

BENEFIT STATION

2026年 » 2027年

学ぶQ&Aブック

新しい自分への**道**しるべ。



みんなの「学びたい」をサポート!

そこが
知りたい!

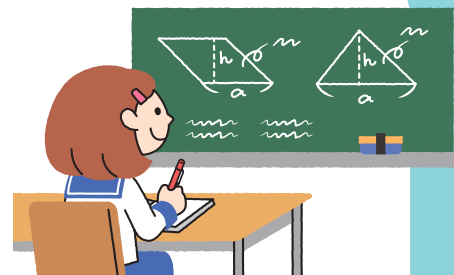
学ぶのススメ



ベネステではどのようなことが学べますか?

A

2,600タイトルを超えるオンライン学習「ベネステ フリーeラーニング」をはじめ、語学や資格取得、スキルアップを目指す講座を実際に「スクール」に通うスタイルや「オンライン」「通信教育」など、自分に合った学習スタイルで学べます。



¥0



すべて無料で学ぶことができますか?

A

「ベネステ フリーeラーニング」は、すべてのコースを無料で学べます。他のメニューは、割引や特典を受けておトクに学ぶことができます。



何か新しいことをしたいけど、どんなメニューを選んだら良いでしょうか?

A

次の方法をオススメします!
まずはベネフィット・ステーションサイトにアクセス。

方法1

「ベネステ フリーeラーニング」のバナーから、気になる講座をチェック。

詳細はP9へ

方法2

ベネステの「スキルアップ」カテゴリから興味を引くメニューに申し込む。

詳細はP10へ

方法3

専門家に相談したい場合は、検索窓で「スキルアップ」カテゴリを選択し、フリーワードスペースに「カウンセリング」や「コンサルティング」「キャリアデザイン」と入力して、適切なメニューを選ぶ。



オンラインで学べるものはありますか?

A

ベネステには、「フリーeラーニング」だけでなく、英会話、中国語、料理教室、写真教室、ファスティングなどオンラインで学べるメニューがたくさんあります。





未来を広げる学び

仕事やキャリアに活かせる、スキルと知識を身につける学び。
日々の積み重ねが、新たな機会と選択肢を生み出します。



最近よく耳にする「生成AI」ですが、私たちの暮らしや学びにどのように活用できるのでしょうか？



生成AIは、文章作成や情報整理、アイデア出しなどを手助してくれる便利な技術です。学びの場では、知りたいことを分かりやすく調べたり、語学学習や資格取得のサポートに活用できます。また、暮らしの中では献立の提案や旅行計画、趣味の情報収集などにも役立ちます。上手に活用することで、学びや日常をより豊かで快適なものにしてくれます。



仕事や将来に役立つ資格が取れる習い事を始めたいけど、オススメの資格ってありますか？



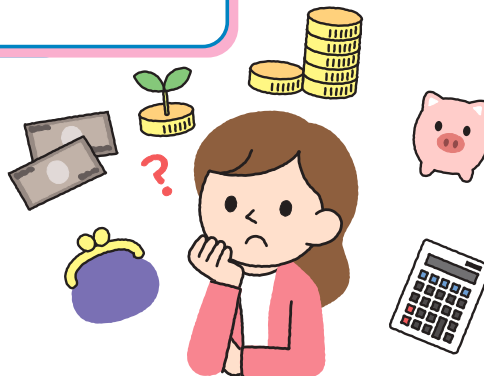
社会人の方には「ITパスポート」「簿記」「ファイナンシャルプランナー」などの資格が人気です。ベネステのフリーeラーニングでは、こうした資格に関する講義を無料で受けることができますよ。さらにスクールや通信教育などの特典も充実しています！



将来に備えて資産運用について学びたいのだけど、お金について学べる習い事ってあるの？



近年、資産運用として注目を集めている新NISAやiDeCo、証券取引などに関する特典も多数ご用意しています。さらに資産運用はもちろん、家計の見直しなどをプロに相談できる特典もありますので、まずは相談から始めるのもオススメです。





毎日を豊かにする学び



自分のペースで楽しみながら、知識や体験を深める学び。
その時間が、心の余裕と暮らしの豊かさを育みます。



仕事一筋で趣味と呼べるものがなく、セカンドライフを見据えて何か始めたいのですが、オススメはありますか？



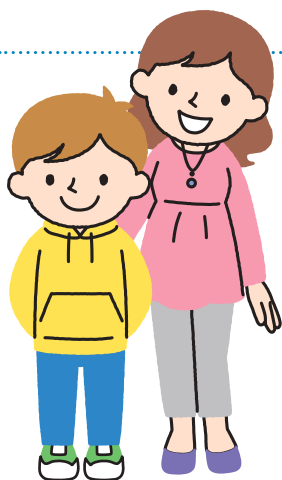
陶芸教室や音楽教室など、心にゆとりが生まれ、教養も深まる文化講座はいかがでしょう。他にも書道や絵画など、少ない道具で自宅でも楽しめる趣味なら、セカンドライフを迎えてもマイペースに楽しく続けられると思いますよ。



体が硬くてもピラティス・ヨガはできますか？



はい、体が硬くても問題ありません。ピラティスやヨガは、無理に体を伸ばしたり難しいポーズを取ったりする必要がなく、自分の体の状態に合わせて動くことが目的です。続けていくうちに少しずつ柔軟性が高まり、姿勢改善や肩こり・腰痛の予防にもつながります。初心者向けのクラスも多いので、安心して始められます。



小学生のこどもに習い事をさせたいのですが、オススメはありますか？



水泳やダンス、ピアノが人気で、将来のために英会話などに通わせる親御さんが多いようです。また、2つ以上の習い事をさせているご家庭も多いので、ベネステならおトクにかけもちできるかもしれません！



学びが毎日を変えていく。



仕事に役立つスキルを磨く時間、心や体をリフレッシュする時間。
「学び」は、未来だけでなく、毎日の過ごし方も整えていきます。
あなたに合った学びを見つけてみませんか？



こんな人にオススメ！ ON

- ☒ 将来のためにスキルを磨きたい
- ☒ キャリアアップや転職を目指したい
- ☒ 自分の可能性を広げたい



資格取得

キャリアアップや
転職に強い自分になる。
将来への安心にも
つながる。

▶ P11



IT・生成AI

時代に合ったスキルを
身につけて、
副業や業務効率化にも
つながられる。

▶ P12



投資・資産運用

お金の知識を学んで、
将来の資産形成や
ライフプランに役立てる。

▶ P14



英会話

海外旅行や仕事で役立つ
コミュニケーション力を
身につける。

▶ P16



こんな人にオススメ！ OFF

- ☒ リフレッシュできる時間がほしい
- ☒ 趣味を楽しみたい
- ☒ 自分らしく輝きたい



料理・お菓子

暮らしを豊かにする
スキルが身につく。
毎日の食事が
もっとおいしくなる。

▶ P13



音楽

懐かしの名曲や季節の歌を
楽しみながら、気分転換や
交流のきっかけにもつながる。

▶ P13



ヨガ・ピラティス

心と体をリフレッシュ。
姿勢改善や
睡眠の質向上にも
効果的。

▶ P17



スポーツ

体を動かして、
毎日に軽やかな活力を。
運動不足解消や
体力づくりにも
ぴったりです。

▶ P17

コスパ  も

タイパ  も

ゆずれない!!



全講座
無料

ベネステフリーeラーニング 徹底解説

パソコンやスマートフォン、タブレットなどインターネットを利用して勉強するeラーニングは、教室に通うことなく、いつでもどこでも勉強でき、ちょっと空いた時間を活用できます。



語学

キャリアデザイン

資格試験対策

PCスキル

ビジネスマナー

社会情勢

ビジネスに役立つバリエーション豊かな講座!

約2,600タイトル

約2,600タイトルの
豊富なラインナップ!

(新たなおとなの教養講座や速読などスキルアップ講座も拡充!)

自分のペースで
繰り返し受講できます。

スマホやタブレットなどいつでも・
どこでも受講できます。

※一部パソコンのみのコースもあります。

マイページ機能で受講状況の
把握ができます。

※一部マイページのないコースもあります。

今こそ始めよう!

ビジネスの実務に役立つコースから、おとな向けの教養講座まで。豊富なカリキュラムで、いま必要なスキルを身につけませんか?

※2026年7月時点の情報です。

約1,300
タイトル

ネットラーニング提供

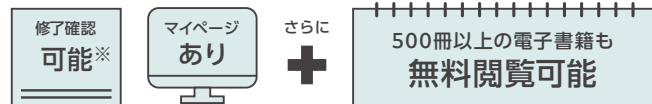
受講環境



※一部、PCのみの環境あり

NetLearning.

ITやビジネス、語学、資格対策など幅広い講座が人気。
じっくり学ぶ「修了認定コース」と5分で学べる「マイクロ
ラーニングコース」の2種類があります。



※マイクロラーニングコースは除く

人気講座ランキング

- 【徹底確認】ケースで学ぶ！職場のハラスメント対策**
パワハラ、セクハラ、マタハラなどのさまざまなハラスメントの実態や背景、被害や加害時の対応、予防策や組織の取り組みについて学びます。
- 2024年版 ITパスポート試験 実力養成レッスン**
情報処理技術者試験の1つである「ITパスポート試験」に合格する実力をつけるためのコースです。1レッスン5〜15分程度で学習、Pop Quizと記述式のエクササイズにより、試験合格に必要な知識を体系的に習得できます。
- 【徹底確認】ケースで学ぶ！個人情報保護の最新対策 2024-2025年版**
個人情報の最新動向に基づき、企業活動を行うなかで、まさに今注意すべき事柄について学習します。また、実際に起こりうる事例を中心に用いて学習することにより、ビジネスシーンでの適切な対処方法が分かるようになります。

カテゴリ	タイトル数
ビジネススキルシリーズ	24タイトル
行動基準シリーズ	38タイトル
英語コース	10タイトル
Officeシリーズ	16タイトル
マネジメントスキルシリーズ	16タイトル
プロジェクトマネジメントシリーズ	23タイトル
資格試験対策チューターなしシリーズ	14タイトル
情報技術チューターなしシリーズ	45タイトル

※タイトルの期中での新規追加、改廃あり

利用方法

- 1 会員専用サイトから検索し、ログイン後Webから申し込む
- 2 サイト内、左の【LearningSpace】のアイコンをクリック
- 3 希望コースを選択し受講登録・受講開始をする
- 4 受講 START

約380
タイトル

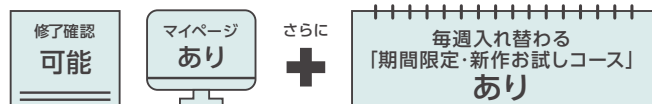
BISCUE®提供

受講環境



BisCUE

ビジネススキル全般から資格試験対策、TOEIC®対策
などジャンルが幅広く豊富。おもに講義を視聴し、テスト
に解答する方式で学びます。



人気講座ランキング

- TOEIC®500点対策 - リスニング/応答問題 vol.1**
これからのビジネス社会で、英語は不可欠なスキルの一つ。語学の習得は、日々の努力なくしては達成できません。繰り返しトライして、着実に身につけましょう。
- FP3級対策1.ライフプランと資金計画**
ファイナンシャル・プランニング技能検定3級学科試験の対策コースで、「FPと関連法規」「社会保険」「年金」「ライフプラン」「ローン及びカード」の分野を学べます。
- Excel®365&2019 1.準備と設定**
ビジネスの現場では、Excel®を使う機会が数多くあります。基本的な使い方は、ぜひ身につけておきましょう。MOS試験(Excel®365&2019 スペシャリストレベル)の試験対策にも、ご活用ください。

カテゴリ	タイトル数
資格試験対策	42タイトル
ビジネス基本	52タイトル
ヒューマンスキル	46タイトル
語学・ビジネス文化	22タイトル
IT・情報技術	23タイトル
マーケティング	20タイトル
セキュリティ	18タイトル
国際化	15タイトル

利用方法

- 1 会員専用サイトから検索し、ログイン後Webから申し込む
- 2 カテゴリから講座を選択し学習を開始する
- 3 受講 START

約750
タイトル

レビックグローバル提供

受講環境



内定者や新人向けのビジネススキルの
基礎から管理職のマネジメントスキルまで
動画視聴形式で学びます。
便利なブックマーク機能もあります。



※一部コースのみあり

人気講座ランキング



傾聴の技術

ミーティングや議論の場での相手に合わせた会話のコツ、アイデアを広げ、適切な主張をするための技術、交渉やさまざまな話法など、周囲とより良い関係を築き、信頼を勝ち取るためのコミュニケーションのスキルを幅広く紹介します。ここでは、コーチングに必要なスキルの一つである「傾聴」について解説します。



ケースで学ぶ 人生100年時代の社会人基礎力 チームで働く力

ケースドラマで「人生100年時代の社会人基礎力」の12の能力要素を丁寧に描いています。自身と重ね合わせ、考察してください。



職場のルールを守る

挨拶や整理整頓といった社会人としての基本行動から、規則や法律の順守といったコンプライアンスなどについても説明いたします。

利用方法

1 会員専用サイトから検索し、ログイン後 Webから申し込む

2 カテゴリから講座を選択し 学習を開始する

3 受講 START

毎月変わる
約40
タイトル

テンミニッツ・アカデミー提供

受講環境



トレンドや時事にあわせて、毎月講座をすべて入れ替え。
多分野の有識者が出演するおとなのための教養メディア。



●過去配信講義例 ※配信講義は、一例です
毎月1日に配信内容の入れ替えがありますので、あらかじめご了承ください

ビジネス
経営

●オリエン
東西の戦略史と
現代経営論に学ぶ

時事・社会

●クラゲ館と大阪・
関西万博〜
いのちの遊び場が
めざすもの

生き方・
学び

●「心から幸せになるためのメカニズム」を学ぶ
●地政学入門 ヨーロッパ編

利用方法

1 会員専用サイトから検索し、ログイン後 Webから申し込む

2 カテゴリから講座を選択し 学習を開始する

3 受講 START

便利機能



ネットラーニングは対象のコース
を修了すると修了証書 (PDF) が
発行されます。印刷してご利用
ください。BISCUE®は、Webにて
終了確認可能です。

※ネットラーニング修了証書イメージ

このアイコンを
チェック

修了確認
可能

学習を見える化!

マイページ
あり

視聴履歴など、
受講状況の把握が
できます。

約120
タイトル

サイバックスUniv.提供

受講環境



資格取得・資格試験対策ならおまかせ。
法律や経済学など、もう一度
学びたい知識講座も充実。



資格取得
講座

- FP技能士(1,2,3級)
- 社会保険労務士
- 日商簿記(2,3級)
- 中小企業診断士
- 宅建
- 情報処理入門
- 衛生管理者
- ビジネス能力検定
- 行政書士入門
- 情報処理・パソコン

利用方法

1 会員専用サイトから検索し、ログイン後
Webから申し込む

2 提携先(株式会社リスクモンスター)より「開講のお知らせ」メールが届きます
※メールに記載のアクセス先、パスワードを利用してログインする
●毎月1~15日までのお申込み…当月末日までに開講のお知らせメールを送信します
●毎月16~31日までのお申込み…翌月15日までに開講のお知らせメールを送信します

3 受講 START

ナレッジ

- 経済学
- 投資の基礎知識
- 確定拠出年金 & NISAの活用講座
- 給与計算入門

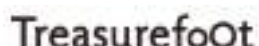
約70
タイトル

トレジャーフット提供

受講環境



※ワークシートを使用するタイトルについてはPC推奨



リスクリングと副業を徹底解説。リスクリング
の土台をつくるオンライン講座と副業に挑戦
したい方向けの入門をご用意しております。



リスクリング

- リスクリングの基本
- 理想的なキャリアを考える
- 捨てるべきことを考える

副業

- プロジェクトマネジメント
- 業務報告書の書き方

利用方法

1 会員専用サイトから検索し、ログイン後
Webから申し込む

2 提携先 Treasurefoot College 運営事務局からのメールが届く
メールに記載のアクセス先、ID・パスワードを利用してログインする
※お申込み後5営業日以内にメール案内があります

3 受講 START

まずは会員専用サイトのこのバナーをチェック!

知識をアップデート!

無料動画・学び

ベネステ
フリーeラーニング

- ・約2,600タイトル
- ・勉強し放題
- ・無料

今すぐCheck



ベネフィット・ステーション
サイト(PC版)

※掲載しているベネステサイト画面はリニューアル等で変更になる場合があります。

ON

でも

OFF

でも

特典満載

おトクに



対面で学びたい！

しっかり学びたい！

学ばず

対面で学びたい方や、もっとしっかり学びたい方向けにベネステの人気メニューをPICK UP! 気になっていた習い事の『会員特典』もあるかも。おトクに楽しく学んじゃおう！

教えて！ベネステ使いこなし術

ベネフィット・ステーションの
トップページでスキルアップをクリック。
カテゴリからジャンルを選択するだけで検索できます！



パソコンでも！
スマホでも！

ココ！



気になっている習い事を
フリーワードで検索する
こともできます。



近所の習い事を
探したいんだけど……



検索条件から住んでいる地域の
メニューに絞り込めます！



※2026年7月時点の情報です。
掲載しているベネステサイト画面はリニューアル等で変更になる場合があります。

次のページから選りすぐりメニューをご紹介します

ON 資格取得



将来、役立つ
資格取得を
目指す！

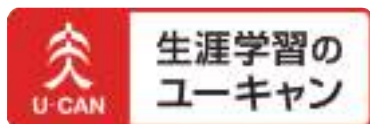
Q 資格を取りたいのですが
スクール(対面)とオンライン
どちらが良いですか？

A スクール(対面)は「勉強法や試験傾向などの情報
が得られやすい」、オンラインは「時間や場所を気
にせず、マイペースに勉強できる」などが魅力です。
両メニューとも取り揃えていますので、自分に合っ
たスタイルをお選びください。

通信 資格取得できる 資格取得できる

ユーキャン 資格通信教育講座

忙しいあなたも大丈夫！資格をとるならユーキャン！



Web申し込みで 受講料の

15%分のベネポプレゼント

スクール オンライン 通信

LEC東京リーガルマインド

資格試験・公務員試験なら「合格のLEC」

伝統ある受験指導で
あなたのスキルアップを
お手伝い！



Web申し込みで
LECの講座が各種割引
適用後さらに

5%OFF ほか

オンライン 資格取得できる 資格取得できる

スタディング オンライン資格講座

24,000名以上の合格者の声！
スキマ時間で資格を目指そう！



Web申し込みで
受講料

20%OFF ほか

スクール 通信

資格の学校TAC

信頼と実績で選ぶならTACです！



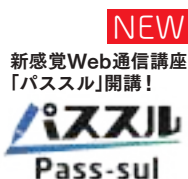
Web申し込みで 入会金

10,000円⇒**無料** ほか

スクール オンライン 教材 通信

資格の大原

合格を目指すなら大原が正解です。
学ぶ人の希望に添う多彩な学習スタイルをご用意。



Web申し込みで 受講料

5%OFF

スクール オンライン 通信

ヒューマンアカデミー

資格取得・キャリアアップを
応援します。
キレイを磨く講座から、
デザイン、パソコン、
国家資格まで、幅広く展開中！



クーポンで 受講料

5%OFF



仕事に役立てるために
生成AIを
学びたいのですが…



これからますます身近になるといわれている生成AI。講座では基礎知識から活用のヒントまで学ぶため、新しいスキルを身につけるきっかけになります。

スクール

パソコンスクール アビバ

目的に合わせてスキルを
アップデート！
業務効率を上げて残業時間を削減！



クーポンで 入学金
22,000円⇒**無料** ほか

動画講義

AI基礎講座

paizaラーニング

【誰でもすぐにプログラミング学習を
始められる！】
ブラウザだけで、動画を見ながら
プログラミングが学べます！



Web申し込みで6か月プラン通常価格
4,488円⇒**4,173円** ほか

通信

AI基礎講座

ISA WEB通信講座

あなたの自宅がパソコンスクールに！



Web申し込みでExcel VBA基礎講座
28,000円⇒**25,200円** ほか

オンライン

AI基礎講座

TechAcademy

選抜された現役エンジニアから
マンツーマンでITスキルを学べる



Web申し込みで4週間プラン
受講料金
174,900円⇒**157,300円** ほか

教材

動画講義

picture academy ツクルものづくり教材

学習用超小型PC[Raspberry Pi]を
使ったものづくりプログラミング教材



Web申し込みで
速習シリーズ 4教材セットコース
19,800円⇒**17,820円** ほか

オンライン

Excel・ノーコード・ 生成AIなどのITスキルを習得！ オンライン公開セミナー 「アプリケーション実践道場」

初心者も！上級者も！
20の講座から選べる、
3時間完結型
公開セミナー



Web申し込みでオンライン公開セミナー
アプリケーション実践道場 1回受講チケット
16,500円⇒**14,850円** ほか

オンライン

生成AI ビジネス実践コース

生成AIを用いた業務活用までを体系的に
習得できるオンラインスクール



Web申し込みで 受講料
10%OFF

オンライン

AI基礎講座

AI応用講座

モバイク 生成AI基礎講座

生成AI基礎講座(ChatGPT他)



Web申し込みで モバイク
生成AI基礎講座
33,000円⇒**19,800円** ほか

オンライン

DMM 生成AI CAMP

基礎マスターコース・マーケティングコース・
営業コース・生成AIエンジニアコース・
Difyマスターコース

ChatGPTなどの生成AIを学び仕事で
驚きの成果をDMM 生成AI CAMP



Web申し込みで DMM 生成AI CAMP
基礎マスターコース・マーケティングコース・
営業コース・生成AIエンジニアコース・
Difyマスターコース 受講料

10%OFF

OFF

趣味・教養



人生を
豊かにする、
学びの時間

Q ベネステの「趣味・教養」
カテゴリで、人気の
メニューを教えてください

A クッキング教室や音楽教室、カルチャースクールが人気です。その他にも多数のメニューがありますので、気になる習い事があれば検索してみてください！

スクール

ABCクッキングスタジオ

ABCクッキングスタジオは、日本を含む8か国・地域に展開する料理教室です。

ABC Cooking Studio

Web申し込みで
体験レッスン **無料** ほか

スクール オンライン

島村楽器 音楽教室

音楽とひとをつなぐ場所。



会員証クーポンで個人レッスンご入会金
13,200円⇒ **6,600円** ほか

スクール

宮地楽器 音楽教室(おとな向け)

弾きたい時が適齢期! 宮地楽器の音楽教室で
『音楽のある毎日』はじめませんか?



クーポンで入会金 東京23区内
11,000円⇒ **5,500円** ほか

スクール

中日文化センター

良質なライフスタイルを求める人々と。



会員証で 受講料
2,000円OFF

スクール

ハクビ京都きもの学院

ハクビの着付けは
正統派。キチンと
キレイで、しかも
着崩れもしない。



クーポンで着付け無料体験レッスン参加で
和装下着をプレゼント

オンライン 教材

西本研習所

Mealinkのオンライン料理講座

【食育キットが届く】
オンライン料理講座



Web申し込みでテンペ事前配送
オンラインテンペ料理講座
5,500円⇒ **4,950円** ほか



ビジネススキル・投資・資産運用



注目度が高い、気になる
資産形成



ビジネスの知識など
スキルアップができる
メニューはありますか？



最新ニュースや話題のビジネス書籍をいち早く
チェックできる配信アプリやスキル・教養を幅
広く学べる動画講義など、ビジネスパーソン
の強い味方となるメニューも取り揃えています！

オンライン

「国家資格キャリア コンサルタント試験」 合格指導 特訓講座 通信コース

短期間で取得できる国家資格「キャリアコンサルタント」に挑戦しませんか。豊富な国家資格等合格経験を元に、試験合格の必勝戦略と戦術をきめ細かく指導します。



株式会社キャリア・ブレン

Web申し込みで

67,500円⇒**47,250円** ほか

オンライン

東京通信大学

キャリア直結の学び直しをオンラインで！
通学ゼロで大学卒業も！



Web申し込みで入学半額
正科生入学金

30,000円⇒**15,000円** ほか

動画講義

BBTChエッセンシャルズ

管理職・中堅社員の必修科目！
「一段上の成果」を導く動画学習



Web申し込みで
BBTChエッセンシャルズ
6か月プラン

33,000円⇒**29,700円**

スマホで経済チェック

スクール

早稲田大学 オープンカレッジ

どなたでも学べる早稲田大学の生涯学習講座



会員証で 入会金

8,000円⇒**6,000円**

アプリ

NewsPicks プレミアム

「経済を、もっとおもしろく。」ビジネスパー
ソン必携のソーシャル経済メディア。



【決済後即時受取】
デジタルクーポンコードで
NewsPicks プレミアム 年割プラン

18,400円⇒**14,000円**

Web

書籍ダイジェスト配信サービス SERENDIP

人より一歩先を行きたいビジネスパーソン
必読！書籍ダイジェストサービス。



Web申し込みで 年間購読料

33,000円⇒**26,400円** ほか

動画講義

ファイナンシャル・ ウェルビーイング検定

人生100年時代に必要な
マネーリテラシーを幅広く学べる



Web申し込みで

ファイナンシャル・ウェルビーイング検定

22,000円⇒**19,800円**

オンライン

保険を売らないFPによる 資産形成セミナー・個別相談

CFP・1級FP技能士による資産形成セミナー
と、代表による個別相談サービスです。



Web申し込みで 資産形成セミナー
受講料

3,000円⇒**無料** ほか

暮らし

NISA・iDeCo・住宅購入など お金のことなら Office Wealthinc

【本気でお金の不安を解消したい方へ】
表面的なアドバイスではなく、根本的な解決
策を独立系FP事務所
Office Wealthincがご
案内します！

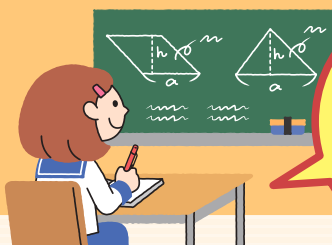


Web申し込みで 初回FP相談

22,000円⇒**無料**

OFF

こどもの習い事

未来をつくる、
学びの時間

近所の学習塾に通わせたいのですが、特典が利用できるか知りたくて…



ベネステでは全国各地の学習塾メニューをご用意しております。塾名で検索しても良いですし、マップ機能でも検索が可能ですので、ぜひ一度調べてみてください！

動画講義

スタディサプリ

受講者の方の受講データをもとにプロ講師が磨き上げた「神授業」が月額2,178円で見放題！



Web申し込みで スタディサプリ
通常14日間無料トライアルのところ
**1か月間無料トライアル
プレゼント！**

通信

Z会の通信教育

最高の教育で、未来をひらく。「学年別教材見本」や情報誌を無料進呈中！



Web申し込みで
新規でご入会した方に
**Amazonギフトカード
2,000円分プレゼント**

通信

ベネッセの通信教育サービス
「こどもちゃれんじ」「進研ゼミ」

ベネッセの通信教育サービスは、0～18歳のお子さまの成長・教育を支援するために、年齢(月齢)に応じた教材を、毎月継続的にお届けする通信教育講座です。



Web申し込みで
「こどもちゃれんじ」「進研ゼミ」
初回ご請求額から
500円～1,000円OFF

スクール

東京個別指導学院/
関西個別指導学院

ベネッセグループの個別指導塾

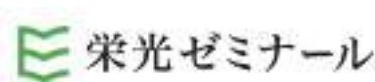


会員証で 初回納入金
20,000円OFF

スクール

栄光ゼミナール

一人ひとりの個性を尊重した指導を行います。



Web申し込みで ご入塾時に
Amazonギフトカード
10,000円分プレゼント！

比較サイト



塾ナビはあなたにぴったりの塾選びをサポートします！

【資料請求プラン】

Web申し込みで 塾ナビからの資料請求、
電話問い合わせ、または体験授業の
問い合わせ後、入塾された方に

11000ベネポプレゼント

※一定の条件を満たす必要あり

塾選びに悩んだら

小学生に人気のスクール

スクール

ヒューマンアカデミーロボティクス
プロフェッサーコース(小学校高学年～)

工学ロボットを組み立てて自由自在に動かし、失敗と試行錯誤を繰り返しながら真のプログラミングをマスター！



Web申し込みで入会キット
51,150円⇒46,035円

スクール

コナミキッズスクール
「運動塾」

楽しく習おう。
コナスポキッズ



会員証クーポンで
運動塾 1日授業内体験料
1,100円⇒無料

スクール

カワイこども向け音楽教室

1歳のお子様からおとなまで、また初心者の方からハイレベルの方まで、音楽を愛するすべての人に多彩なコースをご用意しています。



クーポンで
入会金 **40%OFF**



語学力は、
ビジネスの
可能性を
広げるスキル

Q ベネステでは どんな語学が学べますか？

A 定番の英会話はもちろん、今人気の韓国語や中国語、フランス語など、さまざまな言語が学べます。ビジネス用はもちろん、お子様の言語学習にもオススメのメニューもありますので、ご家族で始めてみるのはいかがでしょうか。

オンライン

DMM英会話

圧倒的に安い価格、充実のサポート体制、予約のしやすさならDMM英会話。



Web申し込みで 授業料3か月間

20%OFF

オンライン

韓国語検定

中国語検定

レアジョブ英会話

業界大手のオンライン英会話で初めての英会話体験を！



Web申し込みで 日常英会話コース
毎日25分・6か月プラン

47,880円⇒**43,092円** ほか

オンライン

韓国語検定

中国語検定

オンライン英会話スクール Bizmates(ビズメイツ)

「ビジネスに特化」したオンライン英会話スクール Bizmates(ビズメイツ)



Web申し込みで 初回限定
毎日1レッスンプラン 初月

14,850円⇒**7,425円** ほか

スクール

韓国語検定

英会話イーオン

イーオンのレッスンは楽しい！上達できる！続けられる！



クーポンで 入学金

11,000円⇒**無料** ほか

スクール

韓国語検定

中国語検定

ECC外語学院

総合教育を活かした人材育成のネットワーク



Web申し込みで 入学金

15,000円⇒**無料** ほか

スクール

Gabaマンツーマン英会話

上達にこだわるからこそ、レッスンはすべてマンツーマン



Web申し込みで

60回以上のコースで新規ご入会

33,000円⇒**無料**

オンライン

韓国語検定

中国語検定

産経オンライン韓国語 「NEIGHBOR(ネイバー)」

初めて韓国語を学ぶ方や、映画・文化から韓国語を学びたいと思った方が始めやすいテーマから、ぜひ一緒に学びましょう。



Web申し込みで オンライン韓国語
マンスリー5回プラン 3か月間

33,000円⇒**29,700円**

オンライン

中国語検定

東亜学院 中国語学校(オンラインコース)

中国語教育のパイオニア。
創立1967年の歴史と実績。



Web申し込みで
オンラインコース 1レッスン

4,950円⇒**無料** ほか

スクール

オンライン

ロゼッタストーン・ ラーニングセンター

挫折させないマンツーマン英会話。
パーソナルトレーナーのような、
先進授業をあなたに。



クーポンで 入会金

33,000円⇒**無料** ほか

OFF

ピラティス・ヨガ

心と体を
整える時間ヨガとピラティスの
違いは何ですか？

ヨガは呼吸や瞑想を取り入れながら心身のバランスを整えることを目的としています。一方、ピラティスは体幹を鍛え、正しい姿勢や身体の使い方を身につけることに重点を置いています。

スクール

ZEN PLACE

※男性も可

誰でも始められる。ピラティス・ヨガ マット
グループレッスン無料体験



クーポンでマットグループレッスン体験

3,300円⇒**無料** ほか

スクール

pilates K

マシンピラティス専門スタジオ
音楽に合わせて楽しくレッスンでき、初心者
でも安心



トライアルレッスン無料。
ウェア(上下)レンタル付
クーポン利用で
お水(500ml) **無料**

スクール

ホットヨガスタジオ
CALDO

心と身体を癒すホットスタジオ

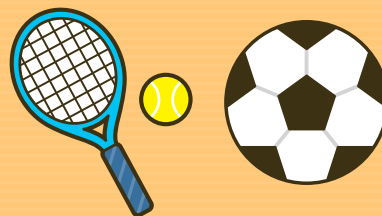


クーポンで入会金

11,000円⇒**無料** ほか

OFF

スポーツ

運動不足を解消しながら、
楽しめる趣味はありますか？

ゴルフ・テニス・フットサルなど、人気のスポーツを
初心者からでも安心して学べるメニューをご用意
しています。

スクール

スポーツクラブ
NAS ゴルフスクール

初心者の方から上級者の方まで楽しみながら
レベルアップ！

クーポンで
入会金 **無料**

スクール

スポーツクラブルネサンス
成人テニススクール

「スマートテニスレッスン」
科学×ヒトでテニスレッスンが進化！



会員証クーポンで入会金

3,300円⇒**無料** ほか

スクール

ミズノフットサルプラザ

一人で参加できるプログラム、チームで参加する
イベント、お子様向けのスクール等実施中



クーポンでメンバー登録費

無料 ほか

気になる口コミ発見! みんなの習い事事情

ON

なにか新しいことを始めてみたい、でも何が自分に合うのかわからない。

そんなときは、みんなの選択をヒントにしてみませんか。

未来を広げる学びも、毎日をちょっと楽しくする学びも、いまどきの習い事事情を徹底チェック!

OFF

ON アイ・イーシー通信教育

気になる

仕事から趣味まで

ケースで学ぶ生成AI活用術

40代・男性

「業務に役立つ生成AIを学べる講座」

最近生成AIを利用してメールの添削やエクセルのアドバイスを行っており、業務に役に立っているのでもっとも利用していきたいと思っています。今回の学習で、AIへの指示をどう伝えるかなど大変勉強になりました。

チームのパフォーマンスを最大化する

心理的安全性100

50代・男性

「チーム編成の考え方が参考になりました」

チーム編成に必要な事項がまとめられており、非常に参考になった。現在、職場内、若手が増え、考え方も個々の違いあり、チーム編成する上で何が必要か、どうすべきか試行錯誤している状態であったため、参考にしていきたいと考える。

日商簿記検定3級受験合格

30代・男性

「簿記についての理解が深まり業務が効率的になりました」

簿記について学びたいと思いながら、中途半端にしか知識がなかったのでも、今回実際にじっくり学んでみてとてもよかったです。実際の試験にももちろんですが、数字の知識をクリアにすることで、普段の業務がよりやすめやすくなりました。

業務効率



ON ストリートアカデミー

気になる

AI活用(IT・リスキング)

30代 女性・オンライン授業

「わかりやすく実践的! ChatGPT活用の幅が広がる講座」

説明も丁寧でわかりやすく、難しく感じていた内容も自然と理解できました。特にChatGPTに関する新しい発見が多く、活用の幅が広がったと感じています。実践的な内容で、仕事や日常にもすぐ活かそうです。

話し方・コミュニケーション

(ビジネススキル)

30代 女性・オンライン授業

「初心者でも参加しやすい、明るく楽しい講座」

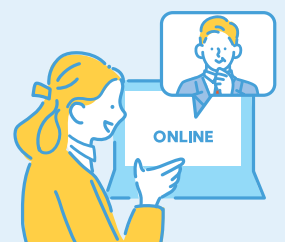
物事を端的に伝えるのが苦手で受講しましたが、終始穏やかで温かい雰囲気の中、楽しく学ぶことができました。特に印象的だったのは「常に聞き手を意識して話すこと」の大切さで、伝えることの重要性を改めて実感しました。フィードバックや実践を通して自分の話し方の癖にも気づくことができ、日常や仕事に活かしていきたいです。

英語学習(語学)

40代 女性・オンライン授業

「英語を諦めなくてもいいかも、と思える講座」

何度も英語学習に挫折してきましたが、「話せない原因は努力不足ではなく翻訳思考にある」と知り、気持ちが楽になりました。同じように一歩が踏み出せない方におすすめしたい講座です。



OFF アイ・イーシー通信教育

気になる



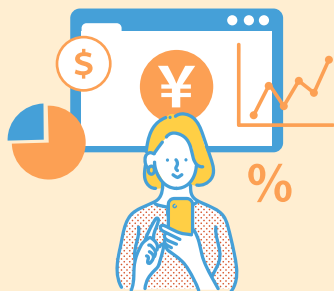
はじめてのNISA&iDeCo

～リアルがのぞける、みんなの投資事情～

20代・男性

「資産運用について一から学べて始められました」

自分で調べたときは、意味がよく分からない単語によく躓き、とりあえず始めてみようか、とも思っていたのですが、この講座で、自分の経済事情との兼ね合いを考えた上で、何から始めるべきかをなんとなく把握できたので、勢いで始めて痛い目を見る前に学ぶことができ、本当に良かったです。



温泉ソムリエ認定講座

40代・女性

「温泉のもつ効能を幅広く発信していきたいです」

興味ある内容がテキスト1冊にまとめてあり、とても楽しく勉強できました。温泉のもつ力が心身を健康にするのは間違いないです。病気の予防策として温泉が注目されるように情報発信していきたいと思います。



世界遺産検定2級対応講座

50代・女性

「世界遺産についてより深く知ることができました」

巷で人気の検定を覗いてみたかったので受講しました。人より少しは知っているのではと思っていましたが、こんなに知らない遺産があるなんてと、自分の知識のなさに驚きました。学べて楽しかったです。

OFF ストリートアカデミー

気になる



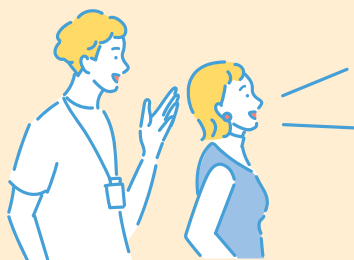
ボイストレーニング

(趣味・お稽古/ビジネス応用)

40代・対面授業

「声を思い通りにコントロールできるようになる講座」

自分の声をコントロールしたいと思い受講しました。初回のレッスンで声が変わる驚きを実感し、続ける中でトーンやニュアンスも調整できるようになりました。日常会話やプレゼンでも自信がつき、声に悩む人におすすめできる内容です。



マインドフルネス・瞑想(生活・暮らし)

30代・オンライン授業

「交感神経と副交感神経を自分でコントロールできるようになった講座」

仕事中の眠気に悩んで受講しました。ワークで頭がすっきりし、翌日は眠気なく集中して働けるように。日常にも取り入れたいと感じました。

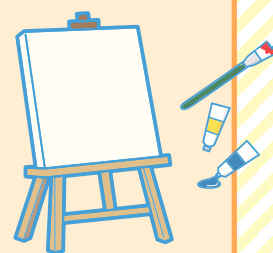


デッサン・絵画(趣味・お稽古)

40代・対面授業

「何度も挫折してきた私が、初めて本質を理解できた」

デッサンはセンスが必要だと思い込み、何度も挫折してきましたが、この講座で「仕組み」や「構造」として理解でき、初めて本質をつかめたと感じました。苦手意識も薄れ、描く楽しさを実感できました。



※個人の感想であり、効果を保証するものではありません

口コミを提供してくれました

通信

教材がもらえる

アイ・イーシー通信教育

今日の自分よりも明日の自分を好きになれる



Web申し込みで
新人のための会社と仕事 A to Z 100
19,030円⇒**14,630円**ほか

通信

ストリートアカデミー(ストアカ)

教えたいと学びたいを繋ぐ、学びのマーケット「ストアカ」



ストアカ

Web申し込み後 新規ユーザー登録で
ストアカのサービス予約・購入時に使える
300ポイントプレゼント

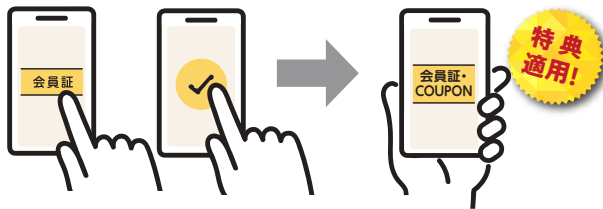
各メニューのご利用方法について

各サービスはご利用方法が指定されており、それぞれメニューページに指定のご利用方法を記載しております。あらかじめ、ご希望のサービスのご利用方法をご確認の上、お使いください。

会員証クーポンで利用！

Webから
会員証表示・クーポン取得

提携店で
会員証クーポン提示
(会員証クーポン)

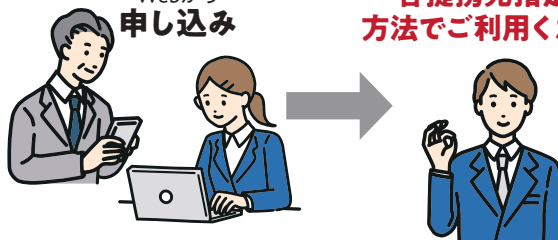


※PCから取得したクーポンを印刷して、提示することもできます。
※利用条件は特典ごとに異なります。

Webから申し込みで利用！

Webから
申し込み

各提携先指定の
方法でご利用ください



※会員専用サイトを經由して提携先(サービス提供会社)のWebサイトで特典が適用される利用方法もございます。

デジタルチケットで利用！

Webから
チケット申し込み

提携店で
デジタルチケット提示



メール受信後
マイページで
チェック!

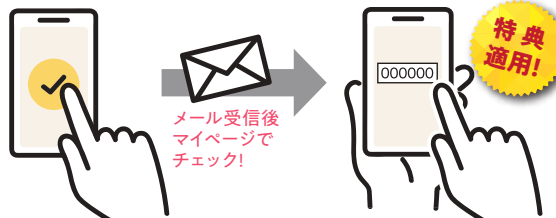
※提携店が利用済の手続きをします。

デジタルクーポンで利用！

(クーポンコード)

Webから
クーポンコードを申し込み

提携サイトで
コード入力



メール受信後
マイページで
チェック!

特典
適用!

コンビニ発券で利用！

コンビニ端末で
チケット発行

提携店で
チケット提示



会員IDと
パスワードが
必要です!

ベネフィット で検索して会員専用サイトにアクセス

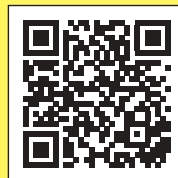


ベネアカウントの
登録方法は
こちらから



今すぐアプリを
ダウンロード!

▼iPhone



▼Android



本ベネフィット・ステーション 学ぶQ&Aブックに掲載されたサービスの内容は2026年7月時点の一例となります。利用方法、期間など詳細はベネフィット・ステーションサイトをご確認ください。また、特典内容は予告なく変更となる場合がございます。ご了承くださいませようお願いします。

このBENEFIT STATION 学ぶQ&Aブックが紹介する個々のサービス内容に関する記載事項等は、当社が提携先サービス提供事業者(以下「事業者」といいます。)から受領した情報に基づくものですが、当社は、会員のみなさまにそのサービス内容について誤解が生じないように記載事項をさらにチェックしております。会員のみなさまが個々のサービスを選択される際には、その記載事項をよくお読みください。

また、ご利用の際には、事業者がその提供施設等で一般利用者に提示している利用規程をご覧になり問題が起きないようあらかじめ理解した上でご利用くださいますようお願いいたします。

なお、会員のみなさまと事業者との間でのその提供施設等のご利用を巡る紛争につきましては、当社の責任に帰すべき事由がある場合を除き、会員のみなさまと事業者間で解決をしていただきますようお願いいたします。

会員のみなさまより、当社が直接チケットおよび商品等のお申し込みを受けられる場合は、不可抗力による場合を除き、原則としてお申し込み後の取り消しはお受けできませんので、くれぐれもご注意ください。詳細については、当社ベネフィット・ステーションサイトまたはカスタマーセンターにてご確認ください。

※ご加入のコースによって、一部ご利用いただけないサービスがございます。※本誌の掲載内容(文章、画像、デザインなど)は、当社および提携各社に帰属します。誌面の全部もしくは一部の複製、転載、改変や再配布はご遠慮くださいますようお願いいたします。

ガイドブック記載事項に含まれる写真、図画、文芸、ロゴ、商標その他に関しては、当社は、サービス提供事業者の責任において著作権等の侵害が無いよう確認の上、掲載しておりますが、もし、ご自分の著作権等の侵害があることを発見された場合には、当社にご一報ください。

個人情報の取扱いについて

当社は、会員様の余暇サービスの充実を目指しております。会員様の個人情報は、本会のサービス提供のために利用し、それ以外の目的で利用することは一切ございません。個人情報保護方針は弊社サイト(https://bs.benefit-one.inc/)に記載しております。個人情報に関する【お問合せ】、および個人情報に関する開示・訂正等の【お問合せ】は下記相談窓口までお願いいたします。

株式会社ベネフィット・ワン
個人情報保護管理者 総務部長
担当窓口個人情報取扱い事務局
E-mail privacy@benefit-one.co.jp



ベネフィット・ステーション

BENEFIT STATION
学ぶQ&Aブック
2026年・2027年

発行 2026年7月
発行者 株式会社ベネフィット・ワン
観光庁長官登録旅行業第1628号
日本旅行業協会正会員

〒163-1037 東京都新宿区西新宿3丁目7-1
新宿パークタワー37F
TEL. 0800-9192-919(フリーコールスーパー)
※落丁・乱丁本はお取り替えます。