





EN.



■ 4/23(水) 19:00~20:30 ■ 5/10(±)14:00~15:30 ■ 6/8(目) 14:00~15:30 ■ 会員 4,104円 一般 4,752円 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円

4月期 受講生募集!2/26@9:30受付開始!

NHK文化センタ-

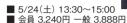


生きるヒント

外山滋比古特別講演 「思考」のエッセンス

英文学者・エッセイスト 外山滋比古

しなやかな発想で人生を楽し く生きる「思考」のコツを、 数々のエッセイで「考える」ア イデアを提案してきた講師が 講演します。



幸せに生きるとは? アラン[幸福論]を読む

明治大学教授 合田正人

幸せのヒントが詰まった幸福 論。講師自身の訳を用いアラ ンの思想の全体に迫ります。

「アラン」高田博厚 1932年 ブロンズ 福井市美術館所蔵

- 指定土曜 15:30~17:30
- 4/5から5回(4~6月)
- 会員 16,200円 一般 19,440円

世界がわかる宗教社会学

社会学者 橋爪大三郎

宗教の理解なしに現代世界を 読み解くことはできません。世 界の主要な宗教の原理を考察 人類文明の将来と課題を 展望します。

■ 5/16(金) 13:00~15:00 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円



知っているようで実は詳しくは知らないことを、今こそ、きちんと学んでみたい。 そんな大人のための新シリーズを開講します。[各講座]年間完結]

ダンテ『神曲』への招待 読み継がれる言葉の魅力

東京大学准教授 村松真理子

ダンテの人物像、彼の時代のイタリアという場所、テクストが語る意味一詩人のことばから読み解いていきます。 ■ 第2火曜 13:00~14:30 ■ 4/8から12回(4~3月)

■ 38,880円 教材費 388円

画家の眼/私たちの眼 印象派絵画とその時代 中央大学准教授 吉田紀子

印象派の画家とその作品を、当時の社会状況や美術界の動向とともに解説。"画家の意図を考えて"絵を見る楽しみ を味わいます。※8月はオルセー美術館展見学予定 ■ 第1月曜 10:00~11:30 ■ 4/7から12回(4~3月) ■ 38,880円 教材費 129円

©RMN-Grand Palais (musée d'Orsay) / Hervé Lewandowski 「オルセー美術館展 印象派の誕生・描くことの自由・J2014年7月9日(水)へ

聖書をよむ一ここから世界文学が生まれた一 立教大学文学部教授 月本昭男

時代と国境をこえて読み継がれる聖書は多彩な物語の宝庫で す。やさしく読み解き、歴史や人間を理解するヒントを探ります。

■ 第4金曜 13:00~14:30 ■ 4/25から9回(4~2月) ■ 29,160円 教材費 194円

『源氏物語』ハイライト

東京学芸大学教授 河添房江

多彩な観点から源氏物語の魅力に迫ります。名場面を源氏 絵などの資料と共に分かりやすく解説します。 ■ 第2月曜 13:30~15:00 ■ 4/14から12回 (4~3月)

■ 38,880円 教材費 388円

日本国憲法をやさしく読みとく

東京大学名誉教授 高橋和之

日本国憲法はどうやって作られたのか。その背景と過程を学びます。最近注目の条文も解説します。

■ 第4木曜 10:30~12:00 ■ 4/24から12回 (4~3月) ■ 38,880円 教材費 1,296円



in 神楽坂 stal: The Glee

指揮者 佐渡裕が語る <音楽とっておき話> 聞き手:キャスター 山田美地子

■ 5/8(木) 16:00~17:30 ■ 会員 5,400円 一般 6,048円

阿川泰子が語る JAZZ そして歌の楽しみ

ジャズシンガー 阿川泰子 ■ 5/24(土) 13:30~15:00

■ 会員 5,400円 一般 6,048円

自在な声&メンタルヘルス

~ボイスヨガ~ ボイストレーナー・元劇団四季 一井優希

■ 第1・3金曜 13:00~14:30

■ 4/4から6回(4~6月) ■ 22,680円 テキスト 540円

若林正人のヨーロッパ音楽紀行 ジャーナリスト 若林正人

■ 4/10(木)、4/25(金)、5/13·5/20·6/10(火) 13:00~14:30

■ 18,900円

接指導します。

エイジング加工で楽しむインテリア

■ 指定土曜 13:00~15:00

■ 22,680円 教材費 24,624円

■ 4/12から6回(4~9月)

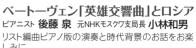
THE OLD TOWN主宰 伊波英吉

雰囲気あるエイジング加工作品を自分で作りませんか。人気作家が直

N響コンマス"マロさん"の 心に残る名曲物語

NHK交響楽団コンサートマスター 篠崎史紀(通称マロ) あのマロさんの音色を間近で!

13:30~15:00 ※9/29 13:00~14:30 25,920円





1年で学ぶ やさしい和声

作曲家(東京藝術大学出身)中山博之

和声を知ると楽譜から作曲家の意図が読み取れます。

■ 第2金曜 10:30~12:00 (6月のみ第3金曜) ■ 4/11から12回(4~3月) ■ 45,360円

1年で学ぶ 指揮法の基本 ▶ 指揮者(東京藝術大学出身) 角田綱亮

腕の基本的な動かし方から楽曲別の指揮法まで

事前体験説明会 3/18(火)19:00-20:00 1.500円



ユネスコの無形文化遺産に登録された和 食。「現代の名工」受賞講師が基本から指導 し、ひと工夫で見違える料理に。

■ 第3水曜 13:30~15:30 ■ 4/16から5回(4~9月)

■ 18,900円 教材費 1,620円



行正り香の 「おうちパーティーをしよう!」

料理研究家 行正り香

テーマの決め方、音楽やワイ ンの選び方から、テーブル セッティングや持ち寄りパー ティーのコツまでを伝授!

■ 5/25(日) 13:00~14:30

一般 3.888円



話題のスイーツ! 『雪ノ下』のパンケーキレッスン 雪ノ下オーナーシェフ

末廣 薫 大阪発の大人気店の オーナー自らが看板メニューやソースの作り方 をお教えします

※実習・試食あり ■ 4/13(日)

14:00~16:00



■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 1,188円

仏像の魅力 ~かたちとこころ~

祈りの美。日本の代表的な仏像を取り上げながら仏の種類と役割について学びます。

■ 4/22から6回 (4~9月) ■ 19,440円 〈阿弥陀如来坐像〉協力:平等院

青山学院大学文学部比較芸術学科教授

①如来②菩薩③明王

英語で茶の湯

④天部⑤肖像⑥歴史と仏像

国際茶道文化協会会員 裏千家 茶の湯 準教授 **宝来宗貴**

紹介します。簡単な英語で学びます。

■ 第1・3日曜 10:00~12:30

■ 37,584円 水屋料 5,961円

■ 4/6から12回(4~9月)

茶道の基本を学びながら、日本文化を英語で

■ 第4火曜 13:30~15:00

すぐに役立つ家庭料理の"新提案" 土井善晴が語る「おみそのすゝめ」 料理研究家·早稲田大学非常勤講師 土井善晴 新たに発見されたみその効用。

実は体に優しいみその塩分! おいしく手軽に毎日できるみそ 料理の秘訣を伝授します。※「きょうの料理」グッズ・みその詰め合わせブレゼント!

■ 4/5(土) 13:30~15:00 ■ 会員·一般 2.916円

En Ch 協力:みそ健康づくり委員会

山内 亮



水彩画 〜飾れる絵を描く〜

鉛筆やペンで形をとり、水彩

で着彩。静物、スケッチ、人物

等原則1回で描き上げます。

■ 第4木曜 14:00~17:00

無所属(東京藝術大学大学院修了) 川又 聡 気鋭の若手日本画家が、植物や生き物を モチーフに道具の扱い方からデッサンまで

■ 5/7、5/21、6/4、6/18(水) 19:00~21:00

■ 13,824円 モチーフ代 2,300円

■ 4/24から6回(4~9月)

作家・北村薫の土曜読書会 🛚

直木賞作家にして文 学への深い愛情と知 識をもつ本の達人・ 北村薫氏。近日発売の 最新エッセイ集とアン ソロジーを講義&読書 会で味わいます!

■ 5/17、6/21(土) 18:00~19:30

■ 会員 6,480円 一般 7,776円

最近、家族写真を撮りましたか? 写真家 浅田政志 誰にとっても身近な家族

の写真について、ユニー クな家族写真を撮り続け 田 る講師とともに考えます。 ※参加者が被写体となる撮 影体験も予定(希望の方・人

■ 5/31(土) 15:30~17:00

湷 あたらしいこと 始めませんか

世界の"今"を読む NHK解説委員室 現役解説委員

元NHK国際放送局長 佐藤俊行 世界を地域やテーマに分け、4人の元

NHK特派員が、最新の動きを語ります。

生誕450周年!

■ 第3水曜 16:00~17:30



■ 4/16から6回(4~9月) ■19,440円 教材費 648円

シェイクスピアの朗読劇に挑戦しよう 劇団俳優座演出部

桐朋学園芸術短期大学演劇專攻教授 **宮崎真子**

『ヴェニスの商人』の朗読に簡単な身ぶりを加 え 場面ごとに配役を代えながら皆で楽しく読 んでいきます。★最終回に発表会あり。

■ 第1・3日曜 13:30~15:30 ■ 4/6から7回 (4~6月) ■ 22,680円

楽しく学ぶ書の基本 🗾 毎日書道展審査会員 金子大蔵 漢字臨書を基に、作品の鑑賞方法や作

■ 第1・3水曜 18:30~20:00 ■ 4/2から12回(4~9月) ■ 42,768円

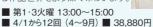
品制作まで幅広く学びます。

3/19(水)体験 書の基本を学ぶ前に



はじめての朗読 元NHKアナウンサー 迎康子 発声や朗読の基礎から始めるの

初心者も安心。声に出すこと で、作者の息づかい、書かれてい る作品世界をより深く味わいます。

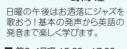




はじめよう ジャズヴォーカル

指導。

ジャズヴォーカリスト 野間 瞳



■ 第2·4日曜 15:30~17:00 ■ 4/13から6回 (4~6月) ■ 20,088円



漢方と暮らしの薬草

元千葉大学教授 池上文雄

はじめての日本画小品制作 デッサン編 👂

日本画をはじめるための一日準備教室 ■4/16(水)19:00~21:00 ■ 会員・一般 3,240円

身近な薬草を通して暮ら しに活かす漢方の知恵を 伝授します。

■ 第4木曜 10:30~12:30 ■ 4/24から6回 (4~9月) ■ 20,736円



日曜俳句レッスン 一私の一句を探して一 「藍花」同人 京都造形芸術大学通信教育部非常勤講師 大高 翔

「私のテーマ」が見つかれば句作 はもっと楽しくなる! 基本と自分ら しい句を作るコツを教えます。 *作品は最終回にプチ句集にまとめます。



元気に輝いていたいから

誰でもできる!あべこべ体操 IFF公認フェルデンクライス・メソッド 北洞誠・

あべこべ体操は、身体の一部を「あべこべ」 に動かすことによって、即効的に身体のコ リやハリを取り、柔らかくする体操です。

■ 第1.3水曜 12:40~13:55 ■ 4/2から12回 (4~9月) ■ 36.288円

美ラインストレッチ

ラクティショナー

くい体質に。

お申し込み・

ダイエットエキスパート ・・- / ・・ へん・ート ピラティスインストラクター 和田清香 手軽で簡単、効率的なストレッチで

歪んだ骨格を調え、あなたも太りに

■ 第1.3火曜 15:20~16:20 ■ 4/1から12回 (4~9月) ■ 33,696円



アメリカン・カントリーダンス

Wake Up Tulsa代表 Kyoko Arakawa

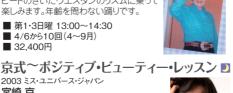
■ 32.400円

楽しみます。年齢を問わない踊りです。 ■ 第1・3日曜 13:00~14:30 ■ 4/6から10回(4~9月)

2003 ミス・ユニバース・ジャパン ワンランク上の女性を目指して、大人の立 ち居振る舞いをトータルでアドバイスします。

■ 第1・3木曜 19:20~20:50

■ 4/3から6回 (4~6月) ■ 会員 18,144円 一般 22,032円



こ。 スズケン市民講座 人間を考える ~父の想い出~

人間のすばらしさ、生きる力について考える連続 語っていただきます。

■ 会員 11,232円 一般 13,824円 ※1回受講も可 いま、再び注目の「赤毛のアン

ハーブとお菓子で読みとくアンの世界 ハーブ、イギリス文化研究家 北野佐久子 永遠の名作を講師ならではの視点で読み ときます。ミス・ラベンダーにちなんだ ショートプレッドもご賞味いただきます。 ■ 6/14(±) 10:30~12:00

■ 会員 3.672円 一般 4.320円

■ 15:30~17:00

■ 4/8から4回(4~5月)



中村メイコ



陳建—

刺しゅう作家 川畑杏奈(annas)

NHKカルチャー 青山



堀口すみれ子 高見のっぽ



大好きな物語を刺繍にして小物に仕立てま す。簡単ステッチで、毎回1作品を作ります。

■ 4/25, 5/23, 6/27(金) 19:00~21:00

全1,000講座がご覧いただけます





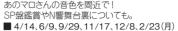
● 開講時間が18時以降の講座。 1

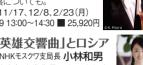
お問い合わせは

-ムページでは24時間受付中!



おとなの音楽大学















■ 月1回水曜 19:00~21:00 ■ 4/16から12回(4~3月) ■ 58.320円









奥山千晴のちくちくソーイング ソーイング作家 奥山千晴



大沢節子の小さな花の押し花

■ 第1金曜 13:00~15:30

■ 4/4から6回(4~9月)

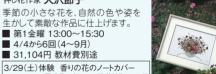
■ 31,104円 教材費別途

休日にちょっとのんびり、大力

キャラメルポーチ、りんごの針

かわいい小物作り。

押し花作家 大沢節子 季節の小さな花を、自然の色や姿を 生かして素敵な作品に仕上げます。



13:00~15:00 ■ 会員・一般 3,675円 教材費 2,205円



5/21(水)

ものがたり刺繍「赤毛のアン」▶

①パンジーのプローチ②グリーンゲイブルスのハンカチ③アンの額 ■ 会員 9.720円 一般 11.664円 教材費 3.240円



E

ま

毎週の講座は原則3ヶ月分

4 5 6

教養

◎ドラマチック古事記~神と人の物語~ 立正大学教授 二浦加州 哀しい話や心躍る冒険など様々な

物語が語られる古事記。はじめて読む方にも、読んだことある方にも、 楽しく発見のある講座です。



■ 19.440円 テキスト代別途



法政大学教授 陣内秀信

早稲田大学教授 益田朋幸

共立女子大学教授 木戸雅子ほか 海に浮かぶ島だけでなく、砂漠に浮かぶ島も含めて、地中海文 化圏の「島」に繰り広げられた歴 史と文化の足跡を紹介します。 協力: 地中海学会
■ 第1·3月曜 13:00~15:00

■ 4/7から10回 (4~9月) ■ 32,400円 教材費 540円

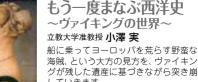
地中海への誘い~地中海文化圏の「島」を巡る~ 西洋絵画史入門

~ 10枚の傑作とそれを取り巻く絵画たち~ 清泉女子大学講師 貫井一美

各回作品を1点取り上げ、その絵画が私た ちに見せてくれる「物語」を、それを取り巻 く絵画たちとともに様々な切り口で鑑賞。

第1.3火曜 10:30~12:00 ■ 4/8から10回 (4~9月) ■ 32,400円

デル・ポッライウォーロ ≪貴婦人の 作品は下記の展覧会で御覧いただけ にユム・アル・ホッフィ・フォーロ ≪ 東婦人の月標 ≫ 1470年頃 ナンベラ・板 *この作品は下記の展覧会で御覧いただけます。 「ミラノ ボルディ・ベッツォーリ 華麗なる貴族コレクション展」 2014年4月4日(金)~5月25日(日) Bunkamur ザ・ミュージアム(渋谷)



グが残した遺産に基づきながら突き崩 していきます。

■ 第2·4金曜 10:30~12:00 ■ 4/11から5回(4~6月) ■ 16,200円 教材費 162円



№ 今こそ知りたい!女帝の歴史 歌人、現代歌人集会副理事長 林 和清

中世の絵巻に描かれた、昔も今も変わらぬ人々

や動物の生き生きとした姿と説話の笑い話とを

▼西行の歌と『梁塵秘抄』を読む

6世紀の倭国~天皇の起源と支配・仟那と加耶~

6世紀におけるヤマト政権の支配の実態を

王権、国際交流、地方支配など多角的な観点から

重ね合わせ、その面白さを読み解きます。

■ 4/18(金) 13:30~15:00 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円

人々の歌に込めた思い

駒澤大学名誉教授 **高橋文二**

平安末期に活躍した西行の歌と

み解きながら、同時代の人々の豊

かな心を感受したいと思います。

横浜市歴史博物館館長 鈴木靖民

■ 第1水曜 13:30~15:00

明治大学 · 立教大学講師 河内春人

■ 4/2から6回 (4~9月) ■ 19,440円

■ 第2·4火曜 13:30~15:00 ■ 4/8から12回 (4~9月)

■ 38,880円 教材費 129円

ほんとうの古代史

考えます。

後白河院編纂の『梁塵秘抄』を読

日本にかつて存在した8人の 女性天皇。なぜ女帝が即位す ることになったのか。女性天 皇や女性宮家に注目の集まる 今こそ学びましょう。

■ 第2土曜 10:30~12:00

立教大学名誉教授

小峯和明



■ 19,440円 教材費 194円 1日講座 絵巻にみる笑いと説話 国宝美術をめぐる

行

食・冠婚葬祭・民俗信仰・女性 筑波大学北アフリカ研究センター助教 岩崎真紀 イスラームの世界独自の生活 🏽

🔤 生活からみるイスラーム社会

習慣や女性のあり方について 現地調査を行っている講師が お話します。 ■ 第1金曜 10:30~12:00

■ 4/4から4回(4~7月)

四国大学教授、美術史家

真鍋俊照

■ 12,960円 教材費 432円

仏像、仏画、工芸品など国宝の

美の在りかを探りながら、「国 宝美術」を映像でたずねる講座

す。※毎回、カラー資料配布

New 仏教伝来 ~その歴史と美術~

6世紀に百済から日本に伝わった仏教はインド

仏教が中国化した中国仏教というべきものでし

た。仏教がわが国でどのように受容されたかを

奈良時代に地方の文化風土や地勢などがまとめ

られた風土記。風土記を読み解くと、各地域の歴

■ 第3土曜 13:30~15:00 ■ 4/19から6回(4~9月)

■ 19,440円 教材費648円

早稲田大学名誉教授 大橋一章

■ 第2·4水曜 10:30~12:00 ■ 4/9から10回(4~9月) ■ 32,400円 教材費 216円

國学院大学名誉教授

中村啓信

風土記を読む 播磨国風土記

史的背景や人々の営みが見えてきます。

■ 第3金曜 13:00~15:00 ■ 4/18から6回(4~9月) ■ 19,440円



新・古代エジプト入門

ヴェネツィア絵画の黄金期

~ローマやフィレンツェの動向と比較しつつ~

古代エジプト研究家 松本 弥 発掘・発見の積み重ねで その発祥から認識を改める ことが必要となってきた古 代エジプトの歴史、文化を 学びます。

■ 第2金曜 13:30~15:00 ■ 4/11から6回(4~9月) ■ 19,440円 教材費324円

京の菓子、江戸の菓子

京都で大成し江戸に下って独

自の発展をとげた歴史を現在

につながる名店の菓子と共に

■ 第2土曜 10:30~12:00 ■ 4/12から6回 (4~9月)

■ 19,440円 教材費 3,564円

オペラの世界へようこそ

音楽ジャーナリスト 石戸谷結子

有名なオペラ作品から、日本

と世界のオペラ界の最新動 向まで、知れば知るほど奥が

■ 第1・3月曜 10:15~12:15

深い世界をご案内します。

■ 4/7から10回(4~9月)

■ 32,400円 教材費216円

歴史と味を探る

紹介します。

和菓子研究家 青木直己



1000

『ローマ帝国衰亡史』を読む 和光大学名誉教授 前田耕作

エドワード・ギボンの名著 をひもとき、歴史の流れ、歴 史を育む人間の営みを俯瞰 的に捉えるギボンの悠揚と した眼差しにふれます。

美の回廊をたどる

樫田清樹

~北陸の美術館・建築文化~

一級建築士 東京都市大学講師

新幹線開通予定『北陸』の美術

館など地域建築物の魅力をこ

■ 第1.3月曜 13:00~15:00 ■ 4/7から11回(4~9月) ■ 35,640円 教材費 324円

~ミステリーの華麗な世界々 アガサ・クリスティと英国

昭和女子大学教授 平井杏子 謎解きのモチーフ、作品世 ①『ねじれた家』 界の背景となった文化や ②『葬儀を終えて』

■ 第2土曜 13:30~15:00 ■ 4/12から3回 (4~6月)



歴史に分け入ります。

■ 会員 9,720円 一般 11,664円 教材費 97円

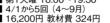


バレリーナのための解剖学 正しい身体の使い方を知る 有馬医院医師 蘆田ひろみ

自然治癒力と意識

脚が細くならない・足の甲が でないなど感じている方に 正しい筋肉の動かし方や骨格 の仕組みを説明します

■ 第1火曜 18:00~19:30 ■ 4/1から5回(4~9月)





イタリア珠玉の都市と建築 ナポリとカプリ鳥 古代ギリシア都市からバロックの都市へ 東京藝術大学教授 野口昌夫

古代から近代直前まで 異民族の支配下で発展 してきたダイナミックなナポリ、19世紀以降 リゾートとして発展し たカプリ島を紹介。

■ 第2水曜 10:30~12:00 ■ 5/14から3回 (5~7月) ■ 11,340円 教材費 648円

新·天文学最前線

国立天文台副台長 渡部潤-

次々と新知見が明らかになる天文学。最新の宇宙像をわかりやすく解説します。

■ 第2水曜 13:30~15:00 *4月は15:30~1 ■ 4/9から3回 (4~6月)

アンドロメダ銀河

イタリア小説の愉しみ 元慶應義塾大学教授 **白崎容子**

20世紀の作家が書いた短編小説の個性的な魅力 を日本語訳で味わいます。

①ブッツァーティ「なにかが起こった」 ②アルベルト・モラヴィア「オートマ人間」 ③ジョヴァンニ・パピーニ「自分を失くした男」 ④アントニオ・タブッキ「島」 ⑤ルイジ・ピランデッロ「苦悶の家」

■ 第4火曜 13:00~14:30 ■ 4/22から5回 (4~9月) ■ 16,200円

松岡和子と読み解くシェイクスピア 『十二夜』 ALC: UNK.

翻訳家演劇評論家松岡和子 恋の適齢期にある魅力あ れる登場人物、わくわくす ような筋の運びと思いがいない展開、心に染みる名台

の数々を味わいます。 ■ 第4水曜 10:30~12:00 ■ 4/23から6回(4~9月)

寺山心一翁オフィス **寺山心一翁**

第3火曜 15:30~17:00

2	The second
ふるけ	
詞	- 10 H
	No.
_	
	19,440円

19,440円⑥

講座名	講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
古代オリエント世界への招待	古代オリエント歴史学者	第2·4木曜	38,880円 _⑫
~バビロニア世界の繁栄~	小林登志子	13:00~15:00	教材費 648円
世界遺産で見るトルコの歴史	古代オリエント博物館研究員	第2月曜	16,200円
	津本英利	10:00~11:30	教材費 324円 ^⑤
JR東日本「大人の休日倶楽部」共催 新・はじめてのシルクロード 〜楼蘭王国の謎〜	元NHKシルクロード取材団長 前福山大学客員教授	第2水曜 13:00~14:30	19,440円 _⑥ 教材費 324円 ^⑥
新・おもしろシルクロード	中村清次	第1水曜	9,720円 _③
三蔵法師の見た『西域』		10:30~12:00	教材費 162円
中華帝国はどのように生まれたか 第3編	国際教養大学特任教授	第1金曜	19,440円 _⑥
	金岡秀郎	10:30~12:00	教材費 648円
続イタリア・ルネサンスの歴史	東京大学講師	第4火曜	19,440円 _⑥
と文化	野里紳一郎	10:30~12:00	教材費 64円
読み直し世界史VI	元北海道教育大学教授	第1木曜	19,440円⑥
世界史の構造を考える	宮崎正勝	10:30~12:00	
もういちど日本史 武士の時代	文京学院大学講師	第2·4月曜 13:00~15:00	38,880円 ⑫ 教材費 1,036円 ⑫
日本名城紀行	舘鼻 誠	第3金曜 10:00~12:00	19,440円 教材費 648円
歴史に学ぶ土木力 〜大地を築いた戦国武将たち〜	全国建設研修センター 企画推進部長 緒方英樹	第2水曜 10:30~12:00	19,440円 ⑥ 教材費 648円 ⑥
1960年代・日本の群像	慶應義塾大学名誉教授	第4火曜	19,440円 ⑥
	池井優	10:30~12:00	教材費 194円 ⑥
昭和史再考	元読売新聞記者	第4月曜	19,440円 ⑥
~中国と日本文化人~	松崎昭一	15:30~17:00	教材費 518円 ⑥
どうなる日本の政治	政治ジャーナリスト 元・NHK解説主幹 河崎曽一郎	第4木曜 10:30~12:00	19,440円⑥

世界の中の日本経済 第4金曜 19,440円 ⑥ 教材費 324円 経済アナリスト **藤原直哉** 近未来の政治経済 ニュースで読み解くニッポン経済 ~暮らしとお金の明日を直感的につかむ~ ナリスト エコノミスト 第1·3水曜 15:00~16:30 17,496円⑥ 鈴木海三 19,440円 ⑥ 教材費 648円 名画で見る聖書物語 12,960円 教材費 43円 第3土曜 13:00~15:00 オペラ最前線 プラシック音楽入門 ピアノ名曲サロン 第4火曜 13:30~15:00 ^{作曲家} 中山博之 19,440円⑥ [東京JAZZ]講座 19,440円 ⑥ 教材費 324円 ⑥ ジャズ評論家 音楽ライター 第2日曜 13:00~15:00 優しいジャズ入門 高木信哉 仏教研究家 **瓜生 中** 第1·3木曜 15:20~17:10 38,880円 ® 教材費 518円 仏像鑑賞入門 ロ本ユネスコ協会連盟評議員 牧野健太郎 お江戸ヘタイムスリップ 〜浮世絵コードの謎〜 19,440円⑥ 茶の文化史 意外に知られていない煎茶の文化 19,440円⑥ (財)進化生物学研究所 日本人と花 ~万葉集の花百彩~ 第1·3土曜 13:00~15:00 25,920円® 主任研究員 **湯浅浩史** アテワンサー 古典芸能解説者 **葛西聖司** 第1·3·5木曜 10:30~12:00 38,880円 ⑫ 教材費 259円 歌舞伎の世界へようこそ 歌舞伎·文楽研究家 **高木秀樹** 第3金曜 10:30~12:00 19,440円 ⑥ 教材費 324円 ⑥ 文楽の世界へようこそ ▶ 能の舞台をよむ 五番立てから見た能 19,440円 ⑥ 教材費 324円 ⑥ 第3木曜 18:30~20:00 東京文化財研究所 **高桑いづみ** 今月の芝居・来月の芝居 〜歌舞伎をもっと愉しむ〜 演劇評論家 渡辺 保 第1·3·5土曜 10:30~12:00 42,120円億 第1·3月曜 38,880円 ¹2:30~12:30 教材費 648円 元立正大学教授 **伊藤瑞叡** 仏教入門

万葉びとのこころと暮らし	慶應義塾大学教授 藤原茂樹	第4火曜 15:30~17:00	19,440円 教材費 194円	
万葉集	二松学舎大学名誉教授 針原孝之	第1火曜 13:00~15:00	19,440円⑥	
日めくり万葉集 「万葉びとの世界」	上代文学研究者 森 陽香 制作プロデューサー 小河原正己	第1月曜 10:30~12:00	19,440円⑥	
源氏物語をよむ~乙女~	早稲田大学名誉教授 中野幸一	第1·3金曜 13:00~14:30	35,640円⑪	
源氏物語の世界 〜若菜から柏木へ〜	跡見学園女子大学名誉教授 室伏信助	第2·4土曜 10:15~12:15	32,400円⑩	
『今昔物語集』を読む 笑い話を中心に	立教大学名誉教授 小峯和明	指定金曜 13:30~15:00	19,440円⑥	
枕草子の魅力と謎	作家 日本文学協会 「枕草子」研究会所属 長谷川美智子	第1金曜 10:30~12:00	19,440円⑥	
徒然草をよむ	大正大学特命教授 三角洋一	第2木曜 10:30~12:30	19,440円⑥	
歴史ロマン 百人一首の歌と生涯	歌人、現代歌人集会 副理事長 林和清	第2土曜 13:30~15:00	19,440円 _⑥ 教材費 194円	
名著再読 〜豊かな老後のための読書案内〜	元NHK教養部プロデューサー 北山章之助	第3水曜 10:00~11:30	19,440円 ⑥ 教材費 324円 ⑥	
作家たちの綴る「旅」を味わう	元茨城大学教授 杉井和子	第1水曜 13:00~14:30	19,440円⑥	
漢詩文を読む	元二松学舎大学学長 石川 忠久	第1·3金曜 10:30~12:00	38,880円⑫	
図 NHK ラジオの公開収録をする講座です。				
現代の吟遊詩人 ボブ・ディラン 3/5.3/19.4/2(水)18:30~20:00 音楽評論家 湯浅 学				
4年ぶりのジャパンツアーで来日!ボブ・ディランの50年を、熱く語り下ろします!				

朗読・話し方・手話

実践・話し方教室 元NHKエグゼクティブアナウンサー 梅津正樹

声の出し方や発音、スピー チ、伝わる説明の仕方、とっ さの会話、常識ある表現な ど、具体的なカリキュラム で実践的に学びます。

第2.4金曜 19:00~20:30

4/11から10回 (4~8月) 32,400円

こころに響く話し方 元NHKアナウンサー 河村陽子

毎回テーマを設けたスピー チを行い、「話す・聴く」の 実践を積みます。司会や対 談にも挑戦し、自分の想い を伝える力をつけます。

第1.3月曜 10:30~12:30 ■ 4/7から12回 (4~9月) ■ 38,880円

プロが教える「伝わる」言葉 💟 言葉の力!

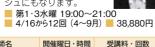
生きてゆくための朗読 歌人 福島泰樹 哲学、芸術家の名言や詩、小

説、劇作の一節など、短い言葉 を声に出し暗唱してみましょう。 ワンフレーズを覚えるた びに心が豊かになります。

第2・4水曜 19:00~21:00 4/9から6回(4~6月) 19,440円

お勤め帰りに朗読を 元NHKエグゼクティブアナウンサー 山田誠浩

身体と心を解き放って声を 出し、簡単な作品から少しずつ「読む」ことに挑戦しま す。仕事のあとのリフレッ シュにもなります。





第2·4月曜 10:00~11:30 こころで読む朗読 32,400 円⑩ 好本 恵 語り部 テレビキャスター **平野啓子** 第4月曜 平野啓子の語りの世界 16.200円⑤ 13:00~15:00 J 楽しい朗読 中村クラス 第2·4火曜 10:00~12:15 元NHKアナ **中村 充** 35,640 円⑪ 満 心を動かす名詩 ∼声に出して味わう∼ NHK番組キャスター 加賀美幸子 第2火曜 13:00~14:30 19,440 円 _億 教材費 324円 ^億 元NHKエグゼクティブ 第1·3木曜 10:00~12:00 朗読への招待 42,120円⑬ 山田誠浩 元NHKエグゼクティフ 満 長谷川勝彦と楽しむ朗読教室 第2·4木曜 13:00~15:00 38,880 円⑫ 長谷川勝彦 第1·3水曜 13:00~15:00 朗読散歩 38,880 円⑫ 第2·4水曜 13:00~15:00 第2·4木曜 ^{俳優} 白坂道子 13:00~15:00 第2·4土曜 15:30~17:30 ときめき朗読 38,880 円⑫ 篠原大作 圓窓の落語指南 第2木曜 19.440円億 上手な会話の近道~ 三遊亭圓窓 10:30~12:00 第1·3金曜 19:00~21:00 おつとめ帰りの落語指南! ^{洛韶家} **三遊亭圓窓** 19,440円億 フリーアナウンサー、 JAPAN絵本よみきかせ 第1木曜 21,384円 13:00~15:00 教材費 1,080円 || 満|| 絵本の読み聞かせのコツ 表理事 景山聖子 ディベートトレーナー・ 日本ディベート協会副会長 社会人のためのディベートトレーニング・実戦 第2·4水曜 19:00~21:00 19,440円 億 教材費 388円 億 瀬能和彦 38,880円_® ● やさしい手話 ● 入門コース 第1.3火曜 VHK手話キャスター 19:00~20:45 教材費 259F 第2·4火曜 19:00~20:45 〈夜〉 谷田道子 実践コース 教材費 259円 第1·3水曜 10:00~12:00 はじめての手話 36,288 円 ⑫ 第2·4水曜 10:00~12:00 NHK手話キャスタ **田中 清** 手話中級 36.288 円 ⑫

海賊が動かす世界の歴史 ■ 4/11、4/25、5/9、5/16(金)15:30~17:00 ■ 会員 3,456円 一般 4,320円

獨協大学教授 竹田いさみ 歴史は海賊が動かした!古代ギリシャから現代のソマリア沖まで、海賊の歴史を

歴史再発見 聖地エルサレムの歴史 ■ 第2.4金曜13:30~15:00 ■ 4/25から6回(4~7月) ■ 会員 5,184円 一般 6,480円 元ヘブライ大学講師 笈川博一

芸術その魅力モーツァルトが出会った音楽家たち

ビアニスト **小倉貴久子** ■ 指定日曜 13:00~15:00 (原則) ■ 4/24から7回 (4~8月) ■ 会員 6,048円 一般 7,560円 クラヴィーア(フォルテピアノ)や現代のピアノの響きを体感しながら、18世紀

モーツァルトと音楽の世界へタイムスリップ。 ■ 毎木曜 13:00~14:30

■ 6/26から6回(6~7月) ■ 会員 5,184円 一般 6,480円 IT社会とコミュニケーションの未来 東京大学名誉教授 月尾嘉男

30.240 円⑩

10:00~12:00

インターネット社会がこれからどうなるか、コミュニケーションと近未来のお話 科学と人間水と大気の科学

a 3/11から6回 (3~5月) 富士山測候所を活用する会 **土器屋由紀子** ■ 会員 5,136円 一般 6,420円 湯水のように使う"水"、存在を意識しない"大気"、不可欠なものをやさしく科学

4月1日以降に実施する講座については、新しい消費税が適用されますので、ご理解 くださいますようお願い申し上げます。

手話 実践ブラッシュアップ

NHKカルチ

す 删 E

文芸・文章 即吟で鍛える! 俳句力アップ集中講座 「銀化」編集長「群青」代表

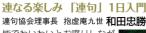
佐藤郁良 その場で出されたお題で 時間内に俳句を詠む「即吟」トレーニングで俳句 カアップを目指します。 ミニ講義つき。



■ 5/9、5/30、6/13(金) 13:00~15:00 ■ 会員 10,368円 一般 12,312円

連作短歌に挑戦! 短歌力アップ集中講座 現代化人協会理事「かばん」同人

テーマ詠と連作短歌の課題を通して、 着想を少しずつ広げて作品に結びつけ る、歌づくりのヒントを学びます。 ■ 4/26、5/17(土) 15:30~18:00 ■ 会員 7,344円 一般 8,640円



~季語への旅「夏を詠み尽くす」の巻~ 俳人・「藍生」主宰

俳句は人生の記録。句作で貫

く人生の豊かさをたっぷり と学び、堪能してください。

前半は特別講義、後半は添削

■ 6/10(火) 13:00~16:30 ■ 会員 5,940円 一般 6,588円

を含む実作指導です。

黒田杏子

皆でわいわいとお喋りしなが ら作り上げる「目から鱗の面 白さ」をあなたも体験してみ ませんか。





角田光代 くまちゃんを題材に 書評の書き方教室 -小説を読んで「人間」を考える

編集者(元·筑摩書房専務取締役)、書評家 松田哲夫 素晴らしい本を読んだ感動を魅力的な文章にして残せたら…テレビ やラジオでもおなじみの名編集者が技を伝授。 〈予告〉9月には番外編として角田光代×松田哲夫 対談を行なう予定で

■ 第3土曜 15:30~17:15 ■ 5/17から4回 (5~8月) ■ 会員 13,824円 一般 16,416円



伝統文化 ※花材費・香木代などが別途必要な場合あり

[™]あなたが美しく見えるマナー 日本礼道小笠原流 副家元 諸泉聡子

お辞儀などの基本的な立ち居 振る舞いやテーブルマナー など具体的に指導。マナーを 知ってあなたも美しく!

■ 原則第1火曜 10:30~12:00 ■ 4/1から5回 (4~9月) ■ 16,200円 テキスト代 3,500円 ※9月のレストラン実習時、ランチ代4,000円程度別

浴衣を着よう 尚美流全日本和装協会 理事 戸村房子 初めての方も一人で

着られるよう指導し ■ 6/8(日)

10:30~12:30 ■ 会員 3,024円 一般 3,672円

ほめられレシピ *デモ形式・試食有り

料理研究家・フードコーディネーター 馬場香織

6,480円 教材費4,752円

引頭佐知さんの「だしとり」教室

~持ちより&さし入れレシピ~

いつものお料理がちょっ としたアレンジや工夫で

「わぁ、素敵!」とほめら れるおもてなし料理に♪

■ 5/14、7/9(水) 10:00~12:30

料理研究家 引頭佐知

講座名	講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
		毎月曜 10:00~12:30	
茶道 表千家	徳澤貴美子 [月曜]和田智子	毎火曜 10:00~12:30	34,452円 ⑪ 教材費 5,464円
宋 旦 孜 豕	[火曜]茶谷宏子	毎火曜 14:00~16:30	教材費 5,464円 🖤
		毎火曜 18:00~20:30	
	(監修) (水·木·土曜) 塩月弥栄子(宗芯)	毎水曜 10:30~13:00 14:00~16:30 19:00~21:00	34,452円 ⑪ 教材費 5,108円 ⑪
はじめての茶道 _	(金曜) 桜井幸子(宗幸) (担端)五藤禮子(宗 紫)・森合宗幸ほか (木曜)安部宗宏ほか (金卿) 櫻井宗代・中井 宗寿ほか	毎木曜 10:30~12:30 13:30~16:00 19:00~21:00	37,584円⑫ 教材費 5,572円⑫
裏千家入門3ヶ月		毎金曜 10:30~12:30 13:30~16:30 19:00~21:00	34,452円 ⑪ 教材費 5,108円 ⑪
	〔土曜〕五藤禮子(宗 紫) ほか	毎土曜 13:00~15:00 15:30~17:30	37,584円⑫ 教材費 5,572円⑫

講座名 講師名 開催曜日・時間 受講料・回数 歌誌「りとむ」発行人 **三枝昻之** 満三枝昻之 短歌の楽しみ 20,088円⑥ 黒田杏子の俳句実力講座スペシャル(その9) 日本文藝家協会理事長 第4水曜 13:00~15:00 満青山歌会 20,088円⑥ 38.880円 第1·3水曜 10:30~12:30 水曜クラス 教材費 129円 「コスモス」編集委員 **影山一男** 短歌上達への道 第1·3木曜 13:00~15:00 38,880円 教材費 1,425円 木曜クラス 19,440円 ⑥ 教材費 226円 ⑥ 歌誌「プチ★モンド」代表 松平盟子 第1木曜 10:30~12:30 松平盟子の短歌入門 現代歌人協会理事「かばん」会員 19,440円 ⑥ 教材費 648円 ⑥ 第3木曜 19:00~21:00 満短歌はじめました 東 直子 32,400円 ⑩ 教材費 216円 ⑩ 現代歌人協会理事「槻の木」代表 第2·4金曜 10:15~12:15 短歌 歌うよろこび 来嶋靖生 やさしい短歌 ~[読む]から[詠む]へ~ 歌誌「まひる野」編集委員 中根 誠 第2土曜 13:00~15:00 19,440円⑥ 連句協会理事長 抱虚庵九世 和田忠勝 38,880円 ⑫ 教材費 777円 ⑫ 第1·3月曜 3:00~15:00 連句を楽しく 「歴路」主幸 **向田貴子** 第2·4月曜 10:00~12:00 俳句〜生きることを詠う〜 38,880円⑫ 今井聖の俳句教室 俳句を創る・俳句を見直す 19,440円 ⑥ 教材費 194円 ⑥ 俳人「街」主宰 **今井 聖** 第3月曜 13:00~15:00 32,400円 ⑩ 教材費 216円 ⑩ 舞俳句会主宰 **山西雅子** 第1·3火曜 13:00~15:00 俳句優遊 ことばとこころ |ホトトギス|同人 **河野美奇** 第1·3火曜 15:30~17:30 自然に寄り添うやさしい俳句 38,880円⑫ 櫂未知子の わたしの五七五 第2水曜 13:00~15:30 **くらしを俳句に**~ 19,440円 ⑥ 教材費 129円 ⑥ 第2水曜 19:00~21:00 俳句はじめました 「鹿火屋」主宰 第1·3木曜 38,880円

四季と向き会う俳句		原和子原朝子	10:30~12:30	教材費 388円 [®]
		監修 〔水·木·土曜〕 塩月弥栄子(宗芯)	毎水曜 10:30~13:00 14:00~16:30 18:00~21:00	34,452円 _① 教材費 5,108円
茶道 裏千家		(金曜)桜井幸子(宗幸) 担当講師 (水曜)五藤禮子(宗紫)・ 森合宗幸 ほか	毎木曜 10:30~12:30 13:30~16:00 ▶ 18:00~21:00	37,584円 ⑫ 教材費 5,572円 ⑫
		[木曜]安部宗宏 ほか (金曜)櫻井宗代・中井 宗寿 ほか	毎金曜 10:30~12:30 13:30~16:30 ▶ 18:00~21:00	34,452円 ① 教材費 5,108円
		〔土曜〕五藤禮子(宗紫)	毎土曜 13:00~15:00 15:30~17:30	37,584円 ⑫ 教材費 5,572円 ⑫
裏千家 土曜 月2回コース		監修指導 五明宗昭 指導 福原宗由 ほか	第1·3·5土曜 10:00~12:00	37,584円 ⑫ 教材費 5,961円 ⑫
煎茶道 松月流		監修 渡辺宗敬 渡辺浩月 ほか	第2·4土曜 10:30~12:30	33,696円 ⑫ 教材費 5,572円 ⑫
▶ テーブルで楽しむ煎茶道		小川流煎茶家元小川後楽家元総師範 上田明楽	第2·4木曜 18:30~21:00	30,888円 ① 教材費 5,108円
香道 御家流		御家流神路会主宰	第4日曜 13:00~15:00	18,792円⑥ 教材費 17,074円⑥
		果 芫霞	第4金曜 10:30~12:30	教材質 17,074円
香道 志野流		志野流香道師範 高橋千恵子	第1·3土曜 ▶18:30~20:30	36,288円⑫
小笠原流礼法		弓馬術礼法小笠原流 31世宗家 小笠原清忠	第2·4月曜 13:00~15:00	35.640HM
▶ はじめての小笠原流礼法(夜)		弓馬術礼法小笠原流 31世宗家夫人 小笠原純子	第2·4月曜 19:00~20:30	33,640円
	火曜日クラス	華道家元池坊教授 倉田克史 ほか	毎火曜 13:30~15:30 15:30~17:30 ▶ 18:30~20:30	初級 29,700円 ① 上級 34,452円 ①
池坊	日曜日クラス		第2·4日曜 10:00~13:00	初級 44,712円 ⑫ 上級 52,488円
	立花 A		第1日曜 10:00~15:00	34.992円⑥
	Δ1C B		第3火曜	34,992円 6

		立化	В		第3火曜 13:30~17:30	34,992円 (6)
	講座	图名		講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
	2ス・ベリー <i>0</i> ソフィチュール		·/	コンフィチュール・ 料理研究家 赤曽部麗子	第2金曜 10:00~12:00	会員10,368円 一般 12,312円③ 教材費 3,240円
提	日常のおも ~蓼科高原「千			管理栄養士 カフェ「千乃壺」オーナー 滝澤ちか子	第3木曜 10:30~13:30	27,540円 ③ 材料費込
提携会場	築地の名店 イタリア料			築地ボンマルシェシェフ 薄 公章	第3火曜 15:00~18:00	25,920円③
	ほめられキー ~お花見弁当			料理研究家 馬場香織	3/18·6/3(火) 10:30~14:00	21,300円 ※材料費込
	菜を極める 3の野菜の食/	べ方~		八彩懐石「長峰」店主 長島 博	第2金曜 13:30~15:30	21,384円⑥
Z 1	ば打ち	入門初約	及•応用	蕎麦の膳たかさご主人	第2土曜 10:30~12:30	23.976円⑥
1	011ء د 11ع	免許皆何	五	宮澤佳穂	第2土曜 13:30~15:30	20,070 10
	楽しく学べる ブルゴーニ <u>:</u> シャンパーニ	1・ワイン	٤	ブルゴーニュ委員会公認 ブルゴーニュワイン・ インストラクター 内池直人	第2木曜 19:00~20:30	16,200円⑤ 教材費 16,200円⑥
~[イン「再」入門 今さら聞けな 6答えします〜	い]ワイン	の疑問	ワイン研究家 (社)日本ソムリエ協会公 認ワインアドバイザー 安藤文隆	第2土曜 15:30~18:00	19,440円 ⑥ 教材費 21,584円 ⑥
満	世界のワイン 新興国と伝統 を巡る		ン産地	アカデミー・デュ・ヴァン 副校長 奥山久美子	第1·3土曜 13:00~15:00	31,320円 教材費 13,500円
	Enjoy Chee 〜スペイン&E	ese 日本のチ-	-ズ〜	フランスチーズ鑑評騎士 C.P.A協会理事 佐藤優子	第3木曜 19:00~20:30	19,440円 ⑥ 教材費 12,960円 ⑥
	茶のエレガン 貴婦人達の紅茗		勿語~	日本紅茶協会認定シニア ティーインストラクター 石田佳子	第1土曜 13:30~15:30	18,792円 _⑥ 教材費 12,960円
	アイシングク BASIC	7 ッキー	午前午後	cbonbon主宰 生島稚並子	第4火曜 10:00~12:30 第4火曜	9,720円 ③ 教材費 9,072円
			1 152		14:00~16:30	
	E## rd	7.67		= 株のエイフ	88 AV 033 CT . 0±88	双键机 同米6

満 アイシングクッキ BASIC	^{午前} 午後	cbonbon主宰 生島稚亜子	第4火曜 10:00~12:30 第4火曜 14:00~16:30	9,720円 教材費 9,072円
講座名		講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
旅行ジャーナリストが 旬な旅 味な旅	案内	旅行ジャーナリスト 東京成徳大学講師 津田令子	第3日曜 10:30~14:30	16,200円⑤
東京散歩いまむかし	,	元NHKアナウンサー 木村和美	第1火曜 13:00~15:30	19,440円億
おいしい江戸・東京 歴史小散歩と老舗の	D銘菓	紀行エッセイスト 金沢正脩	原則第1火曜 10:30~14:30	20,736円億
散歩屋・美江さんと	味わう東京	絵地図師 散歩屋 高橋美江	第2木曜 11:00~15:00	22,680円億
商店街•門前町 歴史	商店街・門前町 歴史さんぽ		第3金曜 13:00~16:00	16,200円 (教材費 5,184円 (5
東京の美味しいパン	/屋探訪	パン研究家 片山智香子	第4金曜 13:00~15:30	19,440円 (6 教材費 1,620円 (6
日本庭園の美を訪れ	a C	作庭家 重森千靑	第1火曜 10:30~12:00	16,200円⑤
花の寺・花の鎌倉		随筆家 大貫昭彦	第3水曜 13:00~16:00	19,440円億
古都鎌倉紀行		随筆家 大貫昭彦 浄光明寺執事 古田土俊一	第2火曜 13:00~16:00	19,440円億
建栄与具象の _	水曜クラス	建築写真家	第4水曜 13:00~15:30	20,736円 億
西洋館めぐり	木曜クラス	増田彰久	第4木曜 13:00~15:30	20,730円(

# 句燦々 歳時記とともに			
(古) (本曜句会 18) 18 18 18 18 18 18 1	俳句燦々 歳時記とともに		19,440円 ⑥ 教材費 259円 ⑥
# 13:30~16:00 20,75円(6) 20,75円(6) 20,75円(6) 20,75円(6) 20,75円(6) 20,75円(6) 20,75円(6) 20,75円(6) 38.880円(6) 数材費 129円(6) 440円(6) 20,00~15:00 数材費 129円(6) 20,75円(6) 数材費 129円(6) 20,75円(6) 数材費 129円(6) 20,75円(6) 数材費 129円(6) 20,75円(6) 20,75円(6	小島健の俳句と遊ぶ		38,880円 ⑫ 教材費 259円
# 句専心	満木曜句会		20,736円⑥
13:00~15:00 数材費 64円 13:00~15:00 数材費 64円 19:440円 ® 対費 19:440円 ® 対力費 19:440円 ® 対力費 19:440円 ® 対力費 19:440円 ® 対力費 19:440円 ® 対力	俳句―自己表現の楽しみ		38,880円 ⑫ 教材費 129円 ⑫
保句を磨く	俳句専心	小浜柱子剪	19,440円 ⑥ 教材費 64円 ⑥
13:00~15:00 19:440円(8) 13:00~15:00 19:440円(8) 13:00~15:00 19:440円(8) 38:880円(8)	満神野紗希 俳句の扉	NHK『俳句さく咲く!』選者 神野紗希	19,440円 ⑥ 教材費 194円 ⑥
石寒太の楽しい土曜俳句 石寒太 15:30~17:30 教材費 25:9円 ② 教材費 7777円 ② 教材費 64:00~15:00 第4:00~15:00 対析費 64:00~15:00 対析費 64:00~15:00 対析費 64:00~15:00 対析費 64:00~15:00 対析費 64:00~15:00 19:440円 ⑥ 第1:00~15:00 19:440円 ⑥ 第2:4本曜	俳句を磨く		19,440円⑥
対していますという。 対しています。 第3、88の円® (2003年) 10:30~12:30 数材費 7777円 (2007年) 20:30~15:30 数材費 777円 (2007年) 20:30~15:30 数材費 777円 (2007年) 20:30~15:30 数材費 648円 (3:30~15:00 数材費 648円 (3:30~15:00 また) 20:30~15:00 また) 20:30	石寒太の楽しい土曜俳句		38,880円 ⑫ 教材費 259円
清水義範の読んで書く文章教室 小談家 清水義範の読んで書く文章教室 小談家 清水義範の 3:00~15:00 40.392円① 2章を書くコツ 7:200~15:00 19.440円⑥ 13:30~15:00 19.440円⑥ 1	詩を楽しむ〜鑑賞と創作〜		38,880円 ⑫ 教材費 777円 ⑫
13:00~15:00 40:392円 13:00~15:00 40:392円 13:00~15:00 40:392円 13:00~15:00 40:392円 19:440円 (6	漢詩をつくる		21,384円 ⑥ 教材費 648円 ⑥
マ初めの一歩~ 早瀬圭一 13:30~15:00 19:440円® 第2:44歴 13:30~15:00 38.880円® おのちよの60歳からの文章教室 給かちよ 第2:44歴 13:30~15:00 38.880円® 19:440円® 第2:44歴 19:440円® 第2:44歴 10:30~12:00 38.880円® 10:30~12:00 38.880円® 第2:44歴 10:30~12:00 38.880円® 第3:44歴 10:30~12:00 38.880円® 第3:44歴 10:30~12:00 第3:42 歴 10:30~12:00 38.880円® 10:30~12:00	満清水義範の読んで書く文章教室		40,392円⑪
13:30~15:00 38.880円			19,440円⑥
日が史を書く 藤田敬治 15.45~17.45 教材費 388円 ⁽⁸⁾ 創作教室 「小説編(たまにエッセイ)」 作家 第2.44曜 10.30~12.00 38.880円 ⁽⁸⁾ 7.35 7.	おのちよの60歳からの文章教室		38,880円⑫
「小説編 (たまにエッセイ)」 一公募に挑戦してみよう	自分史を書く		19,440円 ⑥ 教材費 388円 ⑥
	『小説編(たまにエッセイ)』		38,880円⑫
	下重暁子のエッセイ教室		22,032円⑥

	生花 A			第2火曜 13:30~15:30	10.700⊞⊚
)		第2火曜 18:30~20:30	18,792円⑥
池坊	自由花 ―花とたのし	むA	華道家元池坊教授 倉田克史 ほか	第4火曜 13:30~15:30	18.792円⑥
	自由花 ―花とたのしむ	ßB ≥		第4火曜 18:30~20:30	16,7925
	古典の花			第1火曜 13:30~20:30	22,680円⑥
			(監修)草月流家元 勅使河原茜	第1·2·3月曜 18:00~20:45	
草月			(担当) 〔月曜〕 内田翠玲	第1·2·3金曜 10:00~12:30	初級 24,300円 _⑨ 上級 28,188円 ^⑨
			(金曜) 内田翠玲· 青山玲霞	第1·2·3金曜 18:00~20:45	
いけばな 小	原流		(監修)小原流五世家元 小原宏貴 (監修指導)関邦明、 根岸悦子、木村孝枝	第1·3水曜 13:00~15:00 18:00~20:45	初級 32,400円 ⑫ 上級 37,584円 ⑫
広山流 野の	花 山の花をい	ける	(監修)広山流花道家元 岡田広山 担当 深澤智子	第1·3火曜 10:00~12:00	33,696円⑩
▶ いけばた ~未生況	。 統笹岡の世界〜	_	未生流笹岡 家元 笹岡隆甫	第3金曜 19:15~20:45	20,736円 ⑥ 教材費 22,680円 ⑥
池田瓢阿の	茶杓教室		竹楽会主宰	第3火曜 13:30~16:30	
池田瓢阿の 竹芸教室	初級クラ		池田瓢阿 竹楽会講師 池田泰輔	第4火曜 13:30~16:30 第2火曜 13:30~16:30	37,800円⑤
仕覆をつくる	<u> </u>		永井百合子	第4土曜 13:00~16:30	41,472円⑥
いけて楽し	む山野草		アトリエ千花舎主宰 加治千佳子	第1火曜 10:00~12:15	16,200円⑥
四季の茶花	普通・高	等科	茶道茶花研究家 岩田宗玹	第1月曜 10:00~12:00	22.032円⑥
	研究科	4	岩田宗玖 斉藤宗豊	第1水曜 10:00~12:00	
日曜着付教	室 初級・上級		尚美流全日本和装協会 理事 きもの着付師 戸村房子	第2·4日曜 13:30~15:30	初級 36,288円 _⑫ 上級 38,880円
			###		
			西洋アンティーク手仕事	*** O + 100	

日曜着付教室 初級	・上級	きもの着付師 戸村房子	第2.4日曜 13:30~15:30	が級 36,288円 ® 上級 38,880円
ヨーロッパアンティ	ークガイド	西洋アンティーク手仕事 道具研究家 宮本恵理子	第2土曜 15:30~17:00	19,440円⑥
京都の宗教史と社 -神道・仏教のすべて-		らくたび副代表 若村 亮	第2金曜 15:30~17:00	19,440円⑥
人生100年 樋口恵子のよろず。	人生相談	評論家 樋口恵子	第4水曜 13:30~15:00	19,440円 ⑥ 教材費 388円 ⑥
占星学入門	基礎	石川源晃アストロサークル米国占星学連盟会員	第1·3木曜 18:10~19:30 第1·3木曜	38,880円⑫
	応用	今井由利香	19:40~21:00	
風水開運術 6か月で学ぶ暮らし	の風水	風水環境システム研究所 所長 金寄靖水	第3火曜 10:30~12:00	19,440円⑥
【かづきれいこ 元気になるメイ ~テクニッククラ	10	担当 REIKO KAZKI 副主任講師 賀浦裕子	第2·4水曜 18:30~20:30	22,680円⑥
CHAJIN 花教室	午後	フラワーアーティスト CHAJIN	第1土曜 13:30~15:30	10,044円 ③ 教材費 19,116円 ③
🗾 満 季節を愉しむ	ジリース教室	フラワースタイリスト 平井かずみ	第1金曜 19:00~21:00	9.720円 ③ 教材費 13.608円 ③
		日本将棋連盟 棋士 植山悦行 野月浩貴	第2·4水曜 19:00~21:00	19,440円⑥
てほどきか 囲碁	ら実戦向上	尾越一郎	毎金曜 12:40~14:40	42,120円 (3) 数
実戦特訓			毎金曜 14:50~16:50	教材費 280円 19
	入門•初級	日本麻雀道連盟副会長	毎金曜 12:15~14:15	
女性麻雀教室	中級	竹村 一 山下泰子	毎金曜 10:00~12:00	40,716円⑬
	上級	幅屋佳久子	毎金曜 12:15~14:15	
コントラクト	入門•基礎	日本コントラクトブリッジ 連盟公認 プリッジインストラクター	毎水曜	40,716円 _億 教材費 561円
ブリッジ	プレイ コース	沖谷 邦 熊野桃子 鈴木秀子	10:00~12:00	30,888円 (3 教材費 561円

	偽家といく 気たてもの探訪	建築家 国士舘大学教授 南 泰裕	第4火曜 13:00~15:00	13,824円④
名	皇築 見て歩き	元千葉工業大学教授 河東義之 日大教授 大川三雄	第2·4土曜 10:00~12:00	32,400円⑩
	京周辺 さな美術館・博物館めぐり	学芸員他	第2木曜 10:30~12:30	19,440円⑥
樹ス	ト医と行く「花の自然探訪」	樹木医 石井誠治	第2水曜 10:30~14:30	16,200円⑤
東京	京近郊 里山自然たんけん	植物研究家 内野秀重	第2金曜 10:00~15:00	23,976円⑥
	東ウォーキング 」・町中の文化と歴史をたずねる	日本ウオーキング協会 主任指導員 神田靖男	第2木曜 13:00~16:00	17,820円⑤
	こ花のウォーキング 『バードウォッチング	日本野鳥の会神奈川支部 顧問 薬学博士 畑 俊一	第3木曜 9:00~14:30	23,976円⑥
女性	生のための週末トレッキング	ICI石井スポーツ スーパーバイザー 越谷英雄 ほか	第2土曜 8:00~17:00	34,344円⑥
バ	満花歩き・山歩き	植物・自然写真家 トレッキングガイド	第4火曜 7:30~18:00	58,320円⑥
スで行		高橋 修	第4水曜 7:30~18:00	58,320円⑥
\ \	世界遺産・富士山絶景 ウォーキング	森林インストラクター 三沢啓人	第4水曜 7:30~17:00	62,972円⑥

くらし・フラワーアレンジ・ゲーム

№CHAJIN 花教室【午前】 フラワーアーティスト CHAJIN

ひと味違った季節の 花合わせと雑貨ティ スト溢れる器選びが 好評です。 *大人気講座・待望の増設クラス。

4/5、5/17、6/7(土) 10:00~12:00

■ 10,044円 教材費 19,116円

季節をしつらえる 飾って楽しむ暮らしの彩時記

文化史研究家 斎藤理利亜 季節の行事にちなん だ飾りものの仕方や

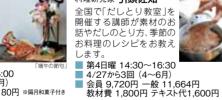
歴史をレクチャ 隔月に簡単な飾りも のを作る実習も。

第3水曜 13:30~15:00 4/16から6回(4~9月) 19,440円 教材費 9,180円 ※隔月和菓子付き

体験 コントラクトブリッジ

沖谷 邦 熊野桃子 鈴木秀子 世界中で愛される 知的でおしゃれな

■ 3/19(水) 10:00~12:00 ■ 会員・一般 3,045円



日本コントラクトブリッジ連盟公認 New はじめよう将棋 日本将棋連盟 棋士 植山悦行 指導経験豊富なペテラン講師が、駒の 動かし方やルールから丁寧に指導しま

が ゲームを始めてみ ませんか。

す。 自分で考えて指す楽しさと出会い ましょう。 ■ 第2・4水曜 13:00~15:00 4/9から12回(4~9月) 38,880円

現地講座・旅行 /金 土木遺産を訪ねて

東京オリンピックとその時代 日本大学理工学部まちづくり工学科准教授 阿部貴弘 鉄道総合技術研究所 工学博士 小野田滋 東京大学社会基盤学専攻助教 福島秀哉

1964年東京五輪の 遺産を巡ります。 ■ 第3水曜





江戸の名所・旧跡をそぞろ歩きします。 ■ 第3火曜 13:00~16:00 ■ 4/15から6回(4~9月) ■ 19.440円



■ 5/20(火) 8:30~19:00 ■ 会員 18,800円 一般 19,600円

名庭を巡る

作庭家 重森千靑 ■ 5/14(水) 10:00~16:30 ■ 会員 23,000円

【旅行企画・実施】 株式会社日放ツーリスト(観光庁長官登録旅行業第665号)

日本庭園の美を訪ねて・京都編

天龍寺、妙心寺退蔵院、松尾大社の





す

ブラッシュアップのための絵画特別講座 もっと思うように描けるようになるためのコッや技法をお教えします ウェット・イン・ウェット完全マスター

絵を描くための構図のとり方

日本美術家連盟会員 杉山尚子 講師の実演を通して構

図を決める手順とコツを指導。様々な構図を 品を完成させます。





をマスターしてぶどうの質感を 表現。(講師の実

3/18(火) 13:00~15:00 会員・一般 3,675円



ペインティングナイフを使いこなそう ―クールべの『波』を手本に

滲みをコントロールできたら水彩は怖くない!

ある波を描きます。 ■ 4/2、4/16(水)



蔡 國華の人体クロッキー& ドローイング集中講座 🔰

画家 蔡 國華

人物画に定評のある注目の 人気講師が、人体の形の捉 え方、生き生きとした描写

■ 3/13(木)、3/14(金)





毎火曜 10:00~12:30

横浜画塾主宰 笠井一男 ただあるものを

風景を描くように静物水彩画を描く

描くのではなく イマジネーショ ンを膨らませて 静物を描いてみ ましょう。

■ 4/4(全) 10:00~12:30 会員 4,320円 一般 4,968円



人物デッサン 土曜クラス 主体美術協会会員 中城芳裕

着衣やヌード(女性・男 性)をモデルに、鉛筆デッ サンを中心に基礎から丁 寧に指導。

■ 第2·4土曜 13:30~16:00 ■ 4/12から10回





人物の構造・フォルムを捉える ~骨格・筋肉を意識して描く

加藤栄吾

書道

※金敷駸房・書への誘い

每日書道展審査会員 金敷駸房

それぞれのレベルに 合わせて、暮らしに役

- 5/12遠近法と人物の バランス5/26・6/9ヌードモデ
- 5/12、5/26、6/9(月)
- 云貝・一版 13,608円 ※3回分・モデル代込



独立美術協会会員 乙丸哲延

すれば表現の幅が 広がる!筆と使い 分けてメリハリの

13:30~16:00 会員·一般 8,640円 **2回分



建築家が教える 速描き風景スケッチ

都市設計家 山田雅夫

国内外の美しい風景の写真を見なが ら、速く正確に描く方法を学びます。

■ 第1.3火曜14:00~16:00 ■ 4/1から12回(4~9月) ■ 42,768円 教材費 1,036円



金子文雄

ゼロからはじめる洋画 独立美術協会会員 乙丸哲延

基本をおさえて自分の描き方や表現 日展会員 手塚恒治 を発見していきましょう。 ★レベル別カリキュラムあり

■ 第1.3水曜 13:30~16:00 ■ 4/2から12回(4~9月) ■ 51,840円 ※モチーフ・モデル代込



47.520円⑪

日本画制作のための 人物デッサンと下図作成

素描力を磨きながら背景・構図を考 えた下図を作成。

■ 第2·4月曜 13:30~ 16:00

4/14から 12回 (4~9月)

■ 54,432円 ※モデル代込

小品からはじめる日本画入門

感性を生かして 日本画入門

はじめての水墨画・墨彩画 ~墨で心を癒しましょう~

古典仏画の描きかた入門

満 土曜日本画入門

日本画制作のための 草花デッサン

日本画 人物制作

日本画

水墨画

日曜水墨画

日曜仏画入門

はがき絵

絵手紙

シルクスクリーン



В

Α

В

日本美術院同人 **斎藤満栄**

村岡貴美男

創画会常務理事 **柴田長俊**

日本美術院招待 **前原満夫**

日本美術院特待 小島 和夫

⊟展会員 **能島千明**

⊟展評議員 **能島和明**

活 日本美術院特待 松本高明

二木一郎

日本美術院同人 大矢 紀

活 日本美術院特待 大矢十四彦

猪俣須美

脇野千種

金丸真理子

兼子まどゐ

石田了-

日本美術院特待 松本 勝

(社) 日本南画院理事·審査員

日本自田區。 **池田蘭径** 「本自由画壇常任理事 日本自由画壇副理事長

遙玄水墨画協会会長 **森本紫雪**

四国大学文学部教授·美術史家 **真鍋俊照**

日本扇面芸術協会理事 **原 綾**

が 版 日本扇面芸術協会委員 田中ゆみ

日本版画協会準会員 **柿崎 兆**

手帳スケッチ 👤

画家 イラストレーター 関本紀美子 街や旅先で出会う風景を気軽にペン でスケッチするコツを学びます。

■ 第2·4金曜 19:00~21:00 ■ 4/11から6回(4~6月) 21,384円 教材費 2,268円



46,332円 ① 教材費 8,316円

43,200円⑩

46,332円⑪

46,332円⑪

39.960円⑩

50.544円⑩

50,544円⑫

50,544円⑫

46.332円⑪

50,544円⑫

42,120円⑩

42.120円⑩

50,544円⑫

47.952円⑫

47,952円⑫

47.952円億

45.360円⑩

19,440円 ⑥ 教材費 648円 ⑥

19,440円⑥

19,440円⑥

25.920円⑥

40.176円⑫

屋外スケッ	チの回も	あり。(土曜・

第2·4木曜 13:30~16:00

第2·4土曜 13:00~15:30

第2·4土曜 16:00~18:30

第1·3火曜 10:00~12:30

第1·3金曜 10:00~12:30

第1·3土曜 13:30~15:30

第2·4水曜 10:00~12:30

毎木曜 13:30~16:00

第1·3土曜 10:00~12:30

第1·3金曜 13:30~16:00

第1·3木曜 10:00~12:30

第1·3木曜 13:30~16:00

第2·4木曜 10:30~13:00

第1·3金曜 13:00~15:00

第1·3月曜 10:00~12:00

第2·4月曜 13:00~15:00

第2·4日曜 13:00~15:00

第2.4日曜

13:30~15:30

第3土曜 10:30~12:30

第2月曜 13:00~15:30

第3月曜 13:00~15:30 第3木曜 10:30~12:30

第1·3·5土曜 16:30~19:30

第1·3·5土曜 15:30~17:30

日展会員 第2·4土曜 **能島千明、能島浜江** 10:00~12:30

			油彩、キャンヴァス	《波、夕暮れ 74.5×90.9cm、ヤマザキ
絵画 受講料にモ	チーフ・モ	デル代を含んでいます。	(一部を除く)	
講座名		講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
野村重存の鉛筆デッ 風景スケッチのために		^{画家} 野村重存	第2·4金曜 13:30~16:00	50,544円⑫
週末デッサン ~木炭・パステル・水彩で打		美術作家 東原 均	第1·3土曜 10:00~12:30	51,840円⑫
彫刻家による のびのびクロッキー教室	置	彫刻家 藤澤伸介	第1水曜 13:30~16:00	13,608円③
デッサンと色彩の教室		日本美術家連盟会員 高柳裕、円池茂	第1·3·5日曜 10:00~12:30	58,320円⑫
人物デッサン		金子文雄	第1·3日曜 13:30~16:00	54,432円⑩
人物デッサン 〜裸婦を中	かいに~	新制作協会会員 菅沼光児	毎月曜 13:30~16:00	54,432円⑫
スケッチと淡彩		山内 亮	毎金曜 13:15~15:15	49,248円⑫
		独立美術協会会員 多見谷恭子	第2·4月曜 10:00~12:30	49,248円⑫
水彩画		水彩画家 松原龍夫	毎火曜 10:00~12:00	45,144円⑪
小心區		美術作家 東原 均	第1·3木曜 14:00~16:00	49,248円⑫
		文化学園大学講師 若山和央	第2·4金曜 10:30~12:30	49,248円⑫
が彩技法の基本と原本の表示と表示が表示が表示が表示が表示が表示が表示が表示が表示が表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表示を表		日本水彩画会会員 根岸尚徳	第2·4土曜 10:30~12:30	50,544円⑫
永山裕子の	A 満	永山裕子	第2·4火曜 13:30~16:00	31,752円⑦
水彩技法教室	B 満	3,m103	第1·3金曜 14:30~17:00	45,360円⑩
西丸式人の 水彩美學校	A B D	水彩アーティスト 西丸式人	第2水曜 14:30~16:30 第2水曜	25,920円⑥
水彩画~不透明水彩を使		加藤栄吾	18:30~20:30 第1火曜	25.920円⑥
	, J C~		13:00~15:30	
ガッシュ画 アクリルで表現を広げる		船本清司	13:15~15:30	25,920円⑥
~油・水彩の技法を生かし		日本美術家連盟会員 百瀬智宏	第1·3火曜 17:00~19:00	51,840円⑫
はじめよう! 花と小物の水彩色えん	ぴつ	アトリエミモザ主宰・日本國芸協会 認定ガーデンコーディネイター	第4水曜 12:30~15:00	19,440円 ⑥ 教材費 4,536円 ⑥
楽しむスケッチ 水彩色鉛筆を使って		土屋泉太	第2·4火曜 18:00~20:30	50,544円⑩
いろえんぴつ画		画家 今道松久	第2·4月曜 12:30~15:00	49,248円⑫
新しい造形表現にチャレ ~コラージュ・抽象画~	ノンジ!	美術家 小西朝子	第1·3金曜 13:30~15:30	24,624円 ⑥ 教材費 540円 ⑥
パフニルボ	満	現代パステル協会委員 高木匡子	第4火曜 13:30~16:30	25,920円⑥
パステル画		日本パステル画会副会長 駒澤節子	第1·3水曜 10:15~12:45	50,544円⑫
🗾 パステルと水彩		独立美術協会会員 艺丸哲诞	第2·4月曜 18:00~20:30	50,544円⑫
基礎から学ぶ 水彩とパ	ステル	日本美術家連盟会員 日本パステル画会顧問 岩浅幸治	第1·3土曜 13:30~16:00	50,544円⑫
満 楽しいペン画 〜町並み家並み風景を	描く~	建築家 吉田桂二	第2金曜 10:00~12:00	19,440円⑥ 教材費 3,240円⑥

	10:00~12:30	.,,,,,,,,,
国画会会員 井上 悟	毎木曜 10:00~12:30	51,840円億
立軌会同人 日本大学芸術学部教授 大庭英治	第2·4日曜 10:30~13:00 第2·4日曜 13:30~16:00	51,840円⑫
一水会運営委員 田中義昭	毎金曜 10:00~12:30	小品20号まで 56,160円 大作50号まで [©] 63,180円
独立美術協会会員 大場再生	第2·4金曜 13:30~16:00	51,840円億
日本美術家連盟会員 岩浅幸治	第2·4土曜 13:30~16:00	51,840円億
一水会常任委員 斎藤蕙子	第1·3火曜 13:30~16:00	51,840円億
独立美術協会委員· 多摩美術大学名誉教授 今井信吾	第3·5日曜 13:00~17:00	43,416円⑥
一水会常任委員 斎藤蕙子	第2·4火曜 18:30~20:30	59,400円⑪
独立美術協会会員 相田幸男	第1日曜 13:00~17:00	38,880円 ⑥ 教材費 12.960円 ⑥
一水会常任委員 斎藤蕙子	第2·4月曜 10:00~12:30	47,520円⑪
日本美術家連盟会員 上葛明広、杉山尚子	第1·3木曜 13:30~16:00	51,840円億
新制作協会会員 福島修子	毎水曜 10:00~12:30	60,372円⑬
イラストレーター 三好貴子	第2木曜 13:30~15:30 第2木曜 19:00~21:00	21,384円⑥
日本美術家連盟会員 谷口千恵子	第4月曜 13:00~15:30	22,032円⑥
^{画家} 野村重存	第2·4月曜 14:00~16:30	50,544円 (2 教材費 1,080円
日本美術家連盟会員 百瀬智宏	第2·4木曜 10:00~12:30	46,656円億
「水陽会」主宰 五十嵐吉彦	第1月曜 13:00~15:30 第2木曜 13:00~15:30	23,328円⑥
「水陽会」主宰 五十嵐吉彦	第2·4日曜 13:00~15:00	38,880円⑩
「水陽会」認定講師 大賀隆	第4木曜 11:00~14:00	23,328円⑥
二紀会委員 小柳吉次	第2.4火曜 10:00~12:00 第1.3土曜 10:00~12:00	41,472円億
邊見泰子	第1·3木曜 13:00~16:00	基礎科 47,952円 (2) 自由科 41,472円
無所属(東京藝術大学大学院修了) 川又 聡	第1·3水曜 19:00~21:00	13,824円 _@
日本美術院 院友 永井健志	第1·3土曜 16:00~18:30	45,360円億
多摩美術大学常勤講師	第1·3日曜	50.544円⑫
千々岩修	13:30~16:00	JU,J447
	井上 信 立	国画会会員 井上悟 10:00~12:30 第2:4日曜 10:30~13:00 第2:4日曜 10:30~13:00 第2:4日曜 10:30~13:00 第2:4日曜 10:30~16:00 和立美術協会会員 第2:4金曜 13:30~16:00 和文美術家連盟会員 第3:30~16:00 本文常任委員 第3:30~16:00 本文常任委員 第3:30~16:00 本文常任委員 第3:30~16:00 本文常任委員 第1:3水曜 13:00~17:00 本文常任委員 第1:3水曜 10:00~17:00 本文常任委員 第1:3水曜 10:00~17:00 本文常任委員 第1:3木曜 13:30~16:00 日本美術家連盟会員 第1:3木曜 13:30~16:00 日本美術家連盟会員 第1:3木曜 13:30~16:00 日本美術家連盟会員 第1:3木曜 13:00~17:00 日本美術家連盟会員 第1:00~12:30 第2:4月曜 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 第1:00~12:30 第2:4月曜 10:00~12:30 第2:4月曜 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 第2:4末曜 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 第2:4末曜 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 13:00~16:00 日本美術家連盟会員 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第4:1日曜 13:00~16:00 第1:3士曜 10:00~12:00 第1:3士曜 10:00~12:00 第1:3本曜 10:00~12:00 第1:3本曜 10:00~12:00

やさしい日本画		多摩美術大学常勤講師 千々岩修	第1·3日曜 13:30~16:00	50,544円⑫
日本画制作のためのデッサン		創画会準会員 真鍋 修	第2·4火曜 10:30~12:30	54,432円⑫
【漢字】 条幅を楽しむ	【漢字】 条幅を楽しむ		第2·4火曜 9:50~11:20	39,204円⑪
書の美に親しむ		毎日書道展審査会員 片岡重和	第2·4木曜 11:40~13:10	39,204円⑪
漢字 室井クラス 専門		毎日書道展審査会員 室井玄聳	第1·3·5月曜 13:40~15:10	35,640円⑩
	Α		第1·3·5水曜 10:00~11:30	
経験 者石飛クラス	В	(監修指導)日展評議員 石飛博光 毎日書道展審査会員	第1·3·5水曜 11:50~13:20	42.768円⑫
対象	C	加藤煌雪 金敷駸房 大多和玉祥 種家杉晃	第1·3·5水曜 18:15~19:45	42,700() (S
	D		第1·3·5土曜 10:00~11:30	
かなに親しむ はじめての	かな	毎日書道展審査会員 黒川 江偉子	第2·4木曜 18:30~20:00	35,640円⑪
	Α	日展会員	毎月曜 10:00~11:30	
【かな】楢崎クラス	В	菊池李佳	毎月曜 11:50~13:20 毎月曜	29,160円⑨
	С		毎月曜 15:30~17:00	
【かな】小尾クラス		毎日書道展審査会員 小尾桂萌	第1·3火曜 9:50~11:20	35,640円⑪
【かな】小野クラス	A 「かな」小野クラフ		第1·3木曜 9:50~11:20	38,880円⑫
13.073.232	В	毎日書道展審査会員 小尾桂萌 上松桂扇	第1·3木曜 13:30~15:00	00,000 16
【かな】髙田クラス		毎日書道展審査会員	第1·3·5土曜 15:30~17:00	38,880円®
お勤め帰りにかなを楽し	む	高田 宏苑	第2·4水曜 19:00~20:30	38,880円⑫
百人一首で学ぶかな	A 百人一首で学ぶかな		第2.4水曜10:00~12:00	37,800円 _⑩ 教材費 324円
	В	(監修)日展会員 高木厚人	第1·3木曜 18:30~20:30	教材質 324円 -
か な 古筆から学ぶかな創 専 門	作	日展会友 由井孝枝	第2水曜 13:00~15:00	24.624円 ⑥ 教材費 64円 ⑥
経 楢崎クラス 験 番		日展会員 楢崎華祥 菊池李佳	第2·4月曜 13:40~15:10	39,204円⑪
著対 小野クラス象		(監修)毎日書道展名誉会員 小野桂甫 毎日書道展審査会員 小尾桂萌 上松桂扇	第1·3木曜 11:30~13:00	42,768円⑫

プリ版アート絵でがみ 別、		ि ।क्का				
大田画 西岡とし子 13:00~15:30 25:328円 13:00~15:30 25:328円 13:00~15:30 25:328円 13:30~15:30 35:360円 数材費 388円 3:30~15:00 39:960円 30:960円	/\h	X.E				38,880円億
おとなの手習い						23,328円@
おとなの手習い						
T	かな	おとなの手習い	I	土橋靖子 小木曽郁子		45,360円 教材費 388円
高木厚人のかな ~百人一首を書く~		~かな書・日本の書~	п	土橋靖子 武田美奈子		45,360円 教材費 388円
高木厚人のかな ~百人一首を書く~	者対象	高木厚人のかな 専門				39,960円①
「実用書道	53					39,960円①
B 月木萬里 第2-4土曜 17:00~19:00 教材費 136円 教材費 1296円 教育 1296円 M 129	129	刻をせの美を探え	Α	河野 隆		27,864円 教材費 129円
書道よろず手習い 加藤煌雪 19:00~20:30 38:880円(【家	対リカリの夫で採る	В		第2·4土曜 17:00~19:00	42,768円 教材費 136円
【実用書道】大井クラス						38,880円①
【実用書道】楽しいくらしの書	【実	用書道]大井クラス		大井錦亭 毎日書道展会員		35,640円①
章で書く四季の手紙			書	石飛博光 毎日書道展審査会員		42,768円①
小筆で学ぶ実務書道 日本製造工製地でグラー代表 11:00~12:30 37.584円 (筆	で書く四季の手紙	~			38,880円①
 ● 本教後房の栄むり美州書垣 ● 本書写技能検定協会 ● 本書写技能検定協会 和氣正沙 第2・4金曜 19:00~20:00 専門 32,400円 専門 32,400円 専門 32,400円 専門 32,400円 専門 32,400円 専門 32,888円 10:30~12:00 専門 38,880円 セルボラ 教養のペン字 日本書写技能検定協会 中山祐子 (監修)日展評議員 10:15~11:45 一 海洋 (監修)日展評議員 10:15~11:45 一 海洋 (監修)日展評議員 10:30~12:00 教材費 1,296円 銀灯費 10:30~12:00 教材費 1,296円 銀材費 1,296円 	小编	筆で学ぶ実務書道				37,584円①
日本書写技能検定協会 19:00~20:00 専門 32,400円 第2:4月曜 10:30~12:00 専門 32,400円 第2:4月曜 10:30~12:00 専門 38,880円 第2:4月曜 10:30~12:00 専門 38,880円 第2:4日曜 10:15~11:45 33,264円 10:15~11:45 第2:4日曜 第2:4日曜 第2:4日曜 第2:4日曜 第2:4日曜 10:30~12:00 教材費 1,296円 第4時 1,2	満	金敷駸房の楽しい実用	書道			32,400円①
 趣味のペン字 教養のペン字 日本書写技能検定協会中山佑子 毎火曜 10:15~11:45 33.264円億 硬筆こどもクラブ (監修)口展評議員						専門 32,400円
中山祐子 10:15~11:45 33.264円 10:15~11:45 33.264円 10:15~11:45 33.264円 10:15~11:45 10:	趣	未のペン字		和氣正沙		基礎 36,288円 専門 38,880円
硬筆こどもクラブ ~正しく美しく書くために~ 位無機・ 第2・4日曜 第2・4日曜 10:30~12:00 教材費 1,296円	教	養のペン字		中山祐子		33,264円①
				石飛傳光 創玄書道会学生展審查員 毎日書道展会員		25,920円 教材費 1,296円

立つ書を指導します。 第2・4金曜 13:30~15:00 4/11から10回 (4~9月) 32,400円 総評・指示を受けてステッフアップを目 指します。実技は行いません。 ※青山教室の[専門]を2年以上経験者対象 ● 第4木曜 14:00~16:00 ■ 4/24から6回(4~9月)■ 29,160円					
講	座名		講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
【漢字】 初心者のための	の漢字・か	な	(監修指導)日展評議員 石飛博光 毎日書道展審査会員 田中豪元 赤澤寧生	第2·4水曜 14:20~15:50	38,880円⑫
漢字の基本を学	ぼう		日展会員 高木聖雨	第2·4火曜 15:30~17:00	42,768円⑫
≥ 漢字に親しむ	3 はじめて	の漢字		第1·3·5月曜 18:30~20:00	32,400円⑩
ゆっくり学ぼう	日曜の	漢字	毎日書道展審査会員 室井玄聳	第1·3·5日曜 13:30~15:00	32,400円⑩
	室井ク	ラス		毎月曜 15:30~17:00	35,640円⑪
【漢字】	永守ク	ラス	(監修指導)每日書道展審査会員 永守蒼穹 熊谷咸集	毎火曜 19:00~20:30	35,640円⑪
	福田ク	ラス	毎日書道展審査会員 福田鷲峰	第1·3·5木曜 15:20~16:50	38,880円⑫
		A B	「(監修指導)日展評議員 石飛博光 毎日書道展審査会員 田内亭元 赤澤密生	第2·4水曜 10:00~11:30 第2·4水曜	
【漢字】石飛クラ	ラス	C		11:50~13:20 第2·4水曜 18:15~19:45	38,880円億
		D	7.5 (1.2.1)	第1·3·5土曜 11:50~13:20	
【漢字】書の美に	こ親しむ		毎日書道展審査会員 片岡重和	第2·4木曜 9:50~11:20	42,768円⑫
【漢字】古典に等	学ぶ		東洋大学教授 蓮見行廣 毎日書道展会員 日向伯周	第1·3·5火曜 13:30~15:00	38,880円⑫
~書への誘い~ 【漢字】		(監修)日展評議員 石飛博光 毎日書道展審査会員	第1·3·5日曜 10:00~12:30	35.640円⑩	
夜	の寺子屋 書への誘い		金敷駸房(朝) 種家杉晃(夜)	第1·3·5木曜 18:30~21:00	25,5 .5, 19
4 受講料:毎调	の議座は原	則3ヶ月分	(4~6月)、隔週の講座は	原則6ヶ月分(4~9	目)の料金です。

テル画会顧問 う	第1.3工唯 13:30~16:00	50,544円⑫	やさしい日本画		多摩美術大学常勤講師 千々岩修	第1·3日曜 13:30~16:00	50,544円⑫
=	第2金曜 10:00~12:00	19,440円 ⑥ 教材費 3,240円 ⑥	日本画制作のためのデ	ッサン	創画会準会員 真鍋 修	第2·4火曜 10:30~12:30	54,432円⑫
【漢字専	39)		【漢字】 条幅を楽しむ		(監修)日展会員 有岡数崖 日展会友 石川青邱	第2·4火曜 9:50~11:20	39,204円⑪
	ら学ぶ作品 審査会員 片岡		書の美に親しむ		毎日書道展審査会員 片岡重和	第2·4木曜 11:40~13:10	39,204円⑪
各自の作	品について互	デレ、講師からの テップアップを目	漢 室井クラス 専 門		毎日書道展審査会員 室井玄聳	第1·3·5月曜 13:40~15:10	35,640円⑩
指します。	実技は行いま	せん。		Α		第1·3·5水曜 10:00~11:30	
■ 第4木曜	【専門】を2年以上経験 翟 14:00~16: ※6回 (405		経 験 者 石飛クラス	В	(監修指導)日展評議員 石飛博光 毎日書道展審査会員	第1·3·5水曜 11:50~13:20	42.768円⑩
			対象	C	加藤煌雪 金敷駸房 大多和玉祥 種家杉晃	第1·3·5水曜 18:15~19:45	42,7001 16
講師名 ()日展評議員	開催曜日・時間	受講料・回数		D		第1·3·5土曜 10:00~11:30	
佐 展審査会員 元 赤澤寧生	第2·4水曜 14:20~15:50	38,880円⑫	かなに親しむ はじめての	かな	毎日書道展審査会員 黒川 江偉子	第2·4木曜 18:30~20:00	35,640円⑪
3 30+	第2·4火曜 15:30~17:00	42,768円⑫		_A	日展会員	毎月曜 10:00~11:30	
	第1·3·5月曜 18:30~20:00	32,400円⑩	【かな】楢崎クラス	B	楢崎華祥 菊池李佳	毎月曜 11:50~13:20 毎月曜	29,160円⑨
展審査会員 •	第1·3·5日曜 13:30~15:00	32,400円⑩	The bland of the second	С	毎日書道展審査会員	15:30~17:00	05.04000
	毎月曜 15:30~17:00	35,640円⑪	【かな】小尾クラス		小尾桂萌 (監修)毎日書道展名誉会員	9:50~11:20 第1·3木曜	35,640円⑪
日書道展審査会員 第	毎火曜 19:00~20:30	35,640円⑪	【かな】小野クラス	А В	小野桂甫 毎日書道展審査会員 小尾桂萌 上松桂扇	9:50~11:20 第1·3木曜 13:30~15:00	38,880円⑫
展審査会員 ¥	第1.3.5木曜 15:20~16:50	38,880円⑫	【かな】髙田クラス			第1·3·5土曜 15:30~17:00	38,880円⑫
日展評議員	第2·4水曜 10:00~11:30 第2·4水曜		お勤め帰りにかなを楽し	む	毎日書道展審査会員 髙田 宏苑 	第2·4水曜 19:00~20:30	38,880円⑫
; 展審査会員 : 赤澤寧生	11:50~13:20 第2·4水曜 18:15~19:45	38,880円⑫	百人一首で学ぶかな	Α		第2·4水曜 10:00~12:00	37.800円 _⑩ 教材費 324円
祥 種家杉晃	第1·3·5土曜 11:50~13:20		日八一日で子ががる	В	(監修)日展会員 高木厚人	第1·3木曜 18:30~20:30	教材費 324円 ♥
展審査会員	第2·4木曜 9:50~11:20	42,768円⑫	か な 古筆から学ぶかな創 専 門	削作	日展会友 由井孝枝	第2水曜 13:00~15:00	24,624円 ⑥ 教材費 64円 ⑥
授 蓮見行廣 会員 日向伯周	第1·3·5火曜 13:30~15:00	38,880円⑫			日展会員	第2·4月曜	39,204円⑪
展評議員 だ 展審査会員	第1·3·5日曜 10:00~12:30	35.640円⑩	経暦・一日 日本		楢崎華祥 菊池李佳 (監修)毎日書道展名誉会員	13:40~15:10	35,20471
後番首云貝 弓(朝) ₹(夜)	第1·3·5木曜 18:30~21:00	30,040円(1)	対 小野クラス 象		小野桂甫 毎日書道展審査会員 小尾桂萌 上松桂扇	第1·3木曜 11:30~13:00	42,768円⑫

受講料:毎週の講座は原則3ヶ月分(4~6月)、隔週の講座は原則6ヶ月分(4~	~9月)の料金です。	



は

吉川智子の ビーズアートジュエリー

講料

英国のお洒落なリネンで作る バスケットライナーと布コサージュ

真理子サイモン ソフトファニッシング教室 主宰者 真理子サイモン

アンティーク風パスケットにライナ を付けてインテリアグッズに仕立てま

**ブルーグレー・赤のいずれかをお選びください。 ■ 3/28(金) 13:30~16:30 ■ 会員 3,570円 一般 4,200円 教材費 3,300円



神戸パールコレクション代表 所神根孝二

自分好みの長さとデザインで作 ります。講師は直珠の街袖戸の案 内人。真珠の不思議なお話や知識 も学べます。

真珠屋さんのパールネックレス

■ 3/27(木) 13:00~15:30 ■ 会員 3,150円 一般 3,780円 教材費 8,400円



たのしい革クラフト 手ぬいで作るBAG&CASE イラストレーター

やまもとちかひと

裏地や付属品にもこだわるデザインが

魅力で、毎回の制作が楽しくなります。 ■ 第1日曜 13:30~15:30

4/6から6回(4~9月) ■ 19,440円



額縁をつくる

額縁作家 石井晴子

研磨・線刻・彩色・アンティーク加 工をほどこし、ハガキサイズの本格 的な額縁を作ります。

イタリア古典技法を使って

かぶで作る桜の器

Carving Bee主宰 村上恵子

春の行楽シーズンやお弁

当にぴったり!

10:15~12:15

■ 3/22(±)

■ 5/15、5/29(木) 13:00~16:30 ■ 会員 7,344円 一般 8,640円 教材費 6,372円
※初回に黒・深緑・グレーからお選びください。



古布で作るハンドメイドバッグ1日講座 帯トートBAGを作る

紀屋デザイナー さかくらのりこ

和モダンなバッグはカジュアルにもフォー ルにも使える優れもの!

ハートのビーズ織りペンダントヘッド

内藤乃武子のちりめんのお細工もの

サイズ約H24×W28×D14cm

■ 3/29(±) 14:00~17:00 会員 3,360円 一般 3,990円

教材費 9,450円

スワロフスキーで作る

サコタカコ創作ビーズ織り主宰

チョーカー、プレスレット

チャームなどに使える作品

※鎖は含まれません。 ■ 4/1 火曜 13:00~15:00

草花や木の実、小動物、人形

などを形どり、創作のちりめ

んのお細工を基礎から学び

10:00~15:00

デクパージュ

~切り抜きあそび~

ナショナルデクパージュスタジオ

小島伸子 増予瑛子

絵柄を切り抜きアンテ

ク調など好みの作品に。

■ 4/18から5回(4~9月)

■ 会員 3,024円 一般 3,672円 教材費 3,996円

佐古孝子ほか

を織り上げます。

内藤乃武子



1dayカルトナージュ 春色の丸箱 アトリエ ラ・バゲット主宰

広岡ちはる(監修) 瀧澤直美(指導)

古代文字で作る自分のハンコ

お名前を講師デザインの本格的な印に仕上げま

アトリエFilの1dayワークショップ

春色のビオラでアクセサリー

アトリエド 清弘子 安井しづえ

「すてきにハンドメイド」

2月号掲載の刺しゅうを、胸

元に可愛らしいクリップス

ローチにアレンジします。

フランスの伝統手工芸〈カルトナージュ〉。春色の リバティプリントとカラーリネンで仕立てます。

3/26(zk) 10:00~13:00 会員 3,255円 一般 3,885円 教材費 2,310円

美術家 多田文昌

※ヒエログリフ、甲骨文字、金文からお選び下さい。

13:30~15:30

教材費1.500円程度

■ 会員 3,360円

しょう。

■ 3/11(火)



(14A)

アイコ

バラ染めのシルクで仕立てる 1輪のバラ

----ズクリエーター 生活コーディネーター

手縫いの自分に似合う帽子

杉本万美子 コサージュやナフキン リングとしても。アレン ジに使える白い麻布ナ フキンもプレゼント。

-春風のクロッシェ

帽子デザイナー **岩元啓子**

1日で帽子を作り、センス良

※ブルー・黒・グレーの3色から
■A 4/2(水) B 4/16(水)

13:00~15:30 A・B共に会員 3,240円

北欧デザインの刺繍

花糸で季節に合ったデザインを製作します。

-般 3,888円

教材費 3,000円

刺繍作家 立川一美

13:00~15:00 ■ 4/19から6回

(4~9月)

■ 18,792円

第3土曜

■ 4/19(土) 13:30~15:30 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 2,500円

くかぶるコツも。



(布も注文の場合 教材費 8,975円) 蒼山日菜のレース切り絵

前あきで着やすい

デザイナー 月居良子

アオザイ風チュニック

お好きな布を使って春夏に ぴったりなアオザイ風チュ

ニックを手縫いで作ります。

■ 第2·4木曜10:00~12:00

4/10から6回(4~6月) 18,144円

教材費 6.531円

いに仕上がります。

5/25(日) 14:00~16:00 会員 7,560円

-般 8.208円



№ 伝統工芸 讃岐かがり手まり 日曜・初心者クラス

■ 会員 3,780円 一般 4,410円 教材費 525円

🔤 タイ宮廷のフルーツ&ソープカービング【午前】

第4土曜 10:15~12:15 ■ 4/26から6回(4~9月)23,328円 教材費別途

讃岐かがり手まり保存会代表〔監修〕荒木永子

保存会講師(指導) 草木染め木綿糸が優し

い色調の手まりです。 ■ 第4日曜

10:00~12:30 ■ 4/27から6回 (4~9月) ■ 19,440円



切り絵作家 蒼山日菜 初めてでも楽しくきれ

■ 5/8(木) 14:00~16:00



オノエ・メグミのリボン刺繍1day

手芸デザイナー **オノエ・メグミ**

~ブーケ・コンパクト

アンティークゴールドの円形 コンパクトミラー・ケースを 7種のステッチで飾ります。

■ 3/31(月) 13:00~15:00

会員 3,045円 一般 3,675円 教材費 1,575円



ハワイアン・リボンレイ ~ブルーミング・ピカケ ミニリース リボンレイアーティスト 古内よう子

ハワイの花嫁がつける花 「ピカケ」の可愛らしいミ ニリースです。直径約10cm

■ 4/25(金)10:00~12:00 会員 3,132円 一般 3,780円 教材費 3,360円



3/1(±) 13:00~15:30 会員 3,150円 一般 3,780円 教材費 2,100円

仏像彫刻 仏師 皆川閑慶

伝統的技法や彫刻刀の研 ぎ方、仏の足の彫りへと基 本から学びます。

第1⋅3⋅5日曜 10:00~13:00



金繕い 入門・応用 ~欠けた器を蘇らせる~ 工芸家 原 一萃

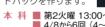
繕う楽しさを知ると器へ の愛着が増します。





大里美知子 優雅な錦で小物やハン

ドバッグを作ります。



■ 第2火曜 13:00~15:00 ■ 4/8から6回 (4~9月) ■ 18,792円 創作科 ■ 第2火曜 13:00~15:00

■ 4/8から6回 (4~9月) ■ 20,736円



■ 第1火曜 10:30~12:30 ■ 4/1から6回(4~9月) ■ 18,792円

[指導]小室博子

[指導] A梶谷多恵 B早瀬佳世子

大塚あや子の刺しゅう [監修] 刺繍作家 大塚あや子

A 第2·4水曜 10:30~12:30 4/9から12回(4~9月) 4/9から1∠ 37,584円

安藤宏子(監修)

近藤富枝(監修)

近藤陽子(指導)

清水達也(監修指導) 表導会一級指導員

堀口れい子(指導)

石渡弘信

眞城亜紀子(指導)

紙研究会主宰



22,032円⑥

44,928円⑬

40.176円⑫

41,472円⑩

38,880円⑫

第2月曜 15:30~18:00

第1·3·5金曜 13:00~16:00

第1·3火曜 13:00~15:00

■ 第1·3木曜 15:00~16:30 ■ 4/3から13回(4~9月) ■ 4/6から12回(4~9月) 50,544円 ■ 本科 42,120円 師範科 42,120円 ※教材費・道具代が別途必要な場合あり 手芸・工芸 講座名 購師名 開催曜日時間 脚戸領子タティングレース教室講師 盛本知子 第1·3火曜 10:30~12:30 藤重する

受講料・回数 タティング・レース入門 35.640円⑪ 藤重すみの これならわかる タティングレース 初・中級コース 藤重すみの クラシックな 第1·3水曜 初級 18,792円 ⑥ 中級 22,680円 木村三千代 清水由美子 第3水曜 タティングレース 経験者コース 10:00~12:00 第1·3水曜 10:30~12:30 ボビンレース 第2·4金曜 3:00~15:00 満 ボビンレース工房 古典レース研究家 (監修)**飯野美智子** 第1土曜 00~15:00 19.440円 (指導)水野厚 13:00 週末のベルギーレース 高橋治子ほか 第1土曜 15:30~18:00 21,384円 ルコ伝統手芸研究隊 満 七海光の トルコ伝統レースオヤ 初・中級 第1月曜 13:00~15:00 七海 光(監修) 井上匡子(指導) 第2金曜 蜷川宏子のHappyキルト 第2金曜 10:00~12:00 第3土曜 10:30~12:30 第3土曜 15:30~17:30 蜷川宏子 装飾デザイナ 午前 満 南フランスの 白いキルト"ブティ" (監修)中山久美子 ジェラルツ (指導)谷眞佐子 午後 第3火曜 13:00~15:00 I 初心者 モラ研究所主宰 宮崎ツヤ子 浜田洋子 空野静枝 市川鐵子 第1火曜 10:00~12:00 第2木曜 10:00~12:00 第4木曜 10:00~12:15 || 初心者・経験者 〜カリブの 民族手芸〜 Ⅲ 初心者・経験者 満 講師クラス タッセル〜刺繍糸でつくる オーナメントクラフト〜 カナダ恵子(監修)、 ふくだいくこ(指導) イギリス刺繍 フィクトリア会主宰 井口佳世子 第2·4火曜 12:30~14:30 〜ニードルポイント〜 第4金曜 13:15~15:15 監修:英国王立刺繍学校 講師·日本分校責任者 はじめて灩 ~英国伝統刺繍~ 二村恵美(監修) 石川和美(指導) 第4金曜 10:00~12:00 経験者 第3土曜 13:00~15:00 Αliii 笹尾多恵の 笹尾多恵 第3土曜 15:30~17:30 ヴィクトリアン刺繍 第1.3火曜 満 戸塚フランス刺しゅう 吉川三代子ほか 10:00~12:00

22.680円⑥ 38.880円億 38,880円⑫ 19,440円⑥ 22.680円⑥ 19,440円⑥ 18.144円⑥ 15.660円⑤ 15,660円⑤ 20.088円⑥ 第3土曜 22,680円 ⑥ 13:00~15:00 教材費10,800円 ⑥ 37,584円⑫ 19.440円⑥ 19.440円⑥ 36.288円⑫ オノエ・メグミの ヨーロッパ刺しゅう ※3ヵ月コース有 手芸デザイナー **オノエ・メグミ** ほか 第2·4木曜 10:00~12:00 36,288円億 第2·4月曜 13:00~15:00 37,584円⑫ リボン刺繍のテクニック オノエ・メグミ 第3火曜 10:30~12:30 第2火曜 10:30~12:30 C(経験者) 小室博子(指導) 18.792円⑥ アトリエFilの刺しゅう アトリエFil 第2土曜 19.440円 ⑥ 清 弘子、安井しづえ 13:00~15:00 数材費 6,480円 ⑥ ワイヤーワークとスタンプワーク Creative English Needlework Studio主宰 <mark>満</mark> 森本さちこの スタンプワーク刺しゅう 19,440円⑥ 森本さちこ(監修) 後藤明美(指導) 第2·4水曜 Α 35.640円⑪ 10:00~12:00 第2·4土曜 草乃しずか(監修指導) 日本刺しゅう В 35,640円① 内野文代 ほか(指導) 研究科 満 30,672円④ ハンガリーのかわいい刺繍 20,736円⑥ 第4水曜 刺繍作家 **竹内博子** 15,660円⑤ 満 ハーダンガー刺しゅう 10:00~12:00 第1木曜 ブヮ・ド・フィル主宰 19,440円 ⑥ 満 🗾 刺しゅうとカルトナージュ -21:00 教材費 9,720円 高橋亜紀 天然石でジュエリーメイキング ョ,/2U円_③ 教材費別途 キョウ久珍 13:00~15:00

日本ビーズアーティスト協会会長 吉川智子

第3木曜 研究·応用·基本 ⑥ 各 19,440円

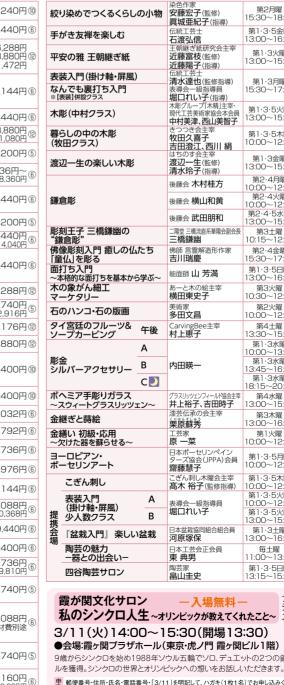


田中憲子

市川光世、渡辺菊子

第1·3·5月曜 13:30~17:00

革の本格手作りバッグ 基本からオリジナルバッグまで



第1·3·5日曜 13:15~15:45 教材費 3,240円 畠山圭史 霞が関文化サロン 一入場無料一 私のシンクロ人生 ~オリンピックが教えてくれたこと~ スポーツコメンテーター 3/11(火)14:00~15:30(開場13:30)

日本工芸会正会員 東 典男

毎土曜 11:00~13:30

●会場:霞ヶ関プラザホール(東京・虎ノ門 霞ヶ関ビル1階) 9歳からシンクロを始め1988年ソウル五輪でソロ、デュエットの2つの銅メダ

申 郵便番号・住所・氏名・電話番号・「3/11」を明記して、ハガキ(1枚1名)でお申し込みください。応募多数の場合は抽選。定員270名 ■申込み先/〒107-8601 東京都港区南青法 山1-1-1 新青山ビル西館4階「霞が関文化サロン 3/11」係 【縁切】3/6(木)必着 【主催】霞会館、尚友倶楽部、昭和会館 【協賛】三井不動産 【協力】NHK文化センター



アーティスティック シンクロコーチ

38.880円⑩



ま

す

健康・ダンス

New 呼吸と動きを一つにする ヨーガセラピ-少人数

日本ヨーガ光麗会 武井恵子

-人一人の状態を聞き、そ れぞれの不調に合った特別 プログラムを作ります。

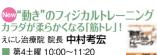
■ 第2·4水曜 12:40~14:00 *5名限定 ■ 4/9から6回 (4~6月) ■ 38,880円

№ 正しい歩行と自立体操

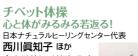
要介護予防運動指導者 高倉早苗

長年運動から離れていた 方や体力に自信のない方 でも無理なくできる体力 づくりです。

■ 毎月曜 13:50~14:50 ■ 4/7から12回(4~6月) ■ 31,104円

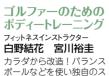


4/26から6回(4~9月) 19,440円 4月.筋肉の収縮と伸張と弛緩、動トレ基本トレーニング 5月.フッシュアッフ、シットアッフ、スク6月.握力、趾(あしゆび)力、末端トレー 7月.上腕二頭筋・広背筋トレーニング 8月.頭蓋・胸郭・骨盤トレーニング 9月.ハムストリングス・腸腰筋・内転筋トレーニング



今より美しく健康で、と 望む方に。芸能人にも話題のエクササイズ。 ■ 第1・3木曜 10:00~11:20

■ 4/3から12回 (4~9月) ■ 36,288円



タイルで飛びを科学します。 ■ 第2・4土曜 10:15~11:45 ■ 4/12から12回 (4~9月) ■ 37,584F

社交ダンス 西坂クラス 初級 日本ボールルームダンス連盟副会長 西坂範之

基本的なステッ プからしっかり と学び、パーティ などで踊ること を目指します。

■ 毎十曜 12:25~13:40 ■ 4/5から12回 (4~6月) ■ 40,176円

	講座名	講師名	開催曜日時間	受講料・回数
	指さき健康法 〜脳と身体の健康促進〜	指さき健康法主宰 健康生活研究所所長 堤喜久雄	第2·4金曜 10:30~12:00	17,496円⑥
	こころと体のストレッチ ~高戸ベラのリラクササイズ~	リラクササイズ研究家 高戸ベラ	第1·3·5水曜 13:30~15:00	36,288円⑫
200	痛み解消体操 エゴスキュー	エゴスキュージャパン代表 水野加津人 ほか	第1·3金曜 10:30~11:45	36,288円⑫
	A 体力アップの健康体操 B C	要介護予防運動指導者高倉早苗	毎月曜 11:35~12:35 毎月曜 12:40~13:40 毎水曜 11:30~12:30	31,104円⑫
	若さを保つ健康体操		毎月曜 10:00~11:30	33,696円⑫
	腹式呼吸&爽やか体操 ~やさしく活力アップ~	フルヤアカデミー専任講師 気・整体&健康体操指導家 森川ひさ子	毎火曜 10:00~11:15	29,700円⑪
	肩こり・腰痛・ひざの痛みを和らげる らくらく健康エクササイズ	パーソナルトレーナー 磯崎良太	第2·4火曜 13:30~14:45	36,288円⑫
V	スタイルup! ミックスダイエット	トレーニングアドバイザー 横瀬一成	第2·4火曜 11:40~13:00	36,288円⑫
e H	健康を創る自彊術	自彊術普及会会長 久保穎子 奥伝 小篠幾代	毎月曜 18:10~19:30	32,400円⑫
, ,	満きくち体操	きくち体操代表 菊池和子	第2·4木曜 10:30~12:00	35,640円⑪
	ストレス君さよなら!	日本ヨーガ学会 会長 田原豊道	第1·3水曜 19:00~20:30	36,288円⑫
1	ホーム・ヨーガ集中講座	日本ヨーガ学会 同理事長 荻山貴美子	第1土曜 9:30~12:00	29,160円⑥
4	A		第1·3·5木曜 13:30~15:00	39,312円⑬
4	身体にやさしい ヨーガ健康法	日本ヨーガ光麗会 武井恵子	第1·3·5木曜 19:00~20:30	39,312円⑬
	С		第1·3·5日曜 10:00~11:30	36,288円⑫
3	焦鉄軍の気功教室	浜潟美奈子	毎火曜 18:45~19:45	33,264円⑪

		プレギJ.リロ/士/ノ(なり,	10.50 - 11.45	
体力アップの健康体操	A B	要介護予防運動指導者高倉早苗	毎月曜 11:35~12:35 毎月曜 12:40~13:40 毎水曜	31,104円⑫
若さを保つ健康体操	_		11:30~12:30 毎月曜	33.696円⑫
		フルヤアカデミー専任講師 気・整体&健康体操指導家 森川ひさ子	10:00~11:30 毎火曜 10:00~11:15	29,700円⑪
肩こり・腰痛・ひざの痛みを和らげる らくらく健康エクササイズ	3	パーソナルトレーナー 磯崎良太	第2·4火曜 13:30~14:45	36,288円⑫
スタイルup! ミックスダイエット	-	トレーニングアドバイザー 横瀬一成	第2·4火曜 11:40~13:00	36,288円⑫
健康を創る自彊術		自彊術普及会会長 久保穎子 奥伝 小篠幾代	毎月曜 18:10~19:30	32,400円⑫
満きくち体操		きくち体操代表 菊池和子	第2·4木曜 10:30~12:00	35,640円⑪
ストレス君さよなら!		日本3ーガ学会 会長 田原豊道	第1·3水曜 19:00~20:30	36,288円⑫
ホーム・ヨーガ集中講	座	日本ヨーガ学会 同理事長 荻山貴美子	第1土曜 9:30~12:00	29,160円⑥
	Α		第1·3·5木曜 13:30~15:00	39,312円⑬
身体にやさしい ヨーガ健康法	В	日本ヨーガ光麗会 武井恵子	第1·3·5木曜 19:00~20:30	39,312円⑬
	С		第1·3·5日曜 10:00~11:30	36,288円⑫
焦鉄軍の気功教室		浜潟美奈子	毎火曜 18:45~19:45	33,264円⑪
ヴォイストレーニング 〜昭和歌謡曲を歌う〜		笠井ヴォーカルスタジオ主宰 笠井幹男	毎月曜 15:30~17:00	40.176円⑫
🔰 はじめてのベルカント唱	去	声楽家「バリトン	第2·4月曜 18:25~19:10	12,960円⑥
▼ ベルカントで歌う		林 義直	第2·4月曜	37.80000

楊麻紗の気功太極拳		楊名時養心会主宰 楊 麻紗	毎金曜 10:45~12:15	36,288円⑫
	Α	楊名時太極拳 師範 小川千鶴子	毎金曜 13:00~14:30	36,288円⑫
楊名時の八段錦太極拳	В	楊名時太極拳 師範楊 慧	毎金曜 14:30~16:00	33,264円⑪
太極拳 理論講座		内家拳研究会主幹 楊 進	第2日曜 12:30~14:30	20,088円⑥
社交ダンス 玉井クラス・	初級	日本社交舞踏教師協会会長	毎金曜 18:30~19:30	43,524円⑬
社又タンス 玉弁ノンス	中級	玉井 清	毎金曜 19:45~21:15	44,928円⑬
社交ダンス 西坂クラス・	中級A	日本ポールルームダンス連盟 副会長	毎土曜 13:50~15:20	41,472円®
社文タンス 四坂フラス	中級B	西坂範之	毎土曜 15:30~17:00	41,47206
初めてのバレエ		金光郁子舞踊学園 金光郁子(監修) 紺野千晶(担当)	毎月曜 19:40~21:00	32,400円®
50歳から始めるクラシック	バレエ	井上バレエ団 佐藤深雪	毎木曜 15:30~17:00	37,908円⑬
大人が楽しむフラダンス	. 月水	花山幸子	毎月曜 15:00~16:30 毎水曜 9:50~11:20	40,176円⑫
お勤め帰りにフラダンス		井上真紀& レイレフア・マカマエ	第2·4火曜 19:30~20:45	35,640円⑪
ビギナーズラン ~身体作りから走力アップ	まで〜	Harriers代表 英国陸上競技連盟公認コーチ 安喰太郎	第2·4木曜 19:15~20:45	32,400円⑫
担様フポッ	,		/Am. 1 - 1 Amm	

提携スポーツ ※料金・コース等詳細はお問い合わせください。

神宮外苑ゴルフ練習場 サマディフェンシング倶楽部 サマディ森下テニススクール 代表 03(6438)9633

● 神宮外苑フィットネスクラブ サマディ ● 玉井ダンス教室 渋谷校 03(3770)6046 東京アスレティッククラブ 03(3384)2131● 合気会合気道本部道場 03(3203)9236 ● 八王子乗馬倶楽部 042(691)1915 BE WINDS SAILING CLUB

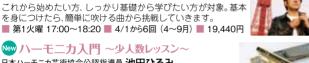
0467(24)9401

音楽

New はじめてのオカリナ

オカリナ奏者 **善久(Zenkyu)**

これから始めたい方、しっかり基礎から学びたい方が対象。基本 を身につけたら、簡単に吹ける曲から挑戦していきます。



日本ハーモニカ芸術協会公認指導員 池田ひろみ

どこにでも持ち歩くことができ、気軽に楽しめるのが魅力で す。基本から丁寧に指導します。

■ 第2・4月曜 9:40~10:10 ■ 4/14から12回 (4~9月) ■ 38,880円

宇賀神昭のやさしいギター

ギタリスト 宇賀神昭

初めての方には基本の手 ほどきから、経験者の方は 希望の曲にチャレンジ。 楽器貸出あり。

■ 第1·3日曜

声楽家 黒岩修吉

■ 4/6から12回 (4~9月) ■ 38,880円

はじめてのカンツォーネ

カンツォーネの代名詞『オ・

も声が出るように指導します。 ■ 3/25(火) 13:00~14:00

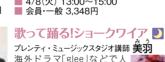
4/15(火) 12:00~13:00 ■ 会員 5,751円 一般 7,029円 教材費

『オ・ソーレ・ミーオ』を歌おう!

カントリーソングを 歌おう 1day カントリーシンガー 稲葉和裕

懐かしいメロディーに想 い出のシーンが蘇ります。 予定曲: Stand By Your

■ 4/8(火) 13:00~15:00



プレンティ・ミュージックスタジオ講師 美羽

海外ドラマ[glee]などで人 気のショークワイア。新旧の ミーオ』を2回で歌いましょう。初めてで 洋楽ヒットソングを中心に、

コーラスをつけて歌って踊	
ります。 ■ 第2·4木曜 19:30~21:00	
■ 4/10から6回(4~6月)■ 1	

■ 会員 5,751円 一般 7,029円 教材費 63円 ■ 4/10から6回(4~6月)■ 19,440円						
講座名 講師名 開催曜日・時間 受講料・回数						
クラシックのための	ゆったり 楽しむ	二期会会員 ソプラノ	第2·4日曜 10:30~12:00	37.800円⑩		
ヴォイストレーニング	名曲を 歌いつくす	平山智香子	第2·4日曜 13:00~14:30	07,000,10		
ボイストレーニン ∼英語でポップス、R&B、	ソグ&リズム ジャズナンバー〜	ボーカリスト うえむら かをる	第2·4水曜 19:00~21:00	20,088円⑥		

ヴォイストレーニング ~昭和歌謡曲を歌う~		笠井ヴォーカルスタジオ主宰 笠井幹男	毎月曜 15:30~17:00	40,176円⑫
🗾 はじめてのベルカント 🗓	書法	声楽家 バリトン 林 義直	第2·4月曜 18:25~19:10	12,960円⑥
ベルカントで歌う イタリアの名曲			第2·4月曜 19:15~20:45	37,800円⑩
はじめてのベルカント		二期会会員 ソプラノ	第2·4水曜 16:50~18:20	
かかいこ ナペニフリフ	I	山本ひで子	毎水曜 14:10~15:25	42,768円⑫
歌曲からオペラアリア まで	П	ピアニスト 粟根祐人・千葉咲子	毎水曜 15:30~16:45	
	Ш		第1·3水曜 16:50~18:20	46,656円⑫
~日本の歌から "	刀級	声楽家	第2·4木曜 13:00~14:20	42,768円 _⑫ 教材費 540円
ドイツ歌曲・オペラ アリアまで〜 上	└級	肥後幹子	第1·3木曜 11:40~13:10	47,952円 _⑫ 教材費 540円 ^⑫
歌うイタリアン ~とっておきのベッラ・ヴィー	タ!	声楽家 二期会会員 イタリア労働許可証取得 森永一衣	第4土曜 13:00~14:30	21,384円⑥
楽しく歌おう!カンツォーネ	.!	声楽家 テノール 黒岩修吉	第1·3·5火曜 13:30~15:00	40,176円 ⑫ 教材費 388円 ⑫
ベル・カントでうたう チャオ!カンツォーネ		二期会会員 ミラノ音楽院専修課程修了 山口邦明	第1·3日曜 13:30~15:00	41,472円⑫
Α			毎金曜 14:30~16:00	35,640円 ⑪ 教材費 308円
シャンソン	В	青木裕史	毎金曜 16:00~17:30	
	С		第1·3·5木曜 13:00~14:30	42,120円 ₁₃ 教材費 308円
シャンソン そして世界の歌	欠		第1·3·5木曜 14:30~16:00	46,332円 _® 教材費 308円
女性のための楽しいコーラ	ラス	日本合唱指揮者協会理事長 古橋富士雄 ピアニスト 河野紘子	毎火曜 10:30~12:30	33,480円⑩
ミュージカルを歌おう		ミュージカル音楽監督 北川 潤	第2·4·5木曜 10:30~12:00	40,176円 _億 教材費 1,296円
ゴスペルコーラス		ゴスペルディレクター ASAMI	第2·4土曜 10:00~12:00	38,880円⑫
カントリーソングと 友達になろう		カントリーシンガー 稲葉和裕	第2火曜 13:00~15:00	20,088円⑥
ジャズボーカルの楽しみ		ジャズボーカリスト 金丸正城	毎水曜 16:00~18:00	36,828円⑪
■ ボサノヴァを歌う		ボサノヴァ奏者・シンガー 中村善郎	第2·4火曜 19:00~20:30	18,144円 _⑥ 教材費 194円
		シンガー 井上真紀	第1土曜 13:30~15:00	19,440円 ⑥ 教材費 129円 ⑥
コーラスの楽しみ ~青春のうた、思い出のうた~	~	指揮者 作·編曲者 歌手 丸山美雄	第2土曜 13:00~14:30	19,440円 _⑥ 教材費 311円

眞理ヨシコと「歌	rう]	初代「NHKうたのおねえさん」 眞理ヨシコ ピアニスト 貞光裕美	第1·3·5月曜 13:00~15:00	41,472円⑫	
	美しい日本のこころを歌う 内観共振法を用いて		第4木曜 16:00~18:00	20,088円⑥	
	吉川金一の新曲挑戦 ~カラオケ上達への道~		第2·4木曜 15:30~17:30	40.176円 ⑫ 教材費 1.296円	
	グループ レッスン I		第2·4火曜 16:05~17:05		
	グループ レッスン Ⅱ	ピアニスト 河野由貴	第2·4火曜 15:00~16:00	45,360円®	
:	キャッチアップ		第2·4火曜 17:10~17:35		
ハーモニカ		日本ハーモニカ芸術協会公認指導員池田ひろみ	第2·4月曜 10:15~11:45	38,880円⑫	
▶ はじめての†	ナックス	サックス奏者 川口 カ	第2·4·5金曜 19:00~20:30	42,120円⑬	
フルート教室		国立音楽大学名誉教授 宮本明恭	毎火曜 16:00~18:00	38,880円⑩	
バロックリコータ アンサンブルを		リコーダー奏者 向江昭雅	第2·4水曜 15:30~17:00	38,880円⑫	
ケーナ・サンポー	-ニァを吹こう	リッキー・ロドリゲス	第2·4土曜 16:00~17:30	34,452円 _① 教材費 118円	
🗾 オカリナ 初	級	オカリナ奏者 善久(Zenkyu)	第1火曜 18:30~20:00	19,440円⑥	
誰でもできるギ	ター弾き語り	カントリーシンガー 稲葉和裕	第2火曜 15:30~17:00	20,088円 _億 教材費 129円	
楽しいウクレレ		スチールギター・ウクレレ演奏家 小林 潔	毎水曜 10:30~12:00	35,640円 (1) 教材費 594円	
■ マンドリン教室		竹内郁子	毎木曜 18:30~20:30	43,524円⑬	
バンジョーを弾	ハてみよう	原さとし	第1·3土曜 17:30~20:30	32,400円⑩	
二胡に親しむ 初	級	二胡奏者 渡里文恵	第2·4水曜 13:00~15:00	38,880円 _⑫ 教材費 388円	
■ 【提携】猪俣 _{会場:RCCドラム}	猛 ドラム教室 _{教室(田端)}	ジャズドラマー RCC講師 猪俣 猛(監修) 澁谷健司(指導)	第1·3月曜 20:15~21:00	38,880円⑫	
満教師のための	リトミック講座	全日本リトミック音楽教育研究会 常任理事・本部講師 坂本真理子	第2日曜 10:00~13:00	20.520円⑤ 教材費 162円⑤	
	人 (2~3歳)		第1·3·4·5日曜 11:30~12:00		
子供のためのリトミック	B(4~6歳)	星美学園短期大学教授	第1·3·4·5日曜 12:00~13:00	30.132円⑨	
日曜教室	C(小学低学年)	広瀬蓉子	第1.3.4.5日曜 13:00~14:30	30,102,10	
	D(小学高学年~)		第1·3·4·5日曜 10:00~11:30		

古典芸能

🚾 日本の響き・和楽器入門 小鼓・締太鼓 伝統芸能教場 鼓樂庵代表 望月太左衛

歌舞伎囃子、江戸祭囃子を基礎とした親しみやすい曲から 学び、小鼓を中心に他の日本の打楽器にも挑戦します。

■ 4/1、5/20、6/17(火) 13:00~14:30 ※楽器有料レンタル有

■ 会員 10,368円 一般12,312円

【監修指導】宗家派家元七世 杵屋勘五郎



【指導】杵屋廣吉 初心者対象にばちの持ち方

などの基本から指導します。

■ 4/5、4/12、4/19(土)

12:15~13:15 会員 11,340円 一般 13,284円



地唄舞 和のこころを舞う はじめての『和』の稽古 宮田哲男に学ぶ「長唄」

重要無形文化財保持者 宮田哲男 初めての方に発声と腹式呼吸法を丁寧

に指導します。

■ 会員 23,976円 一般 27,864円



大塚文雄の民謡教室 ー「大漁唄い込み(斉太郎節)」を唄うー

日本民謡協会 大塚文雄 大塚文彦

おなじみの曲で、発声や節回し の基本をお稽古します。



篠笛福原流入門

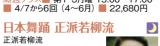
福原 徹 福原徹彦

「さくらさくら」「荒城の月」から、長唄へ グループレッスンで行ないます。

サス唯 10:00~10:30 4/1から11回

葛夕力女 日本舞踊の原点ともいえ

る舞を、立ち振舞いから 始め、丁寧に指導します。 ラス 毎月曜 15:00~17:00 ■ 4/7から11回 (4~6月) ■ 41,580P 隔週クラス■ 第1・3月曜 15:00~17:00



正派若柳流 若柳禄寿ほか

親しみやすい小品名作の さわりをお稽古します。





和楽器レクチャーコンサート 筝と尺八 ~聴いて見て触ってみよう~

尺八奏者 素川欣也 箏奏者 宮西 希

音色や構造、古典から新しい音楽の可能性も紹介します。 体験コーナーも設けてありますのでぜひ楽器に挑戦して みましょう!

■ 3/31(月) 13:00~14:30 ■ 会員 3,150円 一般 3,780円



部かと		e#AT-A	88 AV 03 C 0+88	7 HO C*L
講座名		講師名	開催曜日・時間	受講料・回数
小唄 春日会		小唄春日会会長 春日とよ栄芝	毎水曜 11:00~13:00	42,768円①
端唄 栄芝流		端唄栄芝流家元 荣 芝	毎水曜 13:15~15:15	42,768円(
新内小唄		新内小唄家元 ふじ松加奈子 ふじ松美鶴	第1·3·5火曜 15:30~16:30	42,768円(
長唄三味線 初級		^{宗家派家元} 杵屋勘五郎(監修) 杵屋廣吉(指導)	毎土曜 13:15~16:00	41,580円億
長唄特別教室		長唄宗家二世 杵屋寒玉	毎土曜 13:30~15:30	両稽古 59,400円
2441433332		宗家派家元七世 杵屋勘五郎	毎土曜 15:40~18:00	41,580円
長唄 今藤流	唄	長唄協会会員 今藤郁子	第2·4金曜 10:00~12:00	20,736円 教材費 129円
	三味線	長明協会常任理事 今藤流家元 今藤長十郎	毎金曜 12:20~14:20	44,928円 教材費 702円
長唄 東音会 唄		長唄東音会 渡邉雅宏	毎月曜 17:50〜20:00	41,472円(
はじめての『和』の稽古 宮田哲男に学ぶ「長唄」(約		重要無形文化財保持者	第2·4木曜 15:05~15:35	47.952円億
人間国宝宮田哲男の芸 長唄	を学ぶ		第2·4木曜 13:30~15:00	47,002[]
寄席ばやしの稽古		寄席囃子演奏家 杉浦浩子	第2·4日曜 10:00~11:30	20,736円(
大塚文雄の民謡教室		日本民謡協会 大塚文雄 大塚文彦	第1·3·5木曜 10:30~12:00	44,928円(
早坂光枝の 民謡教室 三	謡 味線	民謡歌手 早 坂光枝	第1·3·5水曜 14:00~15:30 第1·3·5水曜 13:00~14:00	41,472円(
津軽三味線 入門		澤田流津軽三味線 勝信会会主 澤田勝信	第2·4月曜 18:30~20:30	38,880円 (
篠笛福原流		福原徹彦 福原 徹	毎火曜 10:00~12:00	38,016円(
しの笛入門 藤舎流		藤舎名生(監修) 藤舎花生(指導)	第1·3日曜 13:00~14:30	20,736円(
尺八 入門~経験者		古屋輝夫 眞玉和司	第1·3木曜 13:30~15:30	20,736円(
/ 八八		柿堺香	第2·4火曜 18:30~20:30	20,700](
筝曲山田流		中能島派六世家元 中能島弘子 山田流筝曲協会評議員 松崎美音能	毎火曜 13:00~15:00	41,580円億
箏曲生田流 初心者~上級地唄		日本三曲協会会長 米川文子(監修) (指導) 米川文清·長谷川文千佐	毎金曜 18:15〜20:00	初心者~中級 51,948円 上級地唄 65,988円
狂言大藏流 ゆったり初歩	ᅣ	能楽協会会員 重要無形文化財能楽保持者 大藏吉次郎	第1·3·5木曜 16:00~17:30	42,768円(
能って何だろう? 初めての能楽体験		シテ方金春流能楽師 山井 綱雄	第2木曜 19:00~21:00	20,736円(

(1-1-10) T-1-1		10:00~11:30	
はじめての謡曲・仕舞 観世流		毎月曜 10:30~11:30	
入門·初級	梅若長左衛門 梅若紀彰·松山隆之·	毎月曜 11:30~12:15	41,472円⑫
本科		毎月曜 13:00~13:45	
仕舞 宝生流		毎木曜 10:00~11:20	
入門	藤井雅之·高橋 亘· 柏山聡子·土屋周子	11:20~12:10	44,928円⑬
中級本科		毎木曜 12:10~13:00	
	(監修)花柳流家元 四世花柳寿輔 (指導) 花柳寿圭恵·花柳君兆	毎水曜 15:30~21:00	44,064円⑫
流	(監修)宗家藤間流 藤間勘祖 (指導) 藤間勘紫満・弘・利弥	毎金曜 15:00~17:30	44,064円⑫
	理 観世流入門・初級本科入門中級本科	理 観世流 観世流シテ方 梅若玄祥(監修) (指導) 電子 横若玄祥(監修) (指導) 電田雅子 (指導) 電田雅子 (指導) 電子 (監修) 花柳赤東亜 (監修) 花柳寿輔 (指導) 大門 (監修) 京家藤間流 (監修) 元 (監修) 京家藤間流 (監修) 元 (監修) 京家藤間流 (監修) 元 (定修) 元	理 観世流 根若玄祥(監修) (培海) 宝生流シテ方 梅若玄祥(監修) (培海) 宝生流シテ方 梅若紀彰・松山隆之・ 富田雅子 (路海) 宝生流シテ方 藤井雅之高橋 亘・ 柏山聡子・土屋周子 中級本科 (監修) 花柳流家元 四世花柳寿輔 (培海) 宝生流シテ方 藤子雅 10:00~13:45 毎

写真・ビデオ

デジタル一眼カメラ撮影力アッ う 講座

日本写真協会会員 富士フィルムスクエアコンシェルジュ 長 康夫

基本操作は覚えた方 向けに、魅力ある作品づくりのために必要

なことをお教えします。 第2·4金曜 10:30~12:30 ■ 40,176円 教材費679円 ※撮影実習もあり

プ	デジカメ撮影に出かけよう
8	日本写真協会会員 若林義郎
3	のんびりお散歩気分で撮影を楽しみ
	ながら、お手持ちのデジカメの使い方

なから、のチョンシン・や、よりキレイな撮り方 を学びます。

■ 第1·3土曜
13:00~15:00
■ 4/5から6回(4~6月)
■ 21.384円
※初回・最終日と雨天時は教室

— +0,1701] 秋小月0701] *****			
講座名	講師名	開催曜日時間	受講料・回数
ゼロから始めるフォトレッスン ~とっておきの作品をつくろう~	日本写真家協会会員 片岡正一郎	第1·3土曜 10:00~12:00	20,088円⑥
デジタル一眼レフカメラ 〜撮影基礎から応用まで〜	フォトグラファー 稲次 寛	第3月曜 13:00~15:00	19,440円⑥
カメラを持って街に出よう!	日本写真家協会名誉会員 木村惠一	第1·3金曜 10:00~12:00	40,176円⑫
エンジョイフォト 単写真から組写真まで	日本写真家協会会員 熊切圭介	第1·3木曜 10:00~12:00	40,176円⑫
日曜写真教室	日本写真家協会会員 松本徳彦	第1·3日曜 10:00~12:00	38,880円⑫
ステップアップ写真	日本写真家協会会員	第2·4火曜 10:00~12:00	40,176円⑫
少人数クラス「徹底的!中谷写真塾」 ~「写真力」を鍛える~	中谷吉隆	第4土曜 16:00~18:00	29,160円⑥
基礎から学べるビデオ教室	元NHKカメラマン 城田宗和	毎水曜 13:00~15:00	33,696円⑫
ビデオ映像塾(編集コース)	加藤和郎	毎土曜 10:00~12:00	33,696円⑫
田口由明のカメラ修理入門	カメラ修理人 田口由明	第4水曜 14:00~17:00	12,312円 ③ 教材費 1,296円 ③
		17.00	37132 1,20011

英語

++	入 門	初	級	中	級		上	級
英語コース レベルの	1	2						
めやす			3	4			5	
教育課程	中学1年	中学2年	中学3年	高校	大学	□教養	&·専門	課程
英語検定	5級	4級	3級	準2級	2級	準1	級	1級
TOEIC				50	00	7	30	900

日曜日に英語をはじめよう!

№の日曜とっておきの英会話 大正大学教授 西蔭浩子

キメの台詞を身に付ければ、会話の糸 口を作ったり、話の輪にも楽しく加わることが出来ます。カリキュラムに沿って学びます。

★レベル2

第2·4日曜

NHKカルチ

す

빼

E

と

0

0

0

座

が

い

け

ま

す

婦週の

6

4

受講料

- (4~6月)
- 13:30~14:50 4/13から6回 20,736円

おつとめ帰りの時短! 英会話<中級>

世界の言葉と文化を学ぶ

『星の王子さま』を原書で味わう

■ 毎火曜10:30~11:50 ■ 4/1から11回(4~6月) ■ 38,016円

アルファベットの読み方 林波

も会話も楽しく学びます。ます。

講座名

会話のための準備クラスⅡ

■ 毎木曜12:00~13:20 ■ 4/3から13回(4~6月)

からはじめます。ドイツの ペテラン講師が、子音、母音、文化にも触れながら、文法 四声から丁寧に教えていき

英会話レベル3

w出版70周年

東京大学講師 鈴木順子

サン=テグジュペリ『星 の王子さま』をフランス

語で読みましょう。文法

を一通り終えた方向き。

44.928円

フランス語

フランス語会話

フランス語会話

〕夜



™日曜のんびり英会話

デビッド・パーマ-英語に自信がない、文法も単語も忘れ

てしまった…という方のための新ク ラス。日本語堪能なベテラン講師が優 しく指導します。

★レベル1

- 第1⋅3日曜 13:30~14:50 4/6から6回 (4~6月)



32,400円 ⑫ 教材費 129円

41,472円⑫

毎木曜 20:10~21:10

Newフランス語会話のための準備クラスI

■ 毎火曜12:00~13:20 ■ 4/8から11回(4~6月) ■ 38,016円

中央大学講師 佐野 剛

フランス語を初め

て学ぶ方が対象の

クラスです。一年で 仏検3級程度のレベ

初めてハン

ルを学ぶ人を 対象に基礎の

基礎から、読

み書き・発音

を指導いたし

ます。

レ	ベル別英会話				
	講座名		講師名	開催曜日時間	受講料・回数
	日本語OK! 一番やさしい英会記	i	ジョン・ラッセル	毎水曜 12:00~13:20	44,928円⑬
	初歩から日常英会話		鈴木由利子	毎月曜 15:00~16:20	41,472円⑫
ベレー		火	ジェフリー・スイガム	13:30~14:50	38,016円⑪
	英会話レベル1	水	ダグラス・ピッカート	10:30~11:50	41,472円⑫
		水	ジェフリー・スイガム	13:30~14:50	44,928円⑬
	今日から使える英会話		佐藤真智子	毎月曜 12:00~13:20	41,472円⑫
	Brush up English			第1·3木曜 13:30~14:50	41,472円⑫
	おつとめ帰りの時短! D 英会話<初級>		コリー・ブランク	毎木曜 19:00~20:00	32,400円 ⑫ 教材費 129円
J	コミュニケーション英会話		西蔭浩子	毎金曜 19:00~20:20	34,560円⑩
		火	ジェームス・チューディ	10:30~11:40	38,016円⑪
2		火	アナ・エブリニアディス	12:00~13:20	38.016HM
	英会話レベル2	火満	77 1250-7717	15:00~16:20	33,310
		木	ジェームス・チューディ	12:00~13:20	41,472円⑫
		金	ダグラス・ピッカート	10:30~11:50	41,472円⑩

コリー・ブランク

№ レベル1B クロード・エッテン

№ レベル2B クロード・エッテン

New レベル1A ピエール・フェリックス 毎木曜 13:30~14:5

■ 毎土曜10:30~11:50

■ 4/12から11回(4~6月) ■ 38,016円

月満 アナ・エブリニアディス 12:00~13:20

読んで楽しむ英語

New 絵本を英語で楽しむ ~『ピーターラビット』を読みながら~

ハーブ、イギリス文化研究家 北野佐久子



をご紹介しなが ら原文で読みます。 4/19、5/17、5/31、6/21(土)

№ やさしい英語で楽しむ読書会 中高年のための 青山学院女子短期大学講師 ジョナ・グリック ゆっくり・あんしん英会話

短い物語やエッセイな どをゆっくり読みま す。中学卒業程度の英 語力があれば 〇 K ! 英 語の読書を新しい趣味

にしてみませんか。 ★レベル2

41,472円_⑫ 教材費 129円^⑫

44,928円 ⑬

20.736円 ⑥

19,440円⑥

38,016円⑪

41,472円⑫

41.472円⑩

38,016円⑪

38,016円⑪

34,560円⑩

31,104円⑨

34,560円⑩

44,928円 ⑬

18:10~19:30

毎月曜 12:00~13:20

毎月曜 14:00~15:20

毎月曜 18:10~19:30

毎火曜 19:00~20:20

毎木曜 13:30~14:50

毎火曜 19:40~21:00

毎火曜 15:30~16:50

毎土曜 10:40~12:10

ジョバンニ・ピリアルブ 毎月曜 10:30~11:50

■ 毎金曜 13:30~14:50 ■ 4/4から13回(4~6月) ■ 44,928円 テキスト代別途

わかりやすい説明で中学1年のはじめからゆっく

文法&学校テキストでじっくり学ぼう

w ひさしぶりの英文法 🕟 ゼロからはじめる中学教科書 中1編 後藤英子

佐藤真智子 中学で学ぶ文法を効率的に復 り学習。★1年カリキュラム 習します。今期は文型・動詞・ ・形容詞・副 4/4から13回 (4~6月) 44,928円

■ 会員 15,120円 一般 17,712円

詞を予定。★1年カリキュ 第1⋅3月曜

10:00~11:45 4/7から12回 (4~9月) ■ 41,472円

英会話レベル5



ラム	№ やりなおし高校英文法	2014春開講
	基本文法と高校で学ぶ表現をおさえれば、会話の幅が広がりま	
	す。★1年半カリキュラム	ela s
411	■ 毎金曜 10:30~11:50	183
100	■ 4/4から13回(4~6月)	The second second
100	■ 44 928円	

■ 毎金曜 15:00~16:20

		月	ジム・ヘンダーソン	12:00~13:20	41,472円⑫
		月	デビッド・パーマー	12:00~13:20	41,472円⑫
レベル3		月	ジム・ヘンダーソン	13:30~14:50	41,472円⑫
	英会話レベル3	火	ジェーン・ワークマン/ マイケル・ワークマン	13:30~14:50	38,016円⑪
		火	ジェームス・チューディ	13:40~15:00	38,016円⑪
		火 🗾	ジョン・パストゥルカ	19:40~21:00	38,016円 ⑪ 教材費 108円
		木	デビッド・パーマー	12:00~13:20	44,928円⑬
		月	ジム・ヘンダーソン	10:30~11:50	41,472円⑫
		月	ジェーン・ワークマン	13:30~14:50	41,472円⑫
レベ		火	ジェームス・チューディ	12:00~13:20	38,016円⑪
ル	英会話レベル4	水	ジョン・ラッセル	13:30~14:50	44,928円 ₁₃ 教材費 280円
		木	ジェームス·チューディ	10:30~11:50	41,472円⑫
	-	金	ジェーン・ワークマン	13:30~14:50	44,928円⑬

水 ■	ジェームス・チューディ	18:10~19:30	41,472円⑫				
文法・学校テキストで学ぶ							
ゼロから学ぶ中学教科書 ~中3編~	後藤 英子	毎水曜 12:00~13:20	41,472円⑫				
やさしく楽しく英文法	ジェフリー・スイガム	毎火曜 12:00~13:20	38,016円⑪				
文化に親しむフランス語 (L2~3)	シャンタル 江草	毎月曜 10:30~11:50	41,472円⑫				

月 🄰 コリー・ブランク

映画で楽しむフランス語	クロード・エッテン	毎水曜 12:00~13:20
「ル・モンド」、「レクスプレス」を 読む レベル5	クロート・エッテン	毎水曜 10:30~11:50
フランス文学講読	林田 遼右	第1土曜 13:30~15:00
スブリームの発音特訓 フランス語でシャンソンを歌おう!	スブリーム	第4木曜 13:00~15:00

	00,01013				毎水曜	
6ヶ月で基本をマスター			レベル1A	ミヒャエル・ノイバー	13:30~14:50	44,928円 ⑬
New 初めてのイタリア語A New 初め	てのイタリア語ネイティブ		レベル1B	関 幸子	毎月曜 10:30~11:50	41,472円®
松油刀印	ニ・ピリアルブ イティブに学ぶ	ドイツ語会話	レベル2A	ミヒャエル・ノイバー	毎水曜 15:00~16:20	44,928円⑬
全く初めての方対象。最もかたのた	めの講座。 ゆっく 学びます。	ドイノ語云前	レベル2B	関 幸子	毎金曜 12:00~13:20	44,928円⑬
かりやすく解説します。 毎月曜	12:00~13:20 612回(4~6月)		レベル2C	ブリギッテ・ミヤ	毎木曜 10:30~11:50	44,928円⑬
4/15から9回(4~6月) 31.104円			レベル2D	渡辺 真理	毎土曜 10:30~11:50	38,016円⑪
New 初めてのドイツ語 New はじめてみましょう	、 New 初めてのハングル	ドイツのくらしから学	ぶことば	田島 加奈子	毎水曜 13:30~14:50	44,928円⑬
ブリギッテ・ミヤ 中国語	朴 三植	ドイツ語小説を読む(L3)	渡辺 真理	第2・4土曜	40,392円①

	トイツ語小説を読む(L3)		渡辺 具埋	12:00~13:20	40,392円①
	スペイン語				
	スペイン語会話	レベル2	ピラール・フェルナンデス	毎木曜 11:50~13:10	44,928円 ⑬
		レベル3	マルタ タナカ	毎金曜 10:30~11:50	38.016円 M
		レベル4		毎金曜 12:00~13:20	38,010
	New スペイン語で小説	を読む レベル4	ピラール・フェルナンデス	毎金曜 15:00~16:20	44,928円⑬
	イタリア語				

松浦弘明

サラ ファルキ

ティナ ビチーニ

チンツィア ミーナ

松浦弘明

白崎容子

38,010		■ 毎木曜 13:30~14:50		レベル4		
				から11回(4~6月)	New スペイン語で小説を読む レベル・	
					イタリア語	
		講師名	開催曜日時間	受講料・回数	B はじめてのイタリア語	
1=	ラスⅡ	鈴木順子	毎水曜 10:30~11:50	44,928円⑬	(C) C (の) C (の) C (の) C (の) C	
N	レベル1A	ピエール・フェリックス	毎木曜 13:30~14:50	44,928円⑬	イタリア語会話 レベル2	
	レベル1B	クロード・エッテン	毎木曜 15:00~16:20	44,928円⑬	ランクアップイタリア語会話 レベル2~3	
	レベル2A ミレイユ・ラッサムエラ		毎木曜 16:00~17:20	44,928円⑬	PARLIAMO ITALIANO! レベル2~3	
1.811.24 PT 11.7-11.47		毎金曜 13:30~14:50	44,928円⑬	イタリア語会話 レベル4		
		毎火曜 13:30~14:50	38,016円⑪	会話に必要なリスニング力を 鍛える		
	レベル3B	デレウゼ・ピエール	毎木曜 10:30~11:50	44,928円⑬	イタリア語で読む美術書	
	レベル3A	フィリップ・ブロッシェン	毎水曜 18:40~20:00	41,472円⑫	イタリア文学の短編を読む	
レベル3B		ピエール・フェリックス	毎水曜 18:10~19:30	44,928円⑬	中国語	
	レベル3C	フィリップ・ブロッシェン	毎木曜 19:30~20:50	44,928円⑬	中国語会話 レベル1	

自分のスタイルで選ぶ

前島武男

ゆっくりでいいから、とに かくたくさん話してみま しょう。基本的に授業は英 語で行い、楽しく会話しな がら文法の確認もします。

★レベル1

ビジネス英会話

'Step Up'

国際基督教大学講師

章力を伸ばします。

■ 毎土曜 10:20~11:50 ■ 4/5から12回

テキスト代別途

(4~6月)

度の方が対象

★レベル3

■ 毎月曜 10:30~11:50 ■ 4/7から12回 (4~6月) ■ 41,472円

マイケル・クラインドル

進めるための表現力、実践的な文

★TOEICスコア 500~ 600点程

98







■ 毎木曜 15:10~16:30 ■ 4/3から12回 (4~6月) ■ 41,472円 こんなに通じる! 旅行英会話

市川芳子

旅先でのコミュニケーションをもっと楽しむ ためのフレーズを初歩から習得していきます。 ★レベル1 ■ 毎月曜 10:30~11:50 欧米文化を理解して、円滑に話を

■ 4/7から12回(4~6月) ■ 41,472円

もう日本語に訳さない!

~たった80単語でできるイメージ英会話~

児童英語研究所代表 船津 洋

指導件数6万件の幼児英語の専門家が、その理 論をベースにした大人の英語学習法を伝授。

■ 第2·4土曜 10:30~12:00

■ 4/26から5回 (4~6月) ■ 17,280円 1日トライアル 4/12(土) ■ 会員 3,240円 一般 3,880円

	云真 3,240円 一板 3,880円						
やりなおし高校英文 2013春開講	法	後藤 英子	毎金曜 12:00~13:20	44.928円®			
高校英語 実践編		按膝 央丁	毎金曜 13:30~14:50	44,928円®			
文学・映画・	文学・映画・ニュースで学ぶ						
名作を声に出して読む(レベル3)		大西 幸子	毎水曜 13:30~14:50	44,928円⑬			
News Talk (レベル	4) 🗾	マーチン・ネビット	毎火曜 19:40~21:00	38,016円 (1) 教材費 108円 (1)			
レベル4			毎水曜 12:00~13:20	41,472円⑫ 教材費 129円⑫			
		エリック・ケルソー	毎月曜 13:30~14:50	41,472円 _⑫ 教材費 64円 ^⑫			
Issues in the nev	vs レベル5		毎水曜 13:30~14:50	41,472円 _⑫ 教材費 64円 ^⑫			
レヘル5		ジェームス・チューディ	毎木曜 13:40~15:00	41,472円 _⑫ 教材費 308円			
		サチコ・ハマカワ	毎土曜 12:00~13:20	41,472円 _⑫ 教材費 308円			
Reading and Discussion (レベル5)		ジェーン・ワークマン/ マイケル・ワークマン	毎火曜 12:00~13:20	38,016円⑪			
TIMEを読む (レベル5)		アンドリュー・ホーマー ほか	毎土曜 13:30~15:30	会員 45,360円 ⑫			
目的に合わせて学ぶ							
旅とくらしの英会話(レベル2)		後藤 英子	毎水曜 10:30~11:50	41,472円⑫			
TV[コーパス100!]で英会話 (レベル2)			毎金曜 15:00~16:20				
Idiom & Conversation	Basic(レベル2)	ジェフリー・スイガム	毎金曜 12:00~13:20	41,472円⑫			
	Intermediate (レベル3)		毎金曜 13:30~14:50				

	(レベル3)		13:30~14:50		
	レベル2A	虞 織安	毎月曜 13:30~14:50	41,472円⑫	
中国語会話	レベル2B	秦敏	毎水曜 12:00~13:20	44,928円 ⑬	
	レベル2C	徐蔓	毎木曜 10:30~11:50	41,472円⑫	
漢語口語 リーディング&スピーキング	レベル2		毎金曜 10:30~11:50	38,016円⑪	
話すための中国語	レベル2~3		毎土曜 12:00~13:20		
中国語青山遊学 くらしと文化を学ぼう!	レベル2~3	林 波	毎土曜 13:30~14:50		
い力&口語 リスニング&スピーキング ロスニング ロステ ロスニング ロスニング ロスープ ロスープ	レベル2~3		毎土曜 16:40~18:00		
まるごと中国語	レベル4		毎土曜 15:10~16:30		
ハングル語					
	レベル1A	Ұ ≛種	毎火曜 12:10~13:30	34,560円⑩	
	レベル1B	往着差	毎木曜 19:40~21:00	44,928円 ⑬	
	レベル2A	料 ╧ 種	毎木曜 15:00~16:20	38,016円⑪	
	レベル2B	釜 裕鴻	毎木曜 12:00~13:20	44,928円 ⑬	
ハングル	レベル3A	Ұ ≝植	毎火曜 15:00~16:20	34,560円⑩	
112210	レベル3B	釜 裕鴻	毎木曜 15:00~16:20	44,928円 ⑬	
	レベル3C	ᢥ ≛植	毎木曜 18:10~19:30	38,016円⑪	
	レベル4A	安 埌姫	毎月曜 19:40~21:00	41,472円⑫	
	レベル4B	术 <u>≐</u> 植	毎木曜 19:40~21:00	38,016円⑪	
	レベル5		毎火曜 18:10~19:30	34,560円⑩	
ハングル演習上級(L	6)	李 恩周	毎土曜 15:00~17:00	46,656円⑫	
その他 ロシア語 中級 ラテン語原書講読 インドネシア語					
		タマーラ 原	毎水曜 15:00~16:20	41,472円⑩	
		逸身喜一郎	毎土曜 15:00~16:20	30,240円®	
		アイ・クスハヤティー	毎月曜 18:45~20:05	45,360円⑩	
アラビア語初級		ブリ・モハメッド	毎土曜 10:30~11:50	45,360円⑫	

わくわくさんとつくつ 休みスペシャル 元NHKEテレ「つくってあそぼ」わくわくさん 久保田雅人 春風に回るかざぐるまを作りましょう。 3/25(火) A 10:00~10:45 B 11:15~12:00-満席 C 13:00~13:45 D 14:15~15:00 ■ 各回 会員親子 2,625円 一般親子 3,255円 ※対象:3歳以上

毎週の講座は原則3ヶ月分 (4~6月)

7

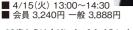
短期•1日講座

イギリス流おとな旅で見つける 暮らしと手什事

作家井形慶子

日英を行き来し30年。目的 を持った"おとな旅"で得たもの、そこで出会った人々 の暮らしなどをご紹介。

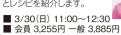
■ 4/15(火) 13:00~14:30



40歳からは太りにくい&むくみにくい食べ方! 『塩分&糖質控えめ』の毎日ごはん

料理家 リコズキッチン主宰 山脇りこ

ずっときれい&健康でいるた めに、簡単でおいしい毎日の ごはんの食べ方、続けるコツ とレシピを紹介します。



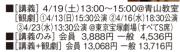
テキスト代 1,260円

100倍楽しむ! タカラヅカ ―ダンスの魅力を徹底研究-

[講師] 演劇ジャーナリスト 中本千品 [ゲスト]バレエ雑誌「クララ」「クロワゼ」編集長 阿部さや子

創立100周年を迎える宝塚歌劇 団。バレエ雑誌編集長をゲストに むかえ、そのダンスの魅力と花組公演の見どころを解説します。

宝塚歌劇花組公演『ラスト・タイクーン』ーハリウッドの帝 王、不滅の愛ー ・スコット・フィツジェラルド作「ラスト・タイクーン」より ②宝塚歌劇団、右:蘭寿とむ、左:蘭乃はな



ファッションチェック付き 大人のアクセサリーバイブル

スタイリスト 石田純子 ほんの少しのきれいにつながる

ルールを学ぶ。 ■ 3/16(日) 13:30~15:30 ■ 会員 5,565円 一般 6,195円



神崎恵の1Dayビューティレッスン リヤドロの美 ビューティブラッシュアップ 神崎 恵

毎日いちばんかわいい 自分になるビューティレッスン

4/20(日) 10:30~12:00 ■ 会員3.240円 一般3,888円 20名限定!うるうるの肌と かわいい顔を手に入れる

メイクレッスン

■ 4/20(日)14:00~16:00 ■ 会員 9,000円 一般 10,000円

ソース&ドレッシングで作る 春のおもてなしレシピ 保存とアレンジ

管理栄養士 カフェ「千乃壺」オーナー 滝澤ちか子 しておけば何通りに

も使えます。作り方 とアレンジ法を実演 と試食で学びます。

■ 5/30(金) 13:30~15:30

■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 2,160円

渡辺佳子の 1分間リンパマッサージ

経絡リンパマッサージ協会 理事長 渡辺佳子 ほか

今日から「小顔」に!! 7つの即効テクニック 小顔に変われば毎日が楽しく 今よりもっと輝ける!!

■ 3/20(木) 13:00~14:30 ■ 会員 3.150円 -般 3,780円

誰でもできる簡単脚やせ&ツボ 🗾 講演&実技の2部構成でご紹介するセルフケア 講座です。

■ 4/23(水) 19:00~20:30 ■ 会員 3,240円 一般 3.888円

ぐっすり眠れる魔法の枕 ~肩こり、腰痛、頭痛、不眠に効く~ 16号整形外科院長 山田朱織枕研究所代表 **山田朱織**

体形に合った作り方を教えます。 DVDプレゼント付き! ■ 5/10(土) 10:30~12:00 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円



橋爪伸太郎

LIADRÓ 誕生から変わらぬブラン ド哲学とこだわり、歴史か ら未来へ向けたアーティ ストたちの挑戦を解説。 ※お土産付

■ 5/30(金) 16:00~17:30

講座後、銀座ブティック・パーティーへ ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 へご案内18:00~

料理研究家 平野由希子

季節の果物をブランデーで漬 け込む果実酒フルーツプラン デー。デモンストレーションと 実習、試食を楽しみます。

1日でできる果実酒

■ 6/28(±) 16:30~18:00 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 864円 ■ 4/30、5/14、6/25(水) 10:30~12:00 協力:サントリー酒類株式会社・和歌山県観光連盟

大城智之のネイルアートセミナ・ スプラッシュアート編 -ティスト/デザイナー 大城智之 ラグジュアリーなデザイン を1日でマスター。

5/14(水)13:30~15:00 ■ 会員 6,480円 一般 7,128円(教材費含む)

忙しくても!ちょっと素敵なまとめ髪A・B NPO法人マザーズホームケア代表 稲垣俊彦 ほか

ちます。※髪の長さは1つに結べればOK ■ A 4/11(金) B 4/26(土)13:00~14:30 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 2,700円

英国物語 ティーパーティ付 イギリスアンティーク雑貨研究家 小関由美

ちょっとしたお出掛けシーンに役立

アンティークやお茶、現地最新情報。

■ 4/18、6/20(金)10:30~12:00 5/16(金) 14:00~16:00 シャングリ・ラ ホテル東京

■ 会員 8,424円 一般 10,044円 教材費 7,700円

はじめての小笠原流礼法

人が互に恭敬、敬愛の心を持つ。歩

き方、座り方から始まり日常生活の

上で役立つ礼法の数々を学びます。

短歌で人生の記録を残したり、自

分の心を表現してみませんか。指導経験豊富な講師が、その面白さ

■ 第2:4月曜 19:00~20:30

■ 4/14から11回 (4~9月) ■ 35,640円

New 短歌基礎レッスン

と作る楽しさをお教えします。

■ 第2水曜 18:30~20:30 ■ 4/9から6回 (4~9月)

■ 19,440円 教材費 129円

神田川船の会 林 福松 ほか

今の東京と江戸の名残りを楽

神田川船めぐり

しめます。

「心の花」選者 谷岡亜紀

弓馬術礼法小笠原流31世宗家 小笠原清忠

弓馬術礼法小笠原流31世宗家夫人 **小笠原純子**

鏡リュウジの占星術入門 💟 内なる星座入門

占星術研究家 鏡リュウジ

人気の「星占い」。でも 仕組みをご存じの方は 多くないかもしれませ ん。占星術の基本的か ら星の世界をもう一歩 深く知るきっかけに。



■ 4/7(月) 19:00~20:30 ■ 会員 3,348円 一般 3,996円

ベッドティーから始まる 自家製フルーツブランデーを楽しむ 豊かなイギリス生活

紅茶教室主宰 吉田直子 本場の紅茶と手作りのお 菓子を楽しみながら、現在 も受け継がれているお茶 の習慣を紹介します。

①朝の紅茶 ②午後の紅茶 ③お茶会のおもてなしの心

■ 会員 9,720円 一般 11,664円 教材費 2,268円

かわいい季節の和菓子づくり

お菓子ユニット ユイミコ 若手の2人組お菓子ユニット ユイミコと一緒に、手軽に楽し <和菓子の色づけや形づけな どを体験します!

■ 4/26、5/31、6/28(土) 10:00~12:00 ■ 会員 9,720円 一般 11,664円 教材費 1,944円

日本茶ソムリエが教える 本当においしい日本茶の淹れ方

日本茶ソムリエ 和多田喜 基本と合わせて新茶ならではの 淹れ方を紹介します。*お菓子付

■ 5/8(木) 10:30~12:00 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 864円

1日集中!社会人のためのディベート入門 ディベートトレーナー・日本ディベート協会副会長 瀬能和彦 論理的思考力や、プレゼン

能力を磨きたい方に。理論と 実践を丁寧に指導します。 ■ 3/23、4/6(日) 10:00~17:00

■ 3/23 会員 9,450円 一般 10,080円 4/6 会員 9,720円 一般 10,368円

大矢鞆音氏対談シリーズ 「画家たちの夏~わが創作人生を語る~」

当代きっての画家たちが本音で語る新シリーズ。



■ 土曜 14:00~15:30 ■ 3回 会員 9.720円 一般 11.016円 ※1回受講可

山種美術館を訪ねて山種美術館 館長山﨑妙子

『富士と桜と春の花』展を貸切で、館長の詳し)解説と特製和菓子とともにお楽しみ下さい。

■ 4/21(月) 13:00~15:30 ■ 会員 3,780円 一般 4,428円 ※入館料・お茶菓子代含む

宗達vs光琳「風神雷神図」〜徹底比較を愉しむ〜

実践女子大学教授 仲町啓子 この春同時期に公開される つの風神雷神図屛風。制 作の背景と造形を比較し 宗達と光琳の絵師としての 生き方について考えます。

■ 4/4(金)13:30~15:00 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円



展示期間:全期間 《国宝 風神雷神図屛風》 俵屋宗達筆 江戸時代·17世紀 京都·建仁寺蔵 特別展『栄西と建仁寺』東京国立博物館 2014年3月25日(火)~2014年5月18日(日

最新デジタル画像でルネサンス美術再発見! ボッティチェッリ《春》

多摩美術大学教授 松浦弘明 実物と見まがう画像を大型スクリー に映し、作品の特色をわかりやす く解説。拡大表示で驚きの発見も。

[会場] Disp:7/タルミュージアム (横浜)
■ 3/14(金) 11:00~12:30 ■ 会員 3,150円 一般 3,780円 協力・株式会社日立製作所

建築写真家が語る クラシックホテル鑑賞のツボ 建築写真家 増田彰久

文化財的価値が注目されるクラシックホテ ル。戦前の建物をこよなく愛す写真家がそ の魅力を解説します。



■ 4/17(木)13:00~14:30 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円

サッカー世界紀行

美しいキモノ

雑誌『美しいキモノ』でおなじみの先生に直接会える、毎回好評の講座です。 紐3本で着崩れしない着つけ 型染の歴史

着付け師 きものスタイリスト 奥泉智恵 紐3本を賢く使い分ける で、着崩れしない着 姿を実現するコツを実演 とレクチャーで教わりま

す。 〈対象〉一人で着物を着られる方 ■ 3/25(火) 15:30~17:30 ■ 会員 3.150円 一般 3.780円 共立女子大学教授 長崎 巌 「美しいキモノ」春号 でも大特集された日

ハースト婦人画報社共催

本古来の染織技法 「型染」について、わ かりやすく解説。

初夏のきものの おしゃれポイント

染織研究家 木村 孝 春から夏にかけては更衣 の季節。暦と現実生活に合 わせたきもの選びのコツを 実例とともに学びます。

■ 4/21(月) 10:30~12:00 ■ 5/29(木)13:00~14:30 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円

NHK出版お手入れの「本当」美肌本 ~廣森知恵子の大人の美肌レッスン

ハーバービューティブロデューサー 廣森知恵子 肌の基礎知識から美肌習慣、スキンケアま で年齢肌に負けない秘訣を伝授。美肌本 化粧品のお土産付。

スキンケア編 ■ 4/9(7k) 13:00~14:30 ■ 会員 2,700円 一般 3,240円

メイクアップ編 ■ 4/16(水) 13:00~14:30

■ 4/16(水) 13:00~14:30 ■ 会員 2,700円 一般 3,240円 協力:株式会社ハーバー研究所

中高年のための 楽しいスマートフォン教室 携帯電話アドバイザー

お持ちでない方に、操 作の基本をお教えしま

す。防災に役立つ情報 も満載(機種貸出)。 ■ A 5/19(月) B 5/27(火)

#に 13:30~17:30

~W杯をより楽しむために 写真家・ノンフィクションライター 宇都宮徹壱

2014年はW杯 とは違ったW杯 を楽しむヒントを 伝授します。

ワイングラスでたのしむ

日本酒と美味しいおつまみ

(独)酒類総合研究所認定 加藤篤士 清酒専門評価者

各蔵元のパラエティに富んだ銘柄の

酒をワイングラスで楽しみます。全国 の蔵元オススメの和・洋のつまみも。



-8

■ 5/14(水) 19:00~20:30 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円

19時以降のおすすめ請

┉おつとめ帰りの落語指南! ^{落語家}三遊亭圓窓 自分で演じてこそ、落語の醍醐味が わかる!初心者向けに基本から指導

ます。※最終回に発表会実施。

■ 第1.3金曜 19:00~21:00 ■ 4/4から6回(4~6月)■ 19,440円 写真撮影: 村手久枝 ■ 16,740円 おつとめ帰りの時短!英会話 コリー・ブランク

会社帰りでも気軽に通える、1コマ1時 間・少人数のグループレッスン。日常の 出来事を中心に、楽しく会話カアップ!

■ 毎木曜<初級>19:00~20:00 <中級>20:10~21:10

■ 4/3から12回(4~6月) ■ 32,400円 教材費 129円

~ボイストレー ニングから表現まで~ 期会会員 金子美香 現役オペラ歌手である講師と一緒 こ、無理なく声を出して気持ちよく 歌いませんか。

№ 大人から始める声楽レッスン

■ 第1・3火曜 19:00~20 ■ 4/15から5回 (4~6月) 20:30 № やさしい手話<基礎・1年コース>

元NHK手話キャスター 谷田道子 手話を最初から学ぶ方のクラス です。基礎からはじめて、日常会

話を楽しく学びます。



■ 第1·3火曜 19:00~20:45 ■ 4/1から12回 (4~9月) ■ 38,880円 教材費 259円 テキスト代1,500円程度

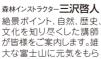
高砂部屋朝稽古見学と ちゃんこを食べる 元 一ノ矢・ 高砂部屋マネージャ 松田哲博

ど迫力稽古と特製ちゃ んこをお楽しみに! ■ 4/5(土) 8:45~11:30 ■ 会員 7,992円 一般 8,640円

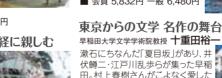
北鎌倉・東慶寺にて写経に親しむ 東慶寺住職 井上陽司

春のひととき、東慶寺に 自分と向き合い写経と精進 料理を体験してみませんか

■ 4/11(金) 10:30~14:30 ■ 会員 8,640円 一般 9,288円



(1手) よう 1※パス利田 ■ 第4水曜 7:30~17:00 ■ 4/23から6回 (4~9月) 62,972円 ★歩く距離:平坦な道が多く、3m程度 4/10から5 [旅行企画・実施]株式会社日放ツーリスト(観光庁長官登録旅行業第665号) 17,820円



■ 5/28 (水) 13:00~15:00 会場 協力 ■ 会員 3,240円 一般 3,888円 早稲田大学坪内博士記念演劇博物館

健康ウオーキング 世界遺産・富士山絶景ウォーキング 里山・町中の文化と歴史をたずねる

> 神田靖男 名所旧跡等を楽しく学習しな がら歩き、健康に『歩き方』が大

■ 4/10から5回(4~9月)



一般 3,456円

①お灸って何?②肌のきめを整えよう ③むくみが気になるお灸女子さんへ

■ 4/24.5/22.6/26(木) 19:00~21:00 ■ 会員 9,720円 一般 11,664円 教材費 2,160円 【協力】せんねん灸

■ 第2・4木曜 19:15~20:45

-ズラン ~身体作りから走力アップまで~ Harriers代表 英国陸上競技連盟公認コーチ 安喰太郎 毎回テーマを変えて、走り方、ランコ ング、筋トレ、大切なポイントを解説 実践。

季節の花々とふれ合う

■ 第3金曜 19:00~20:30 ■ 4/18か66回 (4~9月) ■ 19,440円 教材費11,664円(6回分) 生花のレイメイキング ~季節の花で愉しむWILLスタイル~

UMAHANA 大谷幸生



時間をお楽しみ下さい。 ■ 5/13(火) 19:00~21:00

現地講座

各県観光協会 ほか

ニッポン縦断! ご当地ショップ見て歩き

ニッポン列島縦断の旅へようこそ! 毎月1県アンテナショップで伝統と魅力いっぱいの文化を学びます。 食べ歩きもお楽しみに。 【参加県】沖縄·鹿児島·広島·

三重·福井·宮城

■ 第4木曜 13:30~16:00 ■ 4/24から6回 (4~9月) ■ 19,440円



協力:トルコ大使館文化部

日本最大級のモスク、東京ジャ ミイ。オスマントルコの伝統装飾や イスラム礼拝の見学とティータイ ムをお楽しみ下さい。

■ 4/26(±) 13:30~16:00 ■ 会員 3.240円 一般 3.888円



NHKカルチャー 青山

※24時間受付中 クレジットカード支払

H/9:30~16:00

お申し込みの手順

TEL.03-3475-1151 ※予約後2週間以内支払手続き 窓口・振込(郵便局・コンビニ) (受付時間)月~金/9:30~20:00 土/9:30~17:30

東京外口 半蔵門線・銀座線 「青山一丁目駅」 直結の好アクセス!



東京メトロ 半蔵門線・銀座線/都営大江戸線「青山一丁目駅」下車 南青山方面改札を出て新青山ビル西館地下1階よりエレベータ

せんねん灸 鍼灸師 岸本和可子 女性の身体に合った使い方や目的 別ツボの探し方を伝授。



A SECURE PROPERTY IN ■ 5/17(土) 13:00~16:30 長尾万里子 ■ 会員 5,832円 一般 6,480円 山梨が誇る皇室御 用達ワイン、"シャ 東京からの文学 名作の舞台への誘い 早稲田大学文学学術院教授 十重田裕-

・江戸川乱歩らが集った早稲 田。村上春樹さんがこよなく愛した 博物館が会場です。館長・学芸員に よる展示解説付。

-キング協会主任指導員

切な事を体感しましょう。 ■ 第2木曜 13:00~16:00

■ 4/10から12回(4~9月) ■ 32.400円 皇室御用達ワイン飲み比べと 京野菜マイスターシェフと

スペシャルフレンチランチ マンジェ・エ・ボワールNAGAO ワインソムリエ



【会場】マンジェエポワール NAGA((銀座一丁目駅より徒歩2分) 『伝統江戸前すし』と 旨いすしの食べ方・作法

築地「鮨江戸時代」店長 宮下幸大

■ 4/15(火) 12:00~14:00 ■ 会員 7,560円 一般 8,208円

元すしの雑誌編集長 小糸則夫 今では貴重となっ 伝統江戸前すしを 堪能しながら、すし の注文の仕方や食 ヾ方までを教えます。

■ 5/17(土) 10:00~13:00 ■ 会員 9,288円 一般 9,936円 【会場】築地「鮨 江戸時代」(築地駅より徒歩5分)

■ 会員 3,240円 一般 3,888円 教材費 4.320円 春の京野菜をつかった フレンチランチを楽しむ

グランドプリンスホテル高輪 フランス料理「ル・トリアノン」シェフ **高垣吉正** 京たけのこなど春の京 野菜を使った料理をい ただきながら、京野菜 の魅力を学びます シェフの実演を交えて 作り方のレクチャーも。

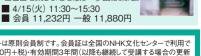
■ 4/22(火) 13:00~15:00 ■ 会員 7,300円 一般 7,900円 ※受講料にランチ代とワイン1グラス分を含みます。 【会場】グランドプリンスホテル高輪1F (品川駅より徒歩5分)※品川駅よりシ

千駄木散歩と旧安田邸鑑賞 ~古民家の一軒家で和風懐石~ 紀行エッセイスト 金沢正脩

春の谷根千エリア散策と日本料理「吉里」で舌鼓。 ■ 4/9(水) 10:30~14:30 般 4,104円 食事代 3,100円 ▋ 会員 3,456₽ ※ドリンク代別料金

東京グルメ散歩〜築地市場・老舗料亭『田村』〜

元NHKアナウンサー木村和美 "日と舌を楽しませる散歩"今回は築地。 ■ 4/15(火) 11:30~15:30



<入会と受講のご案内(会員規約抜粋)>●NHK文化センターは原則会員制です。会員証は全国のNHK文化センターで利用できます。入会金5,000円+税(70歳以上の方は無料、学生1,500円+税)・有効期間3年間(以降も継続して受講する場合の更新 料は無料)●短期講座など一般料金の設定のある講座は入会せずに受講できます。●受講料は所定の期間分を前納してくださ 料は無料・●規則順座なC一般科室の設定のある調座は入気です。●受調でさます。●受調料は所定の期间がを削削していた。
い、期の途中から受講される場合は、要別の回数相当分の受講料なお支払下さい。●テオスト代や教費等、別途必要になることがあります。●講座は見学(20分・無料)と体験(有料)ができます。(除外講座あり) ●講師の都合などで日程、時間を変更することがあります。●受講者が極端に少ない場合、講師かやむを得ない事情等により、講座を延期または中止することがあります。●受講を解約される場合は、受講料から手数料(200円・税)と、解約時期によって所定のキャンセル料(受制の10%もしくは20%)を差し引いて払い戻しいたします。入会金は原則払い戻しいたしません。教材費は払い戻しできないことがあります。●料金のお支払は、現

金、デビットカード、クレジットカード、振込(コンビニ・郵便/要手数料)、ホームページでのクレジット支払がご利用いただけます。 <個人情報保護について>NHK文化センターは、お客様の個人情報の機密保持に万全を期しています。お客様の個人情報は、講座に関する連絡 や、NHK文化センターからのお知らせに使わせていただくほか、お客様のサービス向上を図る目的で利用させていただきますが、ご本人の同意なしに第三 者に開示提示したり、提供したりすることはありません。