

ボイスホビークラブのご案内

『在タイ期間を有意義に!』をモットーに、1993年1月にオープンしたカルチャーセンターです。

お陰様で2026年1月で34年目を迎えました。

皆様の日頃のご愛顧誠にありがとうございます。

ボイスの講座やイベントは、皆様にご満足頂けますよう、スタッフ一同日々努力致します。

リクエストやお気づきの点がございましたら、お気軽に受付までお知らせ下さい。

ご入会金はB500で有効期限は無期限、年会費は不要です。

講座の講習料とボイス発行書籍のお値段をメンバー価格にさせていただきます。

初めの方へ、
New Member 説明会にお越し下さい♪前半はボイスの講座やおすすめのお店の紹介、
後半はタイ生活情報をお届けします♡
入会金も割引になり、ボイスやパートナー店の
お得なクーポンもプレゼント♪ お子様連れOK★

キッズルーム

ママの習い事中、赤ちゃんをキッズルーム
(有料) にお預け頂くことが可能です♡
事前にご予約の上、ご利用下さい♪キッズ
ルームには、DVD やおもちゃをたくさん
ご用意しています♪おむつ・お菓子・飲み
物はご持参下さい。講座によっては、赤ちゃん
と一緒に受講頂けるものもございます
ので、お気軽にお問い合わせ下さいね。
対象：首が座っている赤ちゃん〜3歳

タイ料理

在タイ中のNo.1必須科目!日本人好
みのメニューを選びすぐり、元タイレ
ストランオーナーシェフからタイ料
理のコツを学びましょう! 毎回3品の
お得なクラス。日本語通訳者が日本に帰っ
てからの代用品なども説明。8回×2コース
までのお支払いで5%オフ!
時:(火) 9:30~12:00 / (13:00~15:00)
メニューはHPで♪※8回コース・4回チケット
1回だけの受講もOK! プライベートクラスもあり。

タイ語会話 オンラインあり

分かりやすいカリキュラムに定評!
VOICE (Thailand) 発行のベストセラー
書籍『後悔しない! タイ語の始め方』を
使って、使えるタイ語を正しい発音で学
びましょう!
★会話初級・週2コース (全20回)
★会話初級・週1コース (全20回)
★会話継続コース (全20回)
★新・タイ語検定対策講座
★プライベート・セミプライベートあり。
※随時スタートします。
日程はお問い合わせ下さい。

タイ文字 オンラインあり

タイ語の初級会話を終了した方で、文
字の読み書きを勉強したい方にオス
メのクラス。可愛い形のタイ文字は、
日本でも人気♪文字が読めるとタイ国
内旅行にも役立つ、スーパーでお得な
おまけまで上手にゲットできます♡
書き方の初歩から学びます。
★文字初級・週1コース
★プライベート・セミプライベート
時: お問い合わせ下さい。

シーン別英語表現 オンライン限定

在タイ中に使える会話を身に付けよう!
全くできないです...という方のサバイ
バルのための英語クラス。英会話の基礎
力をつけ、日常で使えるフレーズを覚え
ましょう! 自己紹介・あいさつ・レストラ
ン・ショッピング・ファストフード店・空港・
ホテル等で役立つ表現を学びます。三行
日記も取り入れて、今のタイ生活で必要
な表現もマスターしましょう! (全8回)
時: 9/3(木)~毎(木) 11:00~12:00

中学文法復習コース オンラインあり

本当に英語力を変えたい方のための英
語ジム。今日は空前的英語ブーム。タイ
語中心のタイとはいえず、せっかく海外
にいるこの機会に英語をもう一度復習し
てみませんか? とでも分かりやすいと
評判のクラスです。海外在住のこの機会
に、中学文法からやり直してみよう♪
★中学文法復習 (前編): 9/8 (火)~
毎 (火) 11:00~12:30 (全10回)
★中学文法復習 (後編): 11/24 (火)~
毎 (火) 11:00~12:30 (全10回)
※途中合流はご相談下さい。

話せるようになる実践英会話 オンライン限定

英語を話す時になんて言ったら良いの
かとさに出るご不安の方、英会話で
キャッチボールがなかなか続かない方
必見♪実はそんなに難しい単語や文法
を知らなくても、意外と話は続くものな
のです。話せるようになるコツをお伝えし
つ、中学文法復習コースで習ったことも取り
入れ、アウトプットできるようになりまし
ょう! 実践あるのみ!一緒に頑張らしましょう!
※中学文法未受講でもOK (全8回)
時: 9/23 (水)~毎 (水) 9:15~10:45

TOEIC対策コース オンラインあり

ご帰国後に復職された方や、英語力を
さらに上げたい方は、TOEICに挑戦して
ご帰国までに履歴書に書けるスコアを目
指しませんか? 英検1級・TOEIC 満点講
師がTOEICの解き方のコツをお伝えし
ていきます♪点数UPの嬉しいお知らせが
続々と届きます♡「解説がとてかわか
りやすい! 刺激をもらえモチベーションが
上がる!」とリピーター多数♪
時: 9/11 (金)~毎 (金) 12:45~14:00
(全10回) ※途中合流はご相談下さい。

ハーバルボール作り&マッサージ習得

『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? ハーバルボールを実
際に作り、効用や使い方、全身マ
ッサージの方法を部位別にご学びま
す。生きたお土産に〜♪
時: 3回コース
① 9/10・9/17・9/24 (木) 9:00~11:30
② 10/8・10/15・10/22 (木) 9:00~11:30

タイ工芸体験

タイの伝統的な手工芸をちょ
っと体験してみたい方向けの
クラスです♡結婚式やお供に
飾られるプワンマライやマイ
のオーナメント、バナナの葉で作
るパイトン工芸等、どれも在タイ
中にぜひ体験して頂きたい文化です♪素敵
なタイの思い出にいかがですか? プワンマ
ライは、生のお花と造花の2種類あり♡
時: (木) (金) 9:00~11:30/13:00~15:30
9/10(木)・10/22(木)、その他リクエスト可

インター生ママお助け講座 オンラインあり

お子さんがインター校に通うマ
マさん達からたくさんのお悩み
ご相談を頂き、インター生ママに
特化したお助け講座をスタート
しました! ママ自身が先生と話
せない、ママ友との会話が難しい、宿題
を手伝ってあげられない、学校・幼稚園
のお手紙が分からない、保護者面談で
聞きたいことが聞けない、旦那さんに頼
らず自分でも話したい等、様々なお悩み
を解決! (全4回)
時: お問い合わせ下さい。

講座のお申込について

各講座、お申込はお電話にて承ります。WEB申込専用フォームがHPに設置してあ
る講座は、WEBにてお申込頂けます。メールやインスタグラムのDMでのお問い合
わせは、お返事にお時間を頂戴する場合がございますので、ご了承下さい。

各講座、定員になり次第締め切らせて頂きます。

お支払・キャンセルについて

お支払・キャンセル期限は、講座の一週間前とさせて頂いております。一週間前を過ぎますと、キャンセル
は不可となりご返金も出来兼ねますのでご了承下さい。万が一、ご受講ができなくなった場合は、キャンセ
ル待ちの方がいらっしゃる場合がありますので、できるだけ早めにご連絡下さい。前日でも、営業時間内
のご連絡であれば、日時の変更が可能な場合がございますのでご相談下さい。
キャンセルポリシーが異なる講座は、お申込時に別途ご案内させていただきます。

文化

生け花サロン

假屋崎省吾先生の愛弟子、澤田光遊
先生の素敵なクラス。普通の生け花
クラスとは一味も二味も違います。
華道草月流の基本とフリースタイル
の2種類を学べる素敵なサロン。綺
麗な花に囲まれた優雅なひと時を。
★(木) クラス: 隔週 (木)
9:30~12:00/13:30~16:00
8/20・9/3・9/17・10/1・10/15・10/29
★(土) クラス: 月1 (土) 9:30~12:00
9/5・10/3 ★トライアルあり

和裁クラブ

タイや近隣諸国の布やシルクで浴衣や
着物、帯を縫いませんか? 本格的和裁
がプロの和裁師から学べるチャンスで
す。オリジナルの浴衣や帯を作りまし
ょう。古い着物のリフォームも可能で
す。親子でペアも可愛いですよ♡まずはお
気軽に見学にお越し下さい♪
時: (金) 9:00~12:00/13:00~16:00
(土) 9:15~12:15/12:45~15:45

着付け基礎

年中浴衣が着られるここバ
ンコク。ちょっとしたパー
ティーやコンサートに浴衣
で出かけませんか? 女子力 Up! タイの人にも
喜ばれます。自分で綺麗に着れ、帯もお洒落
に結べたら、今度は単衣の着物に挑戦! お子
様の着付けもお好み次第♪新規スタートした
帯のアレンジが学べる単発講座も必見です♡
★着付け3回コース: お問い合わせ下さい
★半幅帯変わり結び講座 (1回): 2時間 (リクエスト制)

クラフト

シャドー BOX

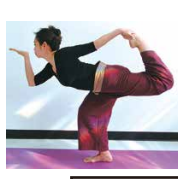
数枚のカードを切り抜き、
シリコンをはさんで積み重
ねるペーパーアート。知的
ゲームに挑戦! カードの種
類により1回の講習で仕上
がるものもあります。
経験者は、切り方の説明を事前に受け取
り、お家でカット可。カードは、和・タイ・
ヨーロッパあり。1回毎のお申し込み。
時: お問い合わせ下さい

アークレイシルバー

世界で大人気の手作りシルバ
ークセサリー。純銀+水+糊=銀
粘土だから成形しやすく、5分
の焼成で簡単に純銀のオリジナル
アクセサリが作れます。
オリジナルのリングやペンダント
トップ、イヤリング、ピアス等を
シルバーで作ります♪
★半日体験あり リクエスト制
時: 9:30~12:00 / 13:00~15:30

健康・エクササイズ

ルーシーダットン

在タイ中の必須科目! 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
流れや内臓の動きを改善。体質改
善や健康維持におすすめです。
★初級 (10回+テスト):
① 9/14 (月)~: 毎 (月) 9:00~11:30
② 9/16 (水)~: 毎 (水) 9:00~11:30
★中級 (7回、テストなし)
★上級 (10回+テスト2回)

アロマで心身を整えるヨガ&ピラティス

ヨガクラスにアロマとピラティスを融合さ
せてリニューラル♡
心身の調和や精神的な安定に重点を置くヨ
ガと、体幹を中心にインナーマッスルを強化
し、姿勢の改善や身体機能の向上に焦点を当
ててピラティスの両方をアロマの癒し空間で
行い、心身のバランスを整えます♪
初心者大歓迎! 経験者はより繊細な動きに
挑戦しましょう!
★通常クラス: 毎 (火) 9:00~10:10
★トライアルあり
※ピラティス&アロマピラティス共通のチケット制

★バランスボールエクササイズ

関節への負担が少なく、あらゆる年齢の方におす
めのエクササイズ♪正しい骨格を維持する筋肉を付
け、体幹を鍛えます。体力向上、心肺機能向上、免疫
力UP、アンチエイジング等、様々な効果が期待でき
ます♡自律神経の乱れを整え、なんとなくスッキリ
しない、ストレスを感じる、寝つきが悪い等のお悩
みにも効果的♡音楽に合わせて、楽しく弾んで、育
児や家事、コミュニケーションにも不可欠な体力を
付けましょう! 一般社団法人体力メンテナンス協会
認定・バランスボールインストラクターが担当!
時: 8/4 (火)・8/17 (月)・8/31 (月)・9/15 (火)・9/29 (火) 9:30~10:30
★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! 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、本気でやればやる
ほどたっぷり汗をかくて効き
目抜群! 音楽に合わせて楽しくシェイプ Up!
痩せたい方、ストレス解消したい方、汗をか
きたい方、お待ちしています♪
時: (木) 9:15~10:15 ★トライアルあり
※ZUMBA・HIP HOP 共通のチケット制

ピラティス

インナーマッスルを鍛え、身体全体の
バランスを整えることで、姿勢の改善、
柔軟性向上、引き締め、ダイエット効果、
生理痛や更年期症状の緩和、ぽっこり
お腹の解消など、大人女性に嬉しい効果がたく
さん♡「身体」についての知識も実践も極め
尽くしてきた講師のアドバイスで心も身体もリ
フレッシュ♪
★通常クラス: 毎 (木) 10:30~11:40/11:50~13:00
★追加クラス: 8/5・8/19・8/26 (水) 10:20~11:30
★トライアルあり ※ヨガ&アロマピラティス共通のチケット制

★HIP HOP エクササイズ

ZUMBA でお馴染みの大人気
TOEY 先生の新クラス♪ZUMBA
よりも運動の強度をちょっと高め
て、陽気な TOEY 先生と楽しく
エクササイズしましょう! HIP HOP
音楽に合わせて、ほぼノンストップ
で動くので体力向上にもおすすめ! 同じ
日にある ZUMBA と HIP HOP を 2 コマ続
けてご受講頂く脂肪燃焼間違いなし☆ま
ずはお気軽にトライアルにお越し下さい♡
時: (火) 12:00~13:00 ★トライアルあり
※ボクササイズ・ZUMBA 共通のチケット制

ZUMBA

TOEY 先生の ZUMBA クラス♪ラ
テン系音楽とダンスを組み合わ
せたエクササイズで楽しく運動し
ましょう! 運動不足の方、美しい
筋肉をつけたい方、体重を落と
したい方、ストレス解消したい方、
いつもと違うことがしたい方、皆
さまお待ちしています♪Zumbaが初めての
方もお気軽にご参加下さい!
時: (火) 10:45~11:45 ★トライアルあり
※ボクササイズ・HIP HOP 共通のチケット制

美ボディ♡ヨガ&ピラティス

ヨガもピラティスも最高峰のトレーニングを受
け極めた講師による、「美ボディ♡」を手
に入れるためにヨガとピラティスのいいとこ取り
をしたクラス♡脂肪を燃焼させ、女性らしいボ
ディラインを磨きましょう! 運動量は少し多め
ですが、ヨガ・ピラティスクラスでもきめ細や
かな指導が大人気の講師が担当しますので、
一緒に頑張らしましょう♪写真は、生徒様の左右
均等に整えた骨盤矯正の軌跡です。
時: : 毎 (水) 9:00~10:10
★トライアルあり
※ヨガ・ピラティスクラス共通のチケット制

薬膳と中医学

薬膳とは、その季節や体質に合わせて
取り入れる食事方法の事。中国には、世
の中にある全てのものは「陰」と「陽」で
できているという考えがあります。食べ物に
も陰と陽があり、知識をつけることで家庭
でも気軽に身近な食材を使って薬膳を取り入
れられます。講座では、各食材の性質や経
絡・ツボについてもお話します。各回のテー
マに沿ったお茶を飲みながら学びを深め、ご自身やご家族の
身体と向き合います。単発参加OK♡
時: 月2回 (金) 9:30~11:00 8/7・8/28・9/11・9/25・10/9・10/30