



**203-3870-2061** 

## 4 久住昌之の 新日本漫遊記

漫画「孤独のグルメ」の原作者の久住昌之さんが、この 1年間で日本全国、北から南までのいろいろな土地を訪れ、 その場所で発見した風景や建築物、そして、そこで出会っ た食べ物などなど…。久住さんの目線で切り取った情報を 披露してもらいます。「孤独のグルメ」のエピソードなども 満載です。

7/21 (月·祝) 16:00~17:30 受4,070円(会員3,520円) 220円

🍩 心豊かに!土曜絵画

鉛筆デッサンから学び、

お好きな画材で描いてい

きます。心豊かに!個性を

大切に!楽しみましょう。

第2.4土曜13:00~15:00

受19,800円 攤2,310円

初日·<u>事前体験</u> 7/12



ペンで描く透明水彩画

実物を見ながらペンで輪郭

チョークアートインストラクター

指を使ってカラフルなチョ

-クで黒板に絵を描きます。

ネーハボード、ウェルカムボ

ード、メニューボードなどを作

町田 美佐

★第1·3水曜18:00~20:00 初日7/2 事前体験 6/18

★第2·4土曜10:30~12:30 初日7/12 事前体験 6/28

◎ 楽しいスペイン語会話入門★

各3か月6回 受21.450円 羅2.640円

よみうりカルチャー講師 ファン カスティーヨ

3か月10回 受33,000円 23,850円

3か月6回 受26,400円 2,310円

> マンツーマン中国語★

よみうりカルチャー講師 金 洪連

月曜18:30~20:00

初日・事前体験 7/7

初日・事前体験 7/5

第1.3土曜12:00~13:30

を描き、彩色は透明水彩絵の

具で爽やかに仕上げます。

第3水曜13:00~15:00

受10,395円 維1,320円

初日・事前体験 7/16

チョークアート

絵描き ゆあさ ようこ

(午後)

3か月3回

俳優 演劇ユニットキングスメン 平澤智之&絵里

をたっぷり味わいなが ら、お芝居をやってみる 楽しさを実感できる、ブ 口が教える体験型の講 座です。「この世は舞台、 人はみな役者」さあシ ェイクスピアの世界へ!

3か月6回 初日・事前体験 7/10



## 受 19,800円 2,310円

はじめての方にはわ かりやすく、経験者に は個性と技術の段階に 応じて、表現方法・構

第1.3.5木曜 13:00~15:00



### 火曜日の絵手紙 日本絵手紙協会公認講師 兼岩 幸恵

絵と字と言葉の自分表現は、 毎日が発見です。

第2.4火曜10:30~12:30 3か月6回 受19,140円 2,310円 初日7/8 事前体験 6/24



画家 田原 常崇

### ⋘ 初心者のための ピラティスストレッチ Rinlax主宰、FTPマットピラティス 平岡 里奈

呼吸の意識と体の軸とな

ンスよく動かしながら疲れ にくい体を目指しましょう! 第2.4火曜11:50~13:00 受 15,950円 羅 1,925円 初日・事前体験 7/8



### お絵かき・工作教室

ジャイアンツ ヴィーナスダンススクール VENUS ヴィーナスダンススクール専任講師 横山 みゆう(水)、梅田 みさと(土)、永野 仁那(土)

読売巨人軍公式マスコットガール「ヴィーナス」のキッズダンススクールです。

★水曜17:00~18:00

キッズ(4歳~未就学)

リトル(小学生)

正筆会 小林 由依

子供たちが「正しい姿勢で正しい字を書く」

ことを楽しく学ぶ子供教室です。鉛筆や筆の正

しい持ち方から始まり、習字することで書き順

や漢字を楽しみながら学ん 🥻 📜

**維**2,310円 初日7/13 **事前体験** 6/22

歳から小学生対象で未就学児は親

子でご参加ください。小学生以上は

子どものみでの参加も可能です。

**維2,310円 初日·事前体験** 7/6

姿勢を改善していくこと

で、不調や痛みを自ら解消

へ導きます。無理せず、頑

張らず、どなたでもできる

第1.3.5月曜10:30~11:45

受23,100円 2,695円

初日7/7 事前体験 6/30

シンプルな体操です。

3か月7回

第1.3日曜16:40~17:25

🍩 子どもフラダンス(親子)

KaPaHa'aOKaLokomaika'i主宰 秋山 望

フラを通してお子様の想像力、理解力、表現

力を豊かにしませんか。リズム感も養えます。3

3か月6回 ▼24,090円(親子)、17,490円(子どものみ)

🍩 姿勢改善 エゴスキュー体操

エゴスキュー・ジャパン協会認定Eサイズトレーナー 中舘 まりこ

第2.4日曜14:30~16:00

受13,662円(小1~小6)

14.454円(中高生)

でいきます。

3か月6回

リトル(小学生) 初日7/2 事前株数 6/25 ★土曜10:45~11:45、12:00~13:00

土曜15:30~16:30、16:40~17:40

各3か月12回 受26,400円 維4,224円

チョキチョキ・こねこね・ペタペタ 絵の具 をいっぱい使って、いろい ろな道具を使って、やりた いことが自由に表現できる

3か月12回 受28,908円 数1,716円 24,620円

着色デッサン(水彩) 等を学びます。油絵は ゴッホの模写から始め ます。

第2.4水曜17:30~19:00

3か月5回 💆 13,750円 🔯 1,430円 羅 1,925円 初日7/9 事前体験 6/25

日本武術太極拳連盟長拳公認B級指導員 上田 英司

全身を大きく動かす事で、

第1.3水曜15:00~16:15 受19,800円 #2,310円

初日・事前体験 7/2



## 色鉛筆画

3か月6回

東京芸術大学油絵科卒業 水野 陽子

色鉛筆は気軽に扱 える素材です。季節 の果物、花、小物な ど身近な物を描いて いきます。

第1.3水曜 15:00~17:00

3か月6回 受22,440円 2,310円

画家 比企 祥子

初日7/2 事前体験 6/18

ABC ★ 入門 ★★ 初級1 ★★★ 初級2 ★★★★ 中級

Ѿ やさしい「旅の英会話」★~★★

よみうりカルチャー講師 森田 澄子

第2.4月曜10:30~12:00 3か月6回 受20,790円 羅2,310円 初日: 事前体験 7/14

サタデー・トラベル・イングリッシュ★★ よみうりカルチャー講師 ラッセル ハリス

第2·4土曜10:10~11:30 3か月6回 受19,800円 2,310円 初日7/12 事前体験 6/28

シニアのための入門英会話★∼★★

(教材費や音楽著作権使用料が必要な講座もあります。

ラゲ」という東京湾で最もポピュラーなクラゲ

の幼生を育てます。飼育を始めるときの大き

さは2ミリ。米粒より

小さいよ!夏休みの終

わりの頃には1セン

チ、上手に育てれば

2㎝になるよ!※小学

生以上対象。小3ま

では要保護者同伴。

大人のみの参加も可。

7/27(日)10:30~12:30

受2,750円数2,200円維330円

かゆみ止め軟膏を作ろう

アロマ&メディカルソロジスト 長谷部 美彗子

素材に心身に安全なものを使って「虫よけスプ

レー」と「かゆみ止め軟膏」を作ります。精油の

アイスキャンディー石けん

日本デザイン石けん協会代表理事 松崎 ひさ子

夏にぴったり、ひんやり気分を味わえるアイスキ

ャンディー石けん!色や香りをつけてオリジナルの石

△□虫よけスプレーと

香りと作用も学べます。※小学

生以上対象。10歳以下は要保

護者同伴。大人のみの参加も可。

受2,750円数1,000円維220円

けんを3種類作りましょう。※4歳

以上対象。小3までは要保護者

同伴。大人のみの参加も可。

10:30~12:30

7/12(+) 13:00~15:00

△ 本物みたい!?

よみうりカルチャー講師 前田 由里 第1.3.5火曜10:30~12:00 3か月7回 受23,100円 羅2,695円



夏休みの公開講座・

🔪 1 回から数回完結型の講座です。会員の方も初めてよみうりカルチャーをご利用の方も、どなた |回から数回元給学の調度です。 云東のカロかってのグラッパルグトでしている。 でもご受講いだだけます。 よみうりカルチャー会員の方は受講料が割引になる講座もあります。

千葉県立浦安南高等学校 教諭 橿村 豪紀さん

3か月6回 受19,800円 2,310円 初日・事前体験 7/7

水曜15:00~16:30 3か月12回 受38,280円 維4,620円



## ⑩水曜午後の韓国語入門★

よみうりカルチャー講師 沈 貞淑

初日・事前体験 7/2



振付師・タレント パーツイシバさんの講座

🍩 パントマイムで表現しよう

## 50歳からの楽しいダンス教室

初日7/14 事前体験 6/23

## なつかしのディスコダンス・ストレッチ ⑩ 蘭このみのフラメンコ(入門・初級)

第1.3水曜10:30~12:00 受19,800円 2,310円 初日7/2 事前体験 6/18

蘭このみスペイン舞踊団団員 村田 麻里子

手の動かし方、体の使 い方、ステップの踏み方な ど基本をしっかり身につけ ながら楽しく踊りましょう。 第1.3水曜15:15~16:30

ハワイの打楽器「イプ ヘケ」を用いながら伝統 的で優雅な力強いベーシ ックステップを学びます。 第2·4日曜14:40~15:30 3か月6回

公開 ジャイアンツタウン スタジアム

今春開業したスタジアムでジャイ

アンツの打撃練習や特別展示コー

ナーを解説付きでご案内します。

オリジナルグッズの特典付き。終了

後はイースタンリーグ公式戦(VS

西武)をS席でお楽しみください。

8/16(土) 13:50~15:30(試合17:00)

受 5,500円 (チケット、保険代を含む)

最近体を動かしていない 方も気軽にレッスンしてみま せんか? 第1.3火曜10:15~11:30

3か月6回 受19,800円 2,310円 初日・事前体験 7/1



### Fresh Air代表 佐野 郷美さんの講座 受19,800円 繼2,310円 3か月6回 受20,625円 維2,310円 △ 見せます!魅せます!発光生物 △ ポケットで育てる「Myクラゲ」 初日・事前体験 7/2 初日・事前体験 7/13 ポケットに入るような小さな容器で「ミズク 不思議な光る生物3種類

海のミジンコ"ウミホタル" △ 親子で学ぼう恐竜の進化の話&モビール作り る そして目に見えない細菌"発 筑波大学生命環境系准教授 田中 康平 光バクテリア"を見せます!魅 恐竜博士・田中康平先生から恐竜の せます!自宅で発光現象の実

塗って仕上げます。※年長~

小学校低学年は要保護者同

受2,530円数500円維220円

い時計付きのバードハウスをアレ

ンジします。(縦25cm×横20cm

×幅6㎝)※幼稚園~小学生対

象。10歳以下は要保護者同伴。

受2,750円数2,000円220円

△□ピカピカ泥だんご

 $8/2(\pm)10:30\sim12:30$ 

**② 夏休みの手作りバードハウスアレンジ** 

フラワーアレンジが初めてのお子様も大歓迎

です。夏色のドライフラワーを使って、可愛らし

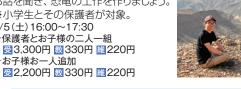
日本フラワーデザイナー協会本部講師

フラワースタジオFiorire主宰 増田 由美

伴。大人のみの参加も可。

7/29(火)13:00~14:30

お話を聞き、恐竜の工作を作りましょう。 験ができる「発光実験キッ ※小学生とその保護者が対象。 ト」をお持ち帰りできます。 7/5(土)16:00~17:30 ※小学生以上対象。小3ま ★保護者とお子様の二人一組 では要保護者同伴。大人の 受3,300円数330円維220円 みの参加も可。 ★お子様お一人追加







△■シーグラスで作る オリジナルルームプレート シーグラス(ガラス片が海でもまれ丸く なった物)や貝を飾って す。※年長~小学校低学年は要保護者同伴。

プロモデラー オオゴシトモエ

## 🕮 親子で学ぶ「お金」の勉強

夏休みの自由研究対応の金融こども教室です。※小4以上のお子様とその保護者が対象。 



## △ 夏休みの手作り貯金箱

料を、グルーガンを使っ

フラワー装飾1級技能士、Bright Leaves 明葉 アーティフィシャルや各々選んだ貝などの材

て貯金箱にアレンジして いきます。※小学生以 上対象。10歳以下は要 保護者同伴。

8/6(水)10:30~12:30 受2,750円数2,000円 羅220円 **3 夏休みの手作りリース** 

**49** グラスサンドアート

## **439 ポップアップカードづくり**

アトリエシュシュ主宰 新條 知子

### 7/31(木)13:30~15:30 受3,300円数2,200円220円 △□海のアイシングクッキー △ アラビア文字で 東日本アイシングクッキー協会代表、シュガーアーティスト 自分の名前を書こう

田中 弥生

かわいい海の世界 1200年以上の歴史を持つアラビア書道。竹 のクッキーを作りま 筆を使った独特の筆法で1文字ずつゆっくり書き す。※小学生以上対 ます。※小学牛以上対象。 象。小3までは要保 ٳؽؙۅؙڡؚۣڵ 10歳以下は要保護者同伴。 護者同伴。 大人のみの参加も可。 8/10(日)

8/11(月·祝)13:00~14:30 受3,300円 羅220円 受4,015円(会員3,465円) 数3,000円 220円

## △鳴トロピカルパフェの食品サンプル作り 食品サンプルインストラクター 並木 智子

夏らしいトロピカルなパフェ作りです。アイス とフルーツをたくさんのせて、

おいしそうに作ってください。 ※5歳~小2は要保護者同伴。 大人のみの参加も可。 7/26(±)13:00~15:00 受3.630円(会員3.080円) 数3.080円 220円

小さな昆虫"ヘイケボタル"

6/22(日)18:30~20:00

受2,750円 数1,000円 羅330円



## 初めてのお子様にも

分かりやすく挨拶の仕 方や、お点前の稽古を 体験していただきます。 ※小学生以上対象。 8/1(金)10:30~12:30 受3,190円数440円 羅220円



(いづみ)

### 泥だんごに好き 日本アラビア書道協会講師 重信 紀子

な色をつけて磨き ます。力をこめて 磨くと宝石みたい にピカピカに!※年 長~中学生対象。 8/13(7k) 13:30~15:30

受2,640円数1,000円維220円

土絵作家 三木 きよ子

### 夏休みの自由工作にぴったり!恐竜のプラモデ ルを組み立ててジ オラマを制作を楽し

△□ 恐竜のミニジオラマを作ろう!

みましょう。※小学 生対象。10歳以下 は要保護者同伴。 ★8/6(水) 13:00~16:00 ★8/20(7k) 13:00~16:00 各回 受2,750円 数1,800円 羅220円

## はじめるチョコレートづくり チョコレートの専門家 島 雄嗣

す。夏休みの自由研究にも おすすめです。※小学生と

8/23(土)13:00~15:00 受2,750円数2,000円220円

## マミフラワーデザインスクール講師 谷澤 美喜子 直径約15cmのリースにアーティフィシャルフ

ラワーのバラをメインにしたお花をアレンジしま す。好きなお花や葉っぱを選

んでオリジナルリースを作り ましょう。グルーガンを使用し ます。※小学生以上対象。

## くり。簡単な仕組みで誰

でもお気軽にご参加でき ます。※幼児から大人ま 護者同伴。

## 2025年7月期



◎ シェイクスピアを演じてみよう!

シェイクスピアの魅力

第2.4木曜10:30~12:30 受21,780円 維2,310円

油絵 河西講師 一水会委員 河西 昭治

生きとした絵画表現 を目指します。 土曜10:15~12:45 3か月10回 受34,650円 維4,400円

静物や風景などを

描きながら、個性を

生かし心温まる生き

## 初日7/5 事前体験 6/14 ぶらり日曜スケッチ

画家、日本美術家連盟会員 亀井 三千代 日本の美しい四季を感じながら都内の名所、 旧跡を楽しくスケッ

第2日曜 10:00~12:30 3か月3回 受9.240円 2660円 初日7/13

チしてまいります。

ムとダンスで日本の 身体表現界を牽引 するアーティスト。 思いや状況を伝える 術を学び小作品を完 成させましょう。 第2·4月曜 12:00~12:45 3か月6回 ₩ 19.800円

# 2.310円

## 初日·<u>事前体験</u> 7/14

### 人気振付師の講師と懐かしの80年代のヒッ ト曲でダンスを楽しみましょう。

## 第2.4月曜13:00~14:00

## 3か月6回 受19,800円 2,310円

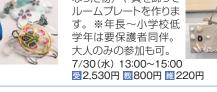
懐かしい音楽を聴きな

がら楽しく踊りましょう。 レッスン後はストレッチを してリフレッシュ。



## わくわく工房 Playacolores主宰 武田 綾子さんの講座 🕮 ディンプルアートで描く

## エコバッグorキーホルダー 車の廃材から1Fシュルニーを使い、下絵が描かれたエコーに色を 車の廃材から作られた絵具「ディンプルアート」



△ 親子で体験!カカオ豆から カカオ豆の状態から板チョコレートを作りま

その保護者が対象。 8/13(水)11:00~13:00 保護者とお子様の二人一組 受4,950円数3,300円 220円 お子様一人追加 受 1,100円 220円

10歳以下は要保護者同伴。

受2,750円数500円 維220円

# LET'S GO GIANTS 絵画講師・女子美術大学芸術学部卒 髙橋 千尋さんの講座

### 応募者から抽選します。 キャンペーンの詳細はこちらから→ ⋘マヤ文明と こどもの書道教室

6月30日18:00までに7月期講座の受講手続きをし、

メールアドレスを登録済の会員に応募メールを送信。

いっていることを

考古学の謎に迫る 明治大学客員研究員 今泉 和也 聞いたことはあるけれ ど、よく分からない古代文 明。そんなマヤ文明につ

いて学んでみませんか? 第4日曜16:00~17:30 3か月3回 受11,550円 維1,155円 初日・事前体験 7/27

## 楽しく学ぶ「歴史人物列伝」

歴史研究家 鈴木 貞夫

皆さんご希望の歴史 人物を取り上げます。 20年続く講座です。 第2.4木曜13:00~14:30

## 初日7/10 事前体験 6/26 油絵&水彩

図を指導します。

絵手紙は心を伝える手紙。



●初めてのアラビアンダンス(超入門)

60分の入門クラスです。バストやウエスト、ヒップな

どを効果的に動かしエイジレスな美と健康を目指します。

🍩 魅惑のアラビアンダンス(超入門)

ノリが良くてシンプルな振り付けなので誰でもす

3か月6回 受 19,800円 2,310円 初日・事前体験 7/4

🍩 50歳からの韓国トロットダンス

3か月3回 受9,900円 維1,155円 初日・事前体験 7/13

第1.3.5月曜15:00~16:00 初日.事前体験 7/7

第2.4水曜17:50~18:50 初日. 事前体験 7/9

3か月6回 受19,800円 羅2,310円

3か月6回 受19,800円 2,310円

🍩 韓国トロットダンス

ぐに楽しめます。

第1.3金曜19:00~20:00

第2日曜13:15~14:15

る筋肉をゆっくり左右バラ



アラビアンダンス(初中級)

第1.3.5月曜16:10~17:40 3か月6回 受 19,800円 2,310円 初日7/7 事前体験 6/30 アラビアンダンス(初級) al Amal所属講師 Hilmiya

年齢を問わず女性ならではのボディラインを生かしたムーブ メントを身に付けて基礎体力の向上を目指しましょう。 第1.3.5月曜19:00~20:30 3か月6回 受 19,140円 2,310円 初日7/7 事前体験 6/30

◯ 50歳からのK-POPダンス(ダンスプライベート) K-POPダンスを自分のペースで楽しんで、自由に表現できる40分の

## 第1・3金曜16:15~16:55 3か月6回 受26,400円 2,310円 初日7/4 **∞50歳からの韓国ラインダンス**

多様なジャンルの音楽に合わせてステップと振り付けを方向転換しなが ら繰り返す振り付けで初心者でも安心です。 第2日曜16:10~17:10 3か月3回 受8,910円 211,155円 初日・事前体験 7/13

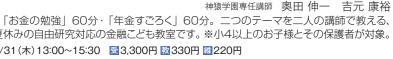
□ カトーエミイのオンリーベーシック □ 気軽にチャレンジ!新舞踊

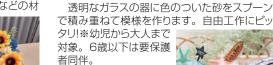


## ᡖᢒ<del>ᢢᡲ᠁᠐</del>ᠪᡟᠲ᠙<del>᠘᠅᠘ᢆ᠘᠙ᢆ᠘᠙᠘᠙᠘᠘᠘᠘᠘᠘᠘᠘᠘᠘᠘᠘</del>᠘᠘᠙ᡠᢎᢦᡖᢒᢢᢐ᠕ᢒᡮᠻᢋᢦᢐᢣᠿᢌ᠕ᢒᡟᠲ᠙<del>᠘᠅᠒᠘᠒᠘᠒᠒᠗᠙</del>᠕ᢒᠮᠲ᠙<del>᠘᠅᠒</del>᠘᠙ᡭᡑᢛᢐ

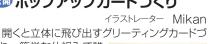
通常は見られないジャイアンツの打撃練習をスタンドで見学し、普段は入 はない施設を見て回ります。案内役は読 ビットとの記念撮影や応援グッズのプ も。ツアー後は野球観戦をお楽しみください · 7/21(月·祝) vs 阪 神 9:40 (試合14:00) · 8/2(土) vs DeNA 10:40 (試合15:00) · 8/3(日) vs DeNA 9:40 (試合14:00)







8/10(日)10:30~12:30 受2,750円数1,500円 **羅220円** 



で対象。6歳以下は要保 8/29(金)10:30~12:00

よう、子供の好奇心や想像 力を伸ばしてあげましょう。 水曜16:00~17:00

初日7/2 事前体験 6/25







