

1day レッスン

入会金不要 会員料金の表示がない場合は、統一料金です。

小説・映画「国宝」で描かれた歌舞伎の世界

早稲田大学演劇博物館招聘研究員 歌舞伎研究家 鈴木 英一



※画像はイメージです

映画「国宝」のヒットで注目された歌舞伎を、「家」「血」「藝」「美」などの視点から分析します。

※12/27 (土) 13:00 ~ 14:30 4,400円 (会員3,850円) 維持費385円 資料コピー代別

ジャパネスクナビゲーター 三宅 あみ

町の頼れるヒーロー！町火消し

1月になると各地で開催される梯子乗りや縄振りの披露。江戸時代に活躍した町火消について解説します。

※12/21 (日) 14:00 ~ 15:30 3,740円 維持費385円

時代によって変化した桃の節句

桃の節句がどのようにして始まり、どのようにして浸透していったのか、あらためて学んでみましょう。

※2/22 (日) 14:00 ~ 15:30 3,740円 維持費385円

アニメ映画から考える女性のキャリア

清泉女子大学教授 安齋 徹
アニメ映画は人生のヒントに溢れています。人生100年時代のキャリアについて楽しく学びましょう。

※2/23 (月) 10:30 ~ 12:00 3,850円 維持費385円

指揮者が語るオーケストラの魅力

指揮者 佐藤 俊太郎
ベートーヴェンの交響曲を指揮することは指揮者にとって大変に「しんどい」ことです。なぜ「しんどい」のか？オーケストラの魅力とともにお話しします。

※2/7 (土) 15:00 ~ 17:00 4,510円 (会員3,960円) 維持費385円

フラワークセサリースタンド

アトリエRose成城主宰 フラワーデザイナー 阿部 久美子

繊細でかわいい布花パーツで実用的なアクセサリースタンドを作ります。高さ27センチ、幅5 ~ 12センチ。

※1/20 (火) 13:00 ~ 15:00 4,345円 (会員3,795円) 維持費385円 教材費4,200円

50歳からのベリー美クス

日本フィットネス協会認定インストラクター GFI Rusie

お腹を出さなくてもできる、ベリーダンスのメソッドを取り入れたエクササイズです。

※12/17 (火) 10:30 ~ 12:00 4,070円 (会員3,520円) 維持費385円

オーストリア皇太子ルドルフの知られざる生涯

清泉女子大学 総合文化学部 総合文化学科教授 大井 知範
死神に愛されたオーストリア皇太子ルドルフ。その波乱万丈の人生に迫ります。

※3/14 (土) 13:30 ~ 15:00 4,400円 (会員3,850円) 維持費385円 教材費165円

『声』は健康の源

～声からはじまる健康習慣～

健康コンサルタント・丸の内接骨院ブルー館院長 高野 良介

「発声」と健康の深い関わりを楽しく解説します。正しい発声でより良い健康生活を！

※2/8 (日) 10:30 ~ 12:00 4,180円 (会員3,630円) 維持費385円

クリスマスローズを楽しむ (苗付き)

園芸家 野々口 稔

たくさん花を咲かせるために冬から春にかけてやるべきことを学びます。

※1/26 (月) 10:30 ~ 12:30 3,960円 (会員3,410円) 維持費385円 教材費3,000円

バラの育て方と楽しみ方 (冬編) ～ミニバラの鉢植えもしよう～

ありがとうバラ園芸代表 馬場 智

ガーデニングでのバラの育て方をミニバラの鉢植えを作りながら植え付けと冬作業をお伝えします。

※2/8 (日) 13:00 ~ 15:30 3,960円 (会員3,410円) 維持費385円 教材費2,200円

オリジナル印を作ろう

読売書法会幹事 大江 碩水

好きな文字を刻んでオリジナル印を作りましょう。

※1/5 (月) 13:00 ~ 15:00 3,960円 維持費385円 教材費1,000円

小泉八雲「雪女」を聴く、読む！

俳優 日本朗読協会協定認定プロフェッサー 葉野 ミツル

小泉八雲「雪女」を講師の朗読でお楽しみ頂いた後、皆さんで読むワークショップです。

※1/29 (木) 13:00 ~ 14:30 3,850円 維持費385円

pfiAles (ピフィラティス) 骨盤底筋エクササイズ

pfiAles認定インストラクター Juri

米国の婦人泌尿器科医によって開発された骨盤底筋エクササイズです。骨盤底筋群を鍛えながら姿勢改善やぽっこりお腹の改善、尿もれや頻尿等にも効果的といわれています。

※1/21 (水) 10:30 ~ 11:30 4,180円 (会員3,630円) 維持費385円

丹田腹式呼吸法

丹田腹式呼吸法講師 整体師 安田 倫子

加齢とともに手足が動きにくい、腰、股関節の痛み等お悩みの根本原因に迫り、改善するための体験をお教えします。

※3/12 (木) 15:20 ~ 16:50 3,410円 維持費385円

透明水彩でパンを描く

水彩画家 守田 篤博

今注目の透明水彩で、身近なパンを描いてみましょう。透き通った色合いが魅力的、きっとおもしろいパンが描けます。初めての方も経験者の方も大歓迎です。

※1/29 (木) 10:15 ~ 12:15 4,400円 (会員3,850円) 維持費385円 教材費330円

大人の甘さのチョコレートパン

pique-nique主宰 料理家 くしもと ちあき

チョコを巻き込んで作るパンを講師のデモンストレーションで紹介し、試食をします。教室では各自生地を作り、ご自宅で焼き立てをお楽しみください。

※1/17 (土) 11:00開演 4,180円 (会員3,630円) 維持費385円 教材費2,200円

香港の焼売を作ろう

点心教室まいふあんインストラクター 寿寿

香港飲茶で有名な黄色い皮の焼売を作ります。きれいにヒダを作りながら、餡を包むコツをお教えします。

※1/11 (日) 10:40 ~ 13:30 4,180円 (会員3,630円) 維持費495円 教材費2,200円

羊毛フェルトで作る手のひらサイズのうさぎ

羊毛フェルト作家 なら まき

ふわふわの柔らかな羊毛を専用の針で刺し、かわいいうさぎの手のひらサイズのうさぎを作ります。世界に一つの手作りの作品を飾って楽しみませんか。

※2/14 (土) 10:15 ~ 12:15 3,630円 維持費385円 教材費1,500円

フラックスシード (亜麻仁) で作る化粧品

AEA認定アロマセラピスト 青木 恵里子

食べるだけではなくたない。スーパーフード亜麻仁 (あまこ) を使って乳液とスタイリングジェルを作ります。

※3/30 (月) 13:30 ~ 15:30 3,740円 維持費385円 教材費1,700円

ひょうたん型のお正月飾り

アトリエRose成城主 フラワーデザイナー 阿部 久美子

アーティフィシャルフラワーや木の実を材料にひょうたん型のお正月飾りを作ります。高さ43センチ、幅15 ~ 20センチ。

※12/16 (火) 13:00 ~ 15:00 4,345円 (会員3,795円) 維持費385円 教材費2,900円

初めてでもキチンと出来る！ハンドメイドバッグ

「紀屋」バッグ作家 さくら のりこ

和モダンなカジュアルにもフォーマルにも使える世界に一つのトートバッグを作ってみませんか。初めての方でもキット製作でスムーズにバッグ作りのコツを学べます。持ち運びでオンラインワンも！

※1/30 (金) 2/6 (金) 3/6 (金) 10:30 ~ 14:45 各3,850円 維持費385円 教材費5,720円 (キット) 3,520円 (自持持込)

プロ写真家に学ぶ写真レタッチ入門

写真家、日本写真家協会会員 塚原 富幸

Adobe Lightroom Classic (Photoshopも可) を使って、写真の色の基礎と画像の調整を学び、全2回で作品に仕上げます。レタッチ初心者向けです。

※1/20 (火) 2/3 (火) 13:00 ~ 15:00 2回分9,020円 維持費770円

美術史・科学史研究家 松本 佳子

絵画で読み解くヨーロッパ王家の歴史「イングランド女王エリザベス1世」

壮大な歴史のドラマに彩られたイングランド女王エリザベス1世の生涯を、たくさんの絵画を用いて解説します。世界史上の事件や時代背景、肖像画の秘密や描かれた宝石にまつわるエピソードにも触れます。

※3/28 (土) 13:00 ~ 14:30 4,400円 (会員3,850円) 維持費385円

絵画で読み解く科学の歴史ルノワール編

ルノワールの名作「ムーランド・ドラ・ギャレット」をテーマに、風車と照明の歴史を紐解きます。18世紀後半から始まった産業革命の結果、人々の暮らしが劇的に華やかに変化していった様子を、たくさんの絵画を用いて解説します。

※3/29 (日) 13:00 ~ 14:30 3,850円 維持費220円

天使の灯火 オルモルのバレンタインデコレーション

ハルルナナ オルモルプロデューサー 山浦 よう子

オルモルとは金色の金属に金メッキ加工を施した装飾のこと。樹脂で作った、クラシックなオルモルパーツを使い、ロマンティックにLEDキャンドルをデコレーションします。

※2/1 (日) 14:00 ~ 16:00 4,180円 (会員3,630円) 維持費385円 教材費2,800円

テーマパークダンスを踊ろう

ダンサー 山下美空

テーマパークで流れている曲で、ショーやパレードのダンスを踊ります。楽しい時間をみなさんで共有しましょう！

※2/23 (月) 13:00 ~ 14:00 (小学生) 3,520円 維持費352円 14:10 ~ 15:30 (大人) 3,740円 維持費385円

「主よ、人の望みの喜びよ」を歌いましょう！

日本オペラ協会会員 声楽家 (ソプラノ) 小林 悦子

この作品はJ.S.バッハの名曲として様々なシーンで演奏され、広く感動を与えています。美しい響き合う音楽の素晴らしさを体感し、心をこめて歌い上げましょう！

※2/8 (日) 13:00 ~ 14:30 4,290円 (会員3,740円) 維持費385円 教材費別コピー代

カウンセリング体験 (個人・40分)

日本カウセリング研究会本部講師 青木 涼子・小林 栄子・山崎 香織

専門のカウンセラーが心に寄り添い、丁寧に話を伺います。

※2/8 (日) 10:30 ~ 16:10 3,080円 維持費 385円

真珠屋さんに習う手作りパールネックレス

KOBE PEARL COLLECTION 代表 所神根 孝二

真珠の街「神戸」で用意した様々な色のパール・天然石でお好みのアクセサリを作ります。

※1/29 (木) 3/30 (月) 13:30 ~ 16:00 各3,850円 (会員3,300円) 維持費385円 教材費3,000円

クリスマス シフォンケーキ

辻調理師専門学校製菓学科 通信課程修了 村上 麻実

米粉のシフォンケーキのフッシュドノエルを講師のデモンストレーションで紹介し、試食をします。

※12/24 (水) 13:30 ~ 15:00 4,290円 (会員3,740円) 維持費385円 教材費1,430円

NEW 歌おうミニコーラス

日本オペラ協会会員 声楽家 (ソプラノ) 小林 悦子

仲間とともに声と心を響き合わせて歌うアンサンブルの和を広げませんか。やさしいメロディと声のハーモニーを楽しみましょう。

※2・4金曜 13:00 ~ 14:30 3か月6回23,760円 維持費2,310円 1/9 ~

世界の民謡を詳しく！

作曲家 元東京芸術大学講師 青島 広志

テノール歌手 小野 勉

教育番組の出演者でもある講師がピアノを弾きつつお話しします。テノール歌手小野勉の演奏もお楽しみください。1. 2月は「ロシア」、3月は「その他の国々」(スペイン、チェコ、トルコなど)をテーマに取り上げます。

※3木曜18:15 ~ 19:45 3か月3回17,490円 維持費1,155円 1/15 ~

火曜・音楽個人レッスン

武蔵野音楽大学声楽科 竹内 淳子

発声のテクニックを経験者から高いレベルを目指す方まで各々に合った指導をします。1 枠 30 分。

※1・3・5火曜 11:15 ~ 13:45 3か月7回34,650円 (初級) 36,960円 (中級) 維持費2,695円 1/6 ~

オペラの楽しみ

都留文科大学専門講師 声楽家 中村 仁

講師がピアノを弾き、自ら歌いながら、さまざまなオペラ作品の魅力をわかりやすく紹介します。

※4日曜10:30 ~ 12:30 3か月3回11,550円 維持費1,155円 1/25 ~

NEW 森の響き、ネイティブアメリカンフルートを始めよう！ (個人)

日本NFA公認講師、ロベルト・シューマン音楽大学卒業 長谷川広美

北アメリカ先住民に広く親しまれた木製の縦笛です。素朴で温かい音をリコーダーと同じ様に簡単に音が出せる楽器です。

※毎週金曜16:00 ~ 20:30 3か月12回59,400円 維持費5,280円 1/9 ~

NEW うたごえ教室

元愛知県立芸術大学講師 二期会会員 三崎 今日子

童謡から愛唱歌まで月1回60分間、目一杯、歌ってリフレッシュしましょう！

※4金曜12:45 ~ 13:45 3か月3回11,880円 維持費1,320円 1/23 ~

NEW 天使の灯火 オルモルのバレンタインデコレーション

ハルルナナ オルモルプロデューサー 山浦 よう子

オルモルとは金色の金属に金メッキ加工を施した装飾のこと。樹脂で作った、クラシックなオルモルパーツを使い、ロマンティックにLEDキャンドルをデコレーションします。

※2/1 (日) 14:00 ~ 16:00 4,180円 (会員3,630円) 維持費385円 教材費2,800円

テーマパークダンスを踊ろう

ダンサー 山下美空

テーマパークで流れている曲で、ショーやパレードのダンスを踊ります。楽しい時間をみなさんで共有しましょう！

※2/23 (月) 13:00 ~ 14:00 (小学生) 3,520円 維持費352円 14:10 ~ 15:30 (大人) 3,740円 維持費385円

「主よ、人の望みの喜びよ」を歌いましょう！

日本オペラ協会会員 声楽家 (ソプラノ) 小林 悦子

この作品はJ.S.バッハの名曲として様々なシーンで演奏され、広く感動を与えています。美しい響き合う音楽の素晴らしさを体感し、心をこめて歌い上げましょう！

※2/8 (日) 13:00 ~ 14:30 4,290円 (会員3,740円) 維持費385円 教材費別コピー代

カウンセリング体験 (個人・40分)

日本カウセリング研究会本部講師 青木 涼子・小林 栄子・山崎 香織

専門のカウンセラーが心に寄り添い、丁寧に話を伺います。

※2/8 (日) 10:30 ~ 16:10 3,080円 維持費 385円

真珠屋さんに習う手作りパールネックレス

KOBE PEARL COLLECTION 代表 所神根 孝二

真珠の街「神戸」で用意した様々な色のパール・天然石でお好みのアクセサリを作ります。

※1/29 (木) 3/30 (月) 13:30 ~ 16:00 各3,850円 (会員3,300円) 維持費385円 教材費3,000円

NEW 唄って健康イキイキ 端唄・俗曲・三味線

端唄協会評議員 千本 雪はる

明治〜江戸期に栄えた歌曲曲である端唄。3分程度の短い曲を中心に元気にイキイキ楽しくお稽古しましょう！唄と三味線の両方を稽古します。

※1・3・5火曜 13:00 ~ 14:30 3か月5回20,350円 維持費1,925円 1/20 ~

沖縄舞踊入門

渡嘉敷守良流 東京・沖縄芸能保存会 師範 児玉 由記子

古典舞踊を中心に、奥の深い沖縄芸能と一緒に楽しみましょう。

※2・4月曜 19:00 ~ 20:30 3か月6回22,770円 維持費2,310円 1/12 ~

声量超アップカラオケ

元ピクチャー歌謡教室講師 元日本アマチュア歌謡連盟 1級講師 国立音楽院指導科卒 吉田 美一子

平坦な歌からドラマチックな熱唱へと別人級へスキルアップ。いつもの歌声から声量がある変わる驚きの変化を実感してください。

※1・3・5火曜 13:00 ~ 14:30 3か月6回29,700円 (初級) 31,680円 (中級) 維持費2,310円 1/13 ~

NEW やってみようギター流し

ギタリスト カーネル 渡辺

ギターの弾き語りとはまた違う即興演奏のテクニックや、ノウハウを現役ギター流しに楽しく伝えます。

※2・4日曜10:30 ~ 11:45 3か月6回27,720円 維持費2,310円 1/11 ~

NEW はじめてさんのつまみ細工 初級

つまみ細工真由摘 つゆつき上級認定講師 色彩検定1級カラーコーディネーター 倉石 真由美

つまみ細工の基礎から学べる初級コースです。6回で自然と基本のつまみ方が身に付きます。

※2木曜13:00 ~ 15:30 3か月3回11,880円 維持費1,155円 1/8 ~

NEW ハワイアンリボンレイ

リボンレイ作家 鈴木 美佐子

リボンを材料として色々な手法で作られるリボンレイは、生のレイとは違った美しさがあります。

※1日曜13:00 ~ 15:00 3か月2回7,260円 維持費770円 2/1 ~

NEW 糸かけ曼荼羅を楽しむ入門 (3回コース)

(一社) 糸かけ曼荼羅協会インストラクター 柴田 文子

豊かな色彩の絹糸でさまざまな曼荼羅文様を描いていきます。全3回で基礎を学びます。

※2日曜13:30 ~ 15:30 3か月3回11,088円 維持費1,320円 1/11 ~

NEW ジュニア こどもパントフリン入門

下馬L.M.C.所属 1級パント指導員 6種目公認審査員 永谷 結

パントの基本的な持ち方や回し方から、ステップ、フォーメーション、音楽に合わせた簡単なルーティンまで、楽しみながら少しずつ学んでいきます。小・中学生対象。

※1・3・5土曜13:00 ~ 14:00 3か月6回21,120円 維持費2,112円 1/17 ~

NEW こどもデッサン&水彩・アクリル画

新家作家協会会員 三国 太郎

「絵を楽しむ」ことを一番に、形の捉え方や色の付け方の基本を学び、子どもの個性や表現力を養います。希望者には、コンクルのアドバイスもします。小・中学生対象。

※2・4日曜13:00 ~ 14:15 3か月6回22,440円 維持費2,112円 1/11 ~

NEW こどものためのボイストレーニング

ボイストレーナー 歌手 俳優 大川 健斗

歌を楽しみながら正しい発声法を学びます。歌に限らないさまざまな声に関するお悩みにお応えします！小1〜対象。