をつけましょう。初めの 30 分間はストレッチとランニング。その後プロコーチからバドミントンの基礎を学びます。日頃接触のない他学年やインター生との触れ合いの場にも。
対象：小学３年～高校生
★(土) クラス 10:00～12:00
日本人学校登校日は 14:00～16:00
★(水) クラス 17:00～19:00

かきかたクラブ

コンピューターの時代になっても、「字」とは一生のお付き合い。正しい鉛筆の持ち方を幼いうちにマスターしておかないと、大人になってから困りますよね。
対象：幼稚園年長～小 6。
インター校のお子様も大歓迎です♪
時：(木) 16:20～17:20

お習字クラブ

素晴らしい日本文化と言える書道。グローバル社会の中で日本人ならではの特技としても役立ちます。幼いうちから正しく美しく書く練習をしませんか？
対象：幼稚園年長～小 6。
インター校のお子様も大歓迎です♪
時：(月) (金)
16:00～17:00/16:30～17:30

アートクラブ

お子様の想像力を広げましょう！現役イラストレーターがモノ作りの楽しさを伝授。様々な立体を作ることが脳を育成します。日替わりカリキュラムなので、事前に持ち物をご確認下さい。楽しいですよ♪
幼稚園～小学生対象
時：(火) 16:30～18:00
(水) 16:00～17:30

講座のお申込みについて

各講座、定員になり次第締め切らせていただきます。受講料は、必ず講座がスタートする一週間前までにお支払い下さい。キャンセル可能日は、開講日の一週間前までです。一週間を過ぎますとキャンセル不可能となり、ご返金もできませんのでご了承下さい。万が一、ご受講できなくなった場合は、ウエイティングの方がいる場合もありますのでできるだけお早めにご連絡下さい。事前であれば、日時の変更ができる場合もありますのでご相談下さい。

☎02-119-7250～1
受付 月～金 8:30～18:00/土 9:00～16:00

特別講座
年に数回だけの特別クラス

発達障害初級指導者認定講座
協会理事の津守慎二先生が来タイされる集中コース！現在 3 歳児検診で、3 割強のお子さんが『発達障害の疑い』と言われています。大人になってから診断される方も。それだけ身近な『発達障害』とは何かを知り、接し方を理解することによって、人との関わり方が変わります。何故か合わないなと思っていた人とも分かり合えるコツが分かります。初級 5 単位中、1単位だけの受講もOK。中学生以上参加可。
★初級：2/5 (水) 3単位・2/6 (木) 2 単位
★中級：2/7 (金) 3単位 バンコク初開講

STR入門・基礎講座・ままサプリ

今、必要なのは、これかも知れない！STR は、素質適応理論。人の価値観、運勢、バイオリズムを客観的に診る人間学です。まず自分自身の本質を知りましょう。そして関わる人の素質を理解できれば、人間関係がとってもスムーズに。
★入門：5/18 (月) 午前
これだけで資格に！子育てがキャリアになる資格取得講座。価値観 3 タイプと適応値を学ぶダイジェスト版。
★基礎講座：5/19 (火)～23 (土)
仕事にするための本気コース。子育てママだけではなく、企業コンサルから人事、婚活、人間関係全般に使えます。
★カウンセリング：5/18 (月)～22 (金)
★ままサプリ：5/18 (月) 午後
もうイライラしない！100% あなたのままで愛されママになる秘訣♥
★ランチ懇親会：5/18 (月) お昼

ステンドグラス

ちょっとだけコースとカットからの入門コース、経験者のためのブラッシュアップコースなど、年に 3 回だけ開催。日本の歳時記から季節モノ、タイのモチーフまで様々なデザインの中からお好みのものをセレクト！
今回のテーマは「桃の節句と端午の節句」。お雛様や兜、鯉のぼりなどのオーナメントで日本の風物詩を楽しみましょう♥
タイ記念のタイデザインアイテムも OK♪
時：2/26 (水)～2/29 (土) ※期間内ご都合の良い日時で♪

中国茶&薬膳茶講座茶会

安心安全な中国茶を厳選し、中国茶&薬膳茶講座講師養成と中国茶を味合う会を開催。年に 2～3 回。本物の中国茶の基礎知識、六大種類の特徴など。中国茶を美味しく淹れるコツ、飲み方、香りの嗅ぎ方などを学びましょう。プロによる中国茶六種類のテイスティングも～ン講師は、日本にて 10 年の教育経験 1270 名を超える生徒と 170 名以上の公認講師を育てた日本語堪能な周莎莎先生です。
高級茶藝講師&薬膳茶講師、大高中国茶学校上海代表、日本中国茶文化交流協会理事 FB: http://fb.me/zhoushasha.cn
時：お問い合わせ下さい

固まるハーバリウム

日本のテレビでも紹介された固まるハーバリウム。お部屋に飾ってあるだけでオシャレを演出できる綺麗なアイテムです♪東京吉祥寺にてサロン Gallery COMO を営む講師が月に一度バンコクで講座を開講します♥認定コースでは、日本の液とタイの液を比較しながらしっかりと学んでいきます。
★単発クラス（2 種・5アイテム）
★認定コース（全 5 作品、修了証あり）
時：2/18 (火)・19 (水)、3/17 (火)・18 (水)、4/21 (火)・22 (水)
※お申込は開催日 1 週間前まで

プログラミング

2030 年には、今ある職業の半分が無くなってしまうと言われている中で、確実に残ると言われている職業の一つがプログラマー。受験勉強を一生懸命しても、子供の数が減り、学校自体が潰れていく未来に必要なものは、実践に役立つ力です。今年から小学校のプログラミング教育必修化！経験値が大切です。楽しみながら先取りできる体験の機会をお子様に与えて上げて下さい。
習わせて良かったと思う事間違い無し！
時：3/16 (月)～21 (土)

日本産後ダイエット協会認定コース

可愛い我が子に手一杯で自分の事なんか～！それがママの本音！でも後の事を考えて、ちょっと自分の時間を作りませんか？赤ちゃんも一緒に楽しくエクササイズ。一度学べば、後は自宅でリピートするだけ！
対象は、産後 1 ヶ月～1 年前後。
★無料説明会：
2/20(木)・3/12(木)・4/22(水)
9:00～10:00
★認定講座：2h×3 回、補修実技 1h×2 回
2/21(金)・3/13(金)・4/23(木)
9:00～11:00 ＋補修実技
※来られない日は、オンライン補講対応可

プリザーブドフラワー講師認定コース

在タイ中に講師認定資格を取得して、帰国後役立てませんか？既に沢山の生徒さんがコンテストで入賞し、日本で活躍中！
★Flower Petal Art コース
プリザーブドフラワーの花びらを絵の具を塗り重ねるように形作り、オブジェを制作。
★プリザーブドフラワーアレンジメントコース
時：2/18 (火)・19 (水)、3/17 (火)・18 (水)、4/21 (火)・22 (水)
※お申込は開催日 1 週間前まで
★体験あり

ハンド to ハンドプロジェクト ～おうちで眠る『使える不用品』タイに還元しませんか？～

次回回収 場所：ボイスホビークラブ 廊下
3月2日(月)～6日(金) 9:00-17:00
5月11日(月)～15日(金) 9:00-17:00
※只今、段ボール箱が不足しています。ご不要の箱が有りましたら、合わせてご寄付下さい。
★品目：電化製品・衣類・生活用品・靴・バッグ・文具・玩具・タオル、その他〈種類別に箱に入れて下さい〉

VOICE（Thailand）の発行書籍
日系書店で売上げ No.1 のタイ語関連書籍
アマゾン1位の実績!!
新刊！初めの一冊はコレで決まり★

日本の図書館指定のカービング関連書籍

タイ語の辞書アプリ
OKA 式
『音で引く・タイ日辞典』
＋おまけの日タイ辞書
iPhone&iPad 用

さっき聞いた「あの語の意味は何だろう？」というときに役立つアプリ！
★聞こえた音からタイ語が引ける！
★街なかで聞こえてきたタイ語をそのままローマ字打ちして検索ができます
www.thaigolus.com