

# 10月期講座のご案内 ☎03-3870-2061

●掲載の受講料・維持費のほか、別途、教材費や保険料、音楽著作権使用料が必要な講座もあります。  
●事前のご予約・お申込みが必要です。  
●講座の詳細、お申し込みはウェブでもどうぞ。

ようりカルチャー北千住

検索

申し込みは読売IDで!

ログイン方法は読売IDのみに変わりました。今すぐ登録



## New 基礎のデザイン 初めてのフラワーレッスン

アドリエcococon 主宰  
西山 真由美  
一つ一つ、違った美しさを持つ花々。それぞれの美しさ、個性を「生かすデザイン」に、が、コンセプトです。茎の切り方等、基本から丁寧に指導します。  
第2日曜10:30~12:30  
6か月6回  
¥21,120円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/11

## 暮らしを彩る フラワーアレンジメント

マミフラワーデザインスクール 講師 谷澤 美喜子  
新鮮なお花を使ってフラワーアレンジメント学びます。お花に触れながら癒しの時間を過ごしましょう。  
第4木曜10:30~12:30  
6か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日10/22 事前体験 9/24

## 基礎から学べるフラワーレッスン

ロイヤルフラワースクール助教 池永 育子  
季節を感じながら、花のある暮らしを楽しんでみませんか。一人ひとりのペースで基礎から学べるクラスです。ギフトやシーズンフラワーなど、テーマに合わせてレッスンしていきます。  
第1火曜13:00~15:00 6か月6回  
¥21,780円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/6

## 日曜・表千家

表千家教授 野呂 宗知  
立居振舞、もてなしの初歩から段階を踏んで学びます。  
第2・4日曜  
10:15~12:45  
3か月5回  
¥16,500円 読売 ¥2,200円 初日10/11 事前体験 9/27

## 和室でもイスで楽しむ茶の湯

江戸千家いずみ会代表 井上 皓心  
豊席の和室で今の私たちの洋風な生活のなかでも気軽に楽しめるように、椅子に腰かけたまま学びます。  
第3水曜  
10:30~12:30  
6か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,640円 初日・事前体験 10/21

## New お香のある暮らし ~天然香材で楽しむ手作りお香

薫物屋香楽認定教授 香、うすまき堂主宰 鈴木 万由香  
天然の原料を使い、匂い袋や線香、塗香、文香など様々なお香作りを楽しみます。  
第1木曜10:30~12:30  
6か月6回  
¥21,120円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/1

## New ゼロから学ぶビットコインなどの暗号資産の基礎知識

神猿学園専任講師、フィナンシャルプランニング技能士 奥田 伸一  
暗号資産で運用する上場投資信託（ETF）が解禁の見通しで資産運用の裾野が広がります。  
第2・4土曜15:00~17:00  
3か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/10

## New 腸にやさしい美と健康

グルテンフリー食学アドバイザー 松風 ユリヤ  
あなたの不調の原因は小麦粉かも?食生活と健康について講師の体験を含めてお伝えします。  
第1月曜15:30~16:30  
3か月3回  
¥11,880円 読売 ¥1,155円 初日・事前体験 10/5

## New アロマを楽しむ! 癒やしアロマクラフト作り & お風呂で簡単! セルフアロマボディケア

日本アロマ環境協会アロマセラピスト 中川 真李  
毎日酷使しているお体。植物の力を借りて、自分で自分の体をケアしませんか。  
★第1水曜15:00~16:30  
6か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/7

COMEDY BOX理事長、東京演芸協会会員、腹話術パフォーマー スージーさんの講座

## スージーの腹話術

発声・パペット操作・キャラクターの作り方を学ぶ入門コースです。ボランティア活動にも役立ちます。  
第1土曜13:15~15:15  
6か月6回  
¥28,380円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/3

福呼び師 Happy bell 萬式夢 さんの講座

## 手相占い講座

手相はあなた自身。同じ手相の人はいません。持つて生まれた素質を活かし、よい人生に活かしましょう。  
第2金曜10:30~12:00  
6か月6回  
¥23,760円 読売 ¥2,310円 初日10/9

## 九星気学で運氣アップ

生年月日から割り出される吉方位で運氣アップ!!九星気学の魅力を知り、日々の生活に活かしましょう。  
第2水曜15:30~17:00  
6か月6回  
¥23,760円 読売 ¥2,310円 初日10/14

## New 花あしらひフラワーレッスン

YAYOI FLOWER ACADEMY代表 吉岡 弥生  
季節の移りいをテーマに自分らしさを表現する新たな自分に出会う事ができるフラワーレッスンです。  
第4月曜13:00~15:00  
6か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/26

## パリエティストフラワー

flowerdesign angelique主宰、フラワー装飾技能士 高野 容子  
こんもりと丸く束ねたブーケや葉っぱ、野菜などを使った小ぶりのデザイン等、小粋で遊び心のあるアレンジメントを作りまます。  
第3月曜  
13:30~15:30  
6か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/19

## 一暮らしに役立つ茶道と煎茶道

小笠原家茶道古流師範 尾高 慶子  
小笠原惣領家が伝授する武家茶道、煎茶道、四季にふさわしい禅語などに触れながら、学んでいきます。  
第1土曜18:00~19:30  
6か月6回  
¥21,780円 読売 ¥2,640円 初日・事前体験 10/3

## 初めてのいけばな・池坊

華道家元池坊教授 増田 華穂  
立花、生花、投入、盛花、自由花など、勉強したい花形を希望に添えるように教授いたします。  
第1・3火曜  
15:00~17:00  
3か月6回  
¥21,120円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/6

## New 日本健康麻痺協会 レッスンプロ 柴崎 健司さんの講座

New 健康マージャン【女性専科・入門(4人限定)】  
一からマージャンを学びたい方向けの講座です。少人数制なのでルールをしっかりと覚えられます。  
★月曜入門 第2・4月曜14:50~16:50  
3か月6回  
¥33,000円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/12

## 健康マージャン【女性専科・初級・中級】

★月曜中級 第1・3月曜12:30~14:30  
初日・事前体験 10/5  
★月曜初級 第1・3月曜14:50~16:50  
初日・事前体験 10/5  
★土曜初級 第2・4土曜12:45~14:45  
初日・事前体験 10/10  
各3か月6回  
¥21,780円 読売 ¥2,310円

## New 家と気持ちも整う スッキリ大掃除! [3回コース]

やましたひでこ公認断捨離® トレーナー、東京町田鶴川断捨離会代表 ひろた ゆきこ  
今年こそ大掃除を楽にするため、年末スッキリ断捨離をスタートしませんか?  
第1月曜13:00~14:30  
3か月3回  
¥11,220円 読売 ¥1,155円 初日・事前体験 10/5

## アロマで美と健康生活

アロマ&メディカルソリスト 長谷部 美穂子  
ご家庭の知恵袋（薬箱）にアロマ（精油）の代用方法のレシピを用意しておきませんか?  
第4火曜13:00~15:00  
6か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/27

## 夜空の楽しみ方

星空ナビゲーター Mami  
初めて夜空の星をたどってみたいという方のための入門講座です。一緒に星空を楽しみましょう。  
第3日曜15:00~16:30  
3か月3回  
¥11,220円 読売 ¥1,155円 初日・事前体験 10/18

## New 中高年向けのフィットダンス

ボディメイクピラティス インストラクター Yuina  
楽しく踊って心も身体もご機嫌に♪簡単なステップで音楽に合わせて身体を動かし、健康維持と運動習慣づくりのためのフィットダンスレッスン!  
第1土曜10:30~11:30  
6か月6回  
¥23,100円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/3

## New ロコモ予防のための歩き方教室

日本ランニング協会認定インストラクター 里中 弘  
日々の生活に「欠かさない!歩く」という動作を見直し、いつまでも自分の足で元気に歩き続けるための講座です。  
第1・3日曜13:45~15:00  
3か月6回  
¥21,120円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/4

## New マイケルジャクソンを踊ろう

振付師、タレント パーツイシバ  
人気振付師の講師とマイケルジャクソンのスリラーを踊って楽しみましょう。  
第2・4月曜11:45~12:45  
3か月6回  
¥20,460円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/12

## アナログアーティスト 田谷 野映さんの講座

## New キッズアート

やりたいことが自由に表現できるよう、子供の好奇心や想像力を伸ばします。  
水曜16:00~17:00  
3か月12回  
¥33,000円 読売 ¥4,620円 初日・事前体験 10/7

## New 未生流いけばな(こどもクラス)

未生流師範 大川 康甫  
未生流いけばなのこどもクラスです。(小学生以上対象)初めての方にも丁寧に指導いたします。  
第1日曜15:00~17:00  
6か月6回  
¥18,480円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/4

## 1回完結型の講座です。会員の方も初めてようりカルチャーをご利用の方も、どなたでもご受講いただけます。よ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。教材費や音楽著作権使用料が必要な講座もあります。

### 1day レッスン

入会金不要の1dayレッスン

### 神猿学園の教養講座

1day 物価高に備える、預金とNISA、iDeCoの違いと使いわけ活用術

神猿学園専任講師 児島 靖浩

将来のお金の不安を安心に変える、今日から実践できる物価対策と資産づくりの考え方が身につく講座です。

11/28(土) 13:00~14:30 読売 ¥3,300円 読売 ¥330円

### 1day クリスマスカラーのナッツ&ゴジベリーのはちみつ漬け作り

はちみつがでるまで、しっとり潤うのはちみつの良い理由を学び、3種類の個性が異なるのはちみつの食べくらべと、ナッツやゴジベリー（クコの実）のはちみつ漬け作りワークショップをしながら薬膳的機能もお話します。

12/6(日) 10:30~15:00  
¥4,070円(会員3,520円) 読売 ¥3,080円 読売 ¥330円

### 1day マヌカハニーの数値4種食べくらべ

乾燥や感染性が気になる季節にマヌカハニーの健康パワーについて学びます。マヌカハニー数値違い4種と基本のはちみつ（アカシア）1種を食べくらべをしてマヌカハニーについて詳しくなりましょう。マヌカハニーを購入する際の選び方などもお伝えします。

12/6(日) 12:30~14:00  
¥4,070円(会員3,520円) 読売 ¥3,080円 読売 ¥330円

### 1day 一生歩ける体を作る「足(踵)」の新常識

アスリートコリガリ鍼灸接骨院院長 高林 孝光

「しゃがむ」という動作には、健康でいるためのエッセンスがすべて詰まっています。この動作ができないだけで、腰痛、ひざ痛のリスクは激増し、全身の血流も滞ってしまうのです。本講座では、フジテレビ系列「ホンマでっか?TV」出演の著者が、プロアスリートも実践する「一瞬で体が軽くなる秘訣」を伝授します。

9/30(水) 14:00~15:00 読売 ¥3,300円 読売 ¥330円

### 1day やさしく整える「5ミリの壁体操」

整体師 福岡 尊

高齢者の転倒は、ほんの5ミリほどの小さな段差でも起こることで、そしてその原因の一つに「関節のかたさ」があります。タオル1本で1日30秒から始められる体操で「関節のかたさ」を改善する方法をお教えします。

9/28(月) 12:30~14:00 読売 ¥3,300円 読売 ¥330円

### 2027年を占います

お一人15分間、時間帯は申し込み順で受け付けます。

1day 東洋易〜イーチャントロット

太極運術学会員、東洋占星術鑑定士 新堂 ひとと

東洋の易タロット「イーチャントロット」で占います。

12/8(火) 13:00~15:00  
読売 ¥3,300円(会員2,750円) 読売 ¥330円

### 1day 数秘術

日本数秘術研究会代表、日本アフォーメーション協会代表 奥村 ショウコ

誕生日には人生の航海図が隠されています。数秘術であなたのこれからを読み解きます。

12/6(日) 11:00~17:00  
読売 ¥3,300円(会員2,750円) 読売 ¥330円

### 1day ハッピー手相

手相家 青木 智

人気の占い講師があなたの運勢を占います。

12/11(金) 11:00~17:00  
読売 ¥3,300円(会員2,750円) 読売 ¥330円

### 1day タロットカード

福呼び師 Happy bell 萬式夢

タロットカードと九星気学で占います。

12/11(金) 13:00~17:00  
読売 ¥3,300円(会員2,750円) 読売 ¥330円

### 1day 四柱推命

日本・推運学会専務理事、易道事業連盟専務理事 清水 誠

生年月日から運氣・運勢がどのようになるかを鑑定します。

12/9(水) 13:00~17:00  
読売 ¥3,300円(会員2,750円) 読売 ¥330円

## New 中高年からのエクササイズ

日本フレインアジウム所属講師 北脇 ますみ  
ストレッチから機メロや最新の曲などで脳トレダンス。上手に踊る場所じゃなく楽しいがいっぱい。一緒にリフレッシュしませんか。  
第2・4木曜14:00~15:15  
3か月6回  
¥19,140円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/8

## 理学療法士が教える! メディカル・フィットネス

苑田会ハビリテーション部 理学療法士  
理学療法士が一人ひとりの体の状態や動きを確認しながら教える日常生活に役立つ体操です。痛みや不調に配慮し、体に負担をかけにくい正しい動き方をお伝えします。  
第1・3火曜15:30~16:30  
3か月5回  
¥11,000円 読売 ¥1,925円 初日・事前体験 10/6

## アルゼンチン・タンゴ

2008年タゴダンス選手権アジア大会チャンピオン 大矢 英一郎  
アルゼンチン流の楽しくわかりやすいシステムで学べます。アルゼンチンへ長年留学し、本場の女性とパートナーを組んで、一流のダンサーに師事したプロが直接指導します。基礎クラスでは基本動作を学びながら体幹を鍛えます。  
第2・4月曜17:20~18:35(基礎)、19:00~20:30  
各3か月6回  
¥21,780円 読売 ¥2,310円 初日10/12 事前体験 9/28

## アラビアンダンス(初級)

al Amal所属講師 Hilmiya  
未経験者、初心者を対象に「やさしく、たのしく」ベリーダンスを踊ります。  
第1・3月曜  
19:00~20:30  
3か月6回  
¥19,800円 読売 ¥2,310円 初日10/5 事前体験 9/7

## 楽しい子供絵画

画家 比企 祥子  
クレパス、絵の具、鉛筆、墨など、多くの素材に触れながら、個性豊かに、型にはまらないのびのびとした創造表現を目指します。  
★第2・4土曜15:45~17:15 初日10/10 事前体験 9/12  
★第2・4日曜12:15~13:45 初日10/11 事前体験 9/27  
各3か月6回  
¥17,820円 読売 ¥2,310円

## ジュニア新体操&リズム教室

新体操講師 金井 才佳  
柔軟のトレーニングをして体がしなやかになります。リボン、ボール、ロープを使い踊りましょう。  
金曜16:25~17:25(年長~小学校低学年)  
17:30~18:30(小学生)  
各3か月12回  
¥33,000円 読売 ¥4,620円 初日10/12 事前体験 9/25

## 1day ガラスペンとインクの魅力

文具道師範代 寺西 廣記  
繊細なガラスペンやインクの魅力、なぜ人気なのか、文房具専門家が紹介します。実際にガラスペンを試し書き、ミニインクと一緒に、お一人、1本お持ち帰りいただけます。  
11/30(月) 13:00~14:30  
読売 ¥4,070円(会員3,520円) 読売 ¥3,080円 読売 ¥330円

## 1day カカオ豆から始めるチョコレート作り ~ハロウィンでチョコレートの物語~

チョコレート専門家 チョコレートくん  
カカオ豆から本格的なチョコレート作りを体験しながら、ハロウィンの歴史やチョコレートとの関わりについても学びます。完成したチョコレートは、秋らしい素材を使ったオリジナルマンディアンに仕上げてお持ち帰りいただけます。  
10/31(土) 13:00~15:00 読売 ¥3,850円(会員3,300円) 読売 ¥3,300円 読売 ¥330円

## 1day モロッコカゴ編み教室

tomoknitモロッコカゴ認定講師 石原 あきこ  
編み図もない、目数も数えない、素材だって何でもOK!かぎ針1本でぐるぐる編んで手のひらサイズのカラフルなカゴを作ります。  
10/29(木) 10:30~13:00  
読売 ¥4,400円 読売 ¥1,700円 読売 ¥330円

## 1day 羊毛フェルトで干支飾り(羊)

中山みどり監修認定講師 江村 香織  
ふんわり優しい素材の羊毛を専用針（ニードル）でチクチクチク。2027年の干支は「羊」です。  
11/29(日) 13:00~16:00  
読売 ¥3,850円 読売 ¥1,760円 読売 ¥330円

## 1day ハンディモップクリーナーにデコパージュ

ジャパンアートベーパー認定講師、Atelier memet主宰 目黒 敬子  
絵が苦手な方でも美しく仕上がるデコパージュで自分だけのオリジナルふわふわクリーナーを作ります。  
10/31(土) 13:00~15:00  
読売 ¥3,850円(会員3,300円) 読売 ¥2,400円 読売 ¥330円

## 1day 私に合う眉の描き方レッスン

メイクセラピスト 佐藤 義子  
ご自分に合う若々しく元気に見える眉の描き方、お手入れの仕方、道具の使い方が学べます。  
9/25(金) 13:00~12:00  
読売 ¥3,960円(会員3,410円) 読売 ¥330円

## New 大人ののためのやさしい縄跳び

野口ボクシングジムジムトレーナー 野口 詩延  
一般的な縄跳びのイメージである「跳び続ける運動」とは異なり、跳ばずに行う新しい縄跳びを提案します。  
第1・3日曜10:50~11:50  
3か月6回  
¥19,800円 読売 ¥2,310円 初日・事前体験 10/4

## 美容バレエダイエット

山川バレエ団 本間 潤一  
クラシックバレエの基礎とストレッチを中心にします。体力に自信のない方、体のかたい方も無理なく始められます。  
第1・3金曜  
19:30~20:50  
3か月7回  
¥23,870円 読売 ¥2,695円 初日10/2 事前体験 9/18

## スマイル・フラ(超入門クラス)

マイレ本間フラスクール カルダンスターズ カメハナ・オ・カラア ももこ  
フラがはじめての方へ基礎から丁寧にレッスンします。  
第2・4火曜18:20~19:20  
3か月6回  
¥19,800円 読売 ¥2,310円 初日10/13 事前体験 9/29

## コアトレで インナービューティを目指そう

KayanoBalletStudio(代表) バレエ教師兼ダンサー 河合 かや野  
インナーマッスルを整えながら強化し、美しい姿勢としなやかな身体を作ります。  
第1・3水曜  
10:30~11:50  
3か月6回  
¥19,800円 読売 ¥2,310円 初日10/7 事前体験 9/30(第5水)

## 東京ドームで踊ろう! ジャイアンツウィーナズダンススクール

ウィーナズ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「ウィーナズ」のキッズダンススクールです。  
★水曜17:30~18:30  
リトル(小学生)  
初日10/7 事前体験 9/30  
3か月12回  
¥26,400円 読売 ¥4,224円  
★土曜10:45~11:45、12:00~13:00  
キッズ(4歳~未就学)  
初日10/3 事前体験 9/26  
3か月12回  
¥26,400円 読売 ¥4,224円  
★土曜19:40~21:10  
ジュニア・シスター(中学生~一般)  
初日10/3 事前体験 9/26  
3か月12回  
¥33,000円 読売 ¥4,224円

