🐠 リクエスト曲でも踊れる

の曲などリスエストにも対応します!

受20,790円 維2,618円 数154円

第1.3.5火曜 10:30~12:00

1/6~3か月7回

大人のためのダンスホール ダンサー ダンスインストラクター Maya

シアタージャズや J-POP に合わせて楽しく踊 りましょう。 推しのアイドル、K-POP、懐かし

00

要約などに挑戦しませんか。

1/16~3か月5回

第1.3金曜 12:00~13:10

第2.4水曜 10:20~11:20

受18,480円 維2,244円 数132円

☞アンチエイジング・

エクササイズ

行います。フラメンコシューズ不要。

1/14~3か月6回

体験日 1/14

🦟 😘 🎡 メールが届いたらチャンス! 🎡 🐠 🤭

12月28日17時までに1月期講座の受講手続きをし、メール

アドレスを登録済みの会員に応募メールを送信。応募された

🐠 フランス語入門★

第1・3・5土曜 17:00~18:30

フランス語講師 ミカエル デルブロワ

フランス語を基礎から学びませんか。初心者向けの

入門講座で会話や表現を楽しく身に付けましょう。

受19,800円 維2,112円 体験日1/17

⋘ ネイティブから学ぶライティング講座★★

方に抽選でよみカルポイント500Pプレゼント!

1/17~3か月6回

元早稲田大学本庄高等学院英会話講師 ロバートマキニー

インディアナ州立大学でも指導した講師による本格

ライティング講座。メール、旅のレポート、新聞記事

受15,400円 維1,760円 数110円 体験日1/16

大野環フラメンコアカデミア [EL ANILLO] 代表 大野 環

イベントなどで踊って楽しめる、スペインのフォー

クダンス「セビジャーナス」から学んでいきます。

第1・3水曜 10:20~11:20 1/7~3か月6回

受18,480円 維2,244円 数132円 体験日1/7

🐠 はじめてのフラメンコ

JR八王子駅ビル CELEO 北館10階

入会・体験・見学 ご予約を! 2042-622-6211

Ѿ むくみケア検定講座2級



マザーボーネ認定講師 伊藤 加代子 足裏ケアで内臓機能を活性化し、 リンパの流れ・血液の流れ・むくみ や冷えの改善のヒントを学びます。 第4土曜 14:00~16:00 1/24~3か月3回 受13,200円 維1,122円 数8,800円

筆跡診断士 二藤部 萩佳 開運×美文字レッスン

(少人数制) 筆跡心理学を取り入れて美しい文 字の書き方を学びながら、開運に繋 がる書き方のポイントを学びます。 第4月曜 13:00~14:30 1/26~ 3か月3回 受8,910円 #1,122円

数1回300円 体験日12/22



🏭 自分の名前で開運UP! 美文字レッスン(個人30分)

12/8(月) 13:00~15:00 受3,300円 繼220円 数300円



🗫 声から心身を整える女性のための

ボイストレーナー ソプラノ歌手 石田 祐華利

心と体を整え、自信と美しさを引き出すチャク

声のトレーニング

ラ発声ボイストレーニングです。

🗫 こままわし講座

こままわしプレイヤー まろ 先生

第2日曜 10:30~12:00 1/11~ 3か月3回



ひもを巻いてから投げて回す「投げごま」 をこま技検定最高段位の講師が丁寧に指導し

受9,900円 21,155円 体験日1/11



💯 踊って若返るサンバエクササイズ

初心者にも出来るフラメンコの動きで、姿勢改善や若々しい体作りを



サンバダンス サンバエクササイズ講師 ΔΜΙ サンバダンスをベースにしたエクササイズを行 います。子どもから大人まで楽しめる内容です。 第2.4木曜 10:15~11:45

1/8~ 3か月6回 受17,820円 2,244円 数132円 本験日 1/8

はるか遠く古代ペル シャからシルクロード を経て日本に伝わった 琵琶。まずは触れて、 弾いてみましょう。 第1・3・5日曜 11:00~12:00 1/18~3か月6回 受23.760円 維2,244円

体験日 1/18



ニップン クッキングパートナー

花柳流師範 花柳 瀧つゆ

(姿勢) を正し、健康維

持に効果があります。踊

ることでワクワクする、

そんな時間を過ごしませ

普段の立ち居振舞い

☞ おてがるカリンバ おてがるカリンバ®認定講師 太田 僚子 楽譜が苦手な人でも大丈夫! 脳 トレ感覚でご一緒にカリンバ演奏を 受9,900円 維1,122円 数66円

🤷 季節を感じる手作り石けん



楽しみましょう。

体験日 12/2

1/20~3か月3回

第3火曜 10:45~12:00

※事前体験のみ第1火曜

Botanical Parade代表 植物美容家 荒 真理子 植物オイルやハーブ、天然の香りを 楽しむ手作り石けん。洗い上がりがや さしく、使うたびに自然の豊かさを感じ られます。癒やしの時間を過ごしませ んか。

第3木曜 13:00~14:30 1/15~3か月3回 受9,900円 維1,320円 数1回2,750円

📨 「北魏」 の楷書を書こう

読売書法会理事 謙慎書道会常任理事 鎌田 光暘

力強い魅力あふれる中国・北魏時 代の楷書を中心に学びます。古典の 臨書を軸にしつつ、創作まで幅広く 楽しみましょう。初心者も歓迎です。 第2.4土曜 10:30~12:00 1/24~3か月5回 受14,850円 繼1,870円 体験日 1/10



🐠 切り絵アート

切り絵作家 杉谷 知子 デザインカッターで、好きな 図案と好きな色の紙を選び、「切 り絵」を完成させましょう。 第2.4日曜 10:30~12:00 1/11~ 3か月6回 受19,800円 2,244円 体験日 12/14



📨 浮世絵の世界へ 武蔵野美術短期大学デザイン科卒 宮本 るか

ぞって彩色します。絵心がなくても大丈夫。 あなただけの浮世絵を楽しく描いてみま しょう。 第1.3.5月曜 13:00~15:00 1/5~3か月7回

トレース台を使い、浮世絵を上からな

受24,640円 2,618円 数1作品100円 体験日 12/15

№ 小さな宇宙 万華鏡の世界

株式会社プリンツ代表取締役 豊田 芳弘 木製の万華鏡にビーズや天然石を入 れて組み立てます。幻想的な映像をさ まざまな方法で体験しましょう。 第1金曜

10:30~12:00 2/6~3か月2回 **翌**6,160円 **維748円** 数4,000円 体験日 2/6





🤷 世界一簡単なヨガ(入門)

ヨガインストラクター 堀 由紀子 手先足先から じっくりほぐして



ゆっくり進めてい きます。のんび りマイペースにご 参加ください。 第1・3月曜 13:30~ 15:00 1/5~3か月6回 受17,820円 維2,244円

体験日 1/5

№ 60才からの 整体ストレッチ(1・3)



ます。腰痛や関 節痛の人にもお すすめです。 第1.3木曜 10:30~12:00 1/15~ 3か月6回

NANAKO

整体師が教え

№ 懐かしの曲や流行の曲で踊る 大人のためのDISCOダンス

JWIフィットネスインストラクター SACHIKO あの頃の自分を思い 出しながら、時にはト



クリスマスイブ

に社交ダンスに

チャレンジしてみ

15:00~16:00

鮎裕の和のイラスト

~紅梅・白梅を描く~

和のイラスト公認講師 渡辺 智美

ませんか。

12/24(水)

受3,080円

220円

脳も体も生き生きする ダンス講座です。 第2・4月曜 11:00~12:00 1/12~3か月6回 受19,800円 維2,244円 数132円

土屋 恵梨

和紙の特徴

を生かした独

自の筆使い

で、紅梅・白

梅をはがきに

描きます。

1/20(火)

10:30~

12:30

体験日 1/12

クリスマスイブの社交ダンス DanceSport Heritage所属プロフェッショナルダン

レンド曲にも挑戦する

公開

第1土曜

受9,900円

維1,122円

体験日 1/10

数66円

13:00~14:30

1/10~3か月3回

※初回のみ第2十曜



漫画「孤独のグルメ」の原作者・久住昌之さ

緒に冬を 楽しみましょう

を行います。

第1・3・5火曜

受20,790円

2,618円

10:15~11:30

1/6~ 3か月7回

数154円 体験日1/6

№ 健康寿命を延ばす

楽しみながら頑張る体操

健康運動指導士 介護予防運動指導員 榊原 あつ子

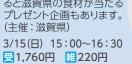
その日の体調に合わせて楽しみながら頑張る

体操で、転倒やふらつき予防、肩こり腰痛対策

魅力発見! 北の近江 グルメ紀行

漫画「孤独のグルメ」原作者 久住 昌之 料理研究家 かわごえ 直子

んと料理研究家のかわごえ直子さんが、滋賀 北部の旅と食、地元食材を 楽しいトークと画像で紹介 します。アンケートに答え ると滋賀県の食材が当たる



受1,760円 繼220円

下原刀の鑑賞

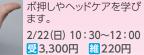
武州八王子下原刀研究会会長 伊藤学 八王子郷土の刀、下

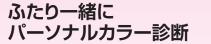
て学びましょう。 3/22(日)



季節の変わり目に効く 経絡セルフケア

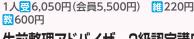
日本ボディーケア学院認定インストラクタ-久保川 文代 季節の変わり目に「肝」 を整える、東洋医学の経 絡(けいらく)に沿ったツ





カラーリスト 田中菜々子 似合う色を知っ ていますか。自分 らしさを演出できる パーソナルカラー であなたの魅力を





生前整理アドバイザー2級認定講座 生前整理普及協会 生前整理アドバイザー 小室 李佳

未来の不安をもう終わり にしませんか。生前整理の 『プロ』資格で、家族と 自分の幸せを確かなもの にしましょう。

2/25(水) 13:00~18:00 受9,900円 維220円 数11,550円





よみうりカルチャー八王子 **2042-622-6211**

お問い合わせ・お申し込み

八幡山古郭から小田原城へ 歴史ライター 清水 克悦

夜城跡を望む、八幡山古郭 の東曲輪から小田原城とそ の周辺を歩きます。受講者 2/1(日) 10:30~14:00 受3,850円(会員3,300円)



受3,300円

はじめての花柳流

維220円

数880円

冬に体を温めるタパスと 濃厚赤ワイン

料理研究家 Assiette de Kinu主宰 尾田 衣子 冬に体を温める簡単に作 れるタパスをご紹介。濃厚

1/29(木) 11:00~13:00 受3,080円 220円 数2,200円

春の歌をうたいましょう

春の陽ざしが届く頃に、輝かしい日本の歌を 心を込めた声と言葉で美しく歌い上げましょう!



絵本の読み語り2級

赤ちゃんや子どもと のコミュニケーション、 絆を強めていくための 「読み語り」について 学びます。 2/7(土)

220円 数4,960円



プリザーブドフラワーで作る仏花

紫のグラデーションで、プリ します。 1/22(木) 13:30~15:00 受3,080円 #220円



2級認定講座

り)。家庭も職場も

ゼンタングル®アートで

ゼンタングル 窓定講師 篠原 朋子 基本のパターンを 組み合わせて繰り返 し描き、世界に一つ だけのカードを作りま す。飾ってインテリア こするのも、プレゼン トにもおすすめです。

12/10(水) 10:30~12:30 受3.300円 維220円 数300円 💹

講師 若山 翠 水晶球で景色



年生以上対象。 1/17(土)

迎春リース

新年を彩 る縁起物の



12/22(月) 整理収納アドバイザー 13:00~15:00 受3,080円 220円 数4,500円

杉江 麻理子 1日で資格が取 得できます(休憩あ

ハウスキーピング協会 整理収納アドバイザー

んか。

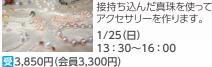
3/10(火)

10:30~12:00

受3,300円 繼220円



神戸の真珠屋さんが直



クリスマスカードを作ろう



雪だるまの万華鏡を作ろう 株式会社プリンツ代表取締役 豊田 芳弘

が見える、木製の 雪だるま型万華鏡 を手づくりしてみ ましょう。小学4 10:30~12:00

受3,080円 繼220円 数2,200円

美らフラワー 島田 詠美子

切らずに作る帯結び

帯工房「遊創」主宰 塩川 潮子 お持ちの帯を使って、いつでも簡単に手早く装着 できるお太鼓帯を切らずに作ります。 名古屋帯 1/22(木) 袋帯 1/31(土) 各クラス13:00~16:00

受6,050円(会員5,500円) #220円 数860円 ※2回セット申し込みで割引あり

「老後にトクする お金の教養講座」

初心者でも安心!

人気のファイナンシャルプランナ 人生 100 年時代を楽しく安心して暮らすた めに正しい知識を身に付けましょう。お菓子の お土産付き。

1/25(日) 14:00~16:00 受無料(要予約)

リスマス & お正月特集 クリスマスZUMBA®

KOU ラテン音楽に合わせ て体を動かすダンス系 フィットネスで、クリス マスを楽しもう! 12/16(火) ₩2,970円 繼220円

教22円



クリスマス金曜フルート

アジアフルート連盟日本常任理事 岡崎 明義 ウィーン国立音大卒フルート奏者 遠藤 尚子 師走のひとときに、フルートアンサンブルを 奏でてみませんか。



わしい花材に、

華やかにアレン

ジします。

12/24(水)

受2,860円

繼220円

お正月のフラワーアレンジ

いけばな郁生流正教授 加藤 雅厚 生花の松や葉



※画像は昨年の作品です。

₩3.520円

220円 数66円 受3,080円 維220円 数660円 年明けにサルサを踊ろう Katumbao 新たな年の始まりに

陽気なキューバ音楽で 楽しく踊りませんか。 初めての人も大歓迎 です。 1/10(土) 12:30~14:00 受3,080円 220円 数22円

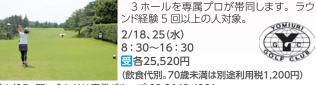


ふくれ織りのロールカラー チュニックブラウス

縫い工房主宰 野村 真由美 ミシンを使って、ロールカラーのチュニックブラ ウスを制作します。

1/27(火) 10:30~13:00 受3,850円 維220円 数3,300円

よみうりゴルフ倶楽部 専属プロによるラウンドレッスン プロゴルファー 加藤 淳



ンド経験 5 回以上の人対象。 2/18、25(水) 8:30~16:30 受各25.520円



GC (飲食代別。70歳未満は別途利用税1,200円)

申し込み・問い合わせは事業グループ 03-3642-4301

保100円 バレンタインを楽しむ チョコレート・バブカ NY 発祥の「バブカ」でバレンタインを先取り しませんか。バター、卵を使ったリッチな生地で チョコレートを巻 き込んで編んだ華 やかなパンです。 2/4(水) 14:00~17:30

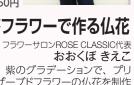
赤ワインと一緒に味わいま しょう。

日本オペラ協会会員・声楽家・ソプラノ 小林 悦子

3/14(土) 14:40~ 15:40 受4,070円 維220円 数22円

マザーボーネ認定講師 伊藤 加代子

15:00~18:00 **翌**6,600円



ザーブドフラワーの仏花を制作

数4.500円 ケース希望者は別途(600円)

2/15(日) 10:15~17:15 受19,800円 維220円 数7,100円 手作りパールネックレス KOBE PEARL COLLECTION代表 所神根 孝二

220円 数4,000円~