

旅する城

歴史紀行家 小林 祐一

日本には、様々な「城」があります。それぞれの城について、築城の背景や遺構について、詳細に解説します。

◆第2月曜 13:00～14:30
6か月6回 19,800円 維持費 2,112円 10/9～

月1回の楽しい生け花

古流松蔭会副総司 寺沢 理雪

好きな花を自分らしく生けて花と語り合う静かなひとときを楽しみましょう。お灸状取得も可能です。

◆第1土曜 13:30～15:30
6か月6回 19,800円 維持費 2,244円 教材費 1,200円 10/7～

バレエのためのコンディショニング

ISスタジオダンスインストラクター 田中 有紀子

「バレエの技術につながる体づくり」が目的のクラスです。初めてバレエに挑戦したい方、レッスンのプランクから復帰される方、基礎を見直したい経験者の方におすすです。

◆月曜 13:00～14:30
3か月13回 40,040円 維持費 4,862円 10/2～

楽しく学ぶホームヨーガ

日本ヨーガ学会理事長 荻山 貴美子
日本ヨーガ学会教授 小川 玲子
日本ヨーガ学会教授 楠本 道子

インド5千年の秘宝直伝のヨーガです。「ゆたたりと自然に微笑んで」をモットーに、ポーズと呼吸とマントラを中心にヨーガを楽しむ学びます。

◆金曜 12:00～13:30
3か月12回 37,950円 維持費 4,488円 10/6～

世界紅茶紀行

紅茶講師 国内外紅茶ツアー同行講師 平原 麻子

旅するように世界の紅茶文化をご紹介します。産地ごとの紅茶を飲み比べ、その背景にある文化や物語についても触れていきます。

◆第4月曜 13:30～15:00
3か月3回 9,900円 維持費 1,122円 教材費 3,300円 10/23～

マミフラワーデザイン

マミフラワーデザインスクール指定教室責任者 佐藤 千鶴代

アレンジメントや花束、ブーケ、コサージュなどを基礎から楽しく学ぶコースです。講師資格を目指すこともできるの、仕事に役立てたい方にもお勧めです。

◆第2水曜 18:00～20:00
6か月6回 18,150円 維持費 2,244円 教材費 2,500円程度 10/11～

鳴上 順のジャズダンス

21st ジャズダンスシアター主宰 鳴上 順

エクササイズで基礎を身につけ美しい身体づくりをしながら、いろいろなジャンルの曲に合わせてステップをふんでみませんか？

◆土曜 19:00～20:30
3か月12回 38,016円 維持費 4,488円 10/7～

月1マッサージでリラックス

ソワンヒーリングサロン代表 松方 久美子

ハンドやヘッド・フットのマッサージをしながら、リラックス時間を過ごしませんか？ハーブティやアロマも楽しめます。

◆第2土曜 13:00～14:30
6か月6回 21,120円 維持費 2,244円 教材費 3,960円 10/14～

香りと味を楽しむ台湾茶

緑茶・烏龍茶・紅茶・プーアル茶・花茶
加香 Tea School 主宰 大橋 加津子

台湾提携農家から直輸入した本格茶葉を使用。幻の烏龍茶や台湾5大烏龍茶など、日本でない高級な茶葉も新茶で楽しむ贅沢な講座です。

◆第3月曜 10:30～12:00
6か月6回 21,450円 維持費 2,244円 教材費 9,900円 10/16～

ロボットを作ろう！

CLUB WAD 代表 梁取 弘明

競技用ロボットの製作にチャレンジ！部品の設計・製作や電子回路の製作なども行います。

◆第2・4日曜 15:30～17:30
3か月6回 18,975円 維持費 2,112円 教材費別 10/8～

はじめてのバリ舞踊

パスンダリ主宰 長谷川 亜美

インドネシア・バリ島伝統の「バリ舞踊」は、ガムランの調べに合わせて、ゆくりと指先や目を動かして踊る民族舞踊です。

◆第2・4土曜 18:30～20:00
3か月5回 17,187円 維持費 1,870円 10/28～

笑顔でシャンソン・カンツォーネ
シャンソン・カンツォーネ歌手 井上 京子

あなたの大好きな歌は何ですか。シャンソン、カンツォーネ、ラテン、映画音楽など数々の名曲を歌ってみませんか。

◆第1・3月曜 13:00～14:30
3か月6回 21,450円 維持費 2,244円 10/2～

「江戸の名物」を歩く

江戸研究家 佐藤 孔亮

「江戸の名物」を詠みこんだ歌にちなんで歩いてきた講座です。今回は「箱根山 魚塩坂」から国分寺 外濠行けばいずれ溜池」の歌に沿って、古くて新しい江戸の魅力を一緒に探して歩きましょう。

◆第3水曜 13:30～16:00
6か月6回 23,100円 維持費 1,320円 教材費 660円 保険料 600円 10/18～

～大人の脳トレ（色鉛筆）～

曼荼羅お絵描き
アナログアーティスト 田谷 野映

点と線をつないで描くインド人直伝のフリーハンドで手軽に描ける曼荼羅お絵描き講座です。

◆第4金曜 13:00～14:30
6か月6回 23,100円 維持費 2,244円 10/27～

はじめてのレザークラフト

SOTA LEATHER PRODUCTS 高浪 創太

毎日持ち歩く革の小物を手作りしてみませんか。まずは好きな小物を2つ作ります。手縫いや革の裁断面の処理（コバ磨き）などレザークラフトの基本から丁寧に学びます。

◆第2火曜 13:00～15:30
3か月3回 9,900円 維持費 1,122円 10/10～

「紹刺し」の楽しみ

日本手工芸指導協会理事「花と紹ざし」主宰 黒川 朋子

繊細で美しい文様は、絹で出来た紹布を木枠に張り、絹糸を垂直に刺して表現します。小物に好きな模様をあしらったり、アクセサリーも作ることができます。

◆第2水曜 10:30～12:30
6か月6回 25,740円 維持費 2,244円 教材費別 10/11～

西島三重子と歌う、あの歌この歌

シンガーソングライター 西島 三重子

ニューミュージックから演歌まで、時代を超えて受け継がれる歌や、今話題の歌、シャンソン、スタンダードナンバーなど、「ことば」を味いながら、一緒に様々なジャンルに挑戦してみませんか？

◆第2・4木曜 12:15～13:45
3か月6回 22,968円 維持費 2,244円 10/12～

はじめてのアクリル画

女子美術大学絵画学科日本画専攻卒業
日本美術家連盟会員 平野 知加子

紙とキャンパスの両方に描くことができます。とても扱いやすい画材です。レッスンはレベルにあわせてご指導します。

◆第2・4木曜 14:00～16:00
3か月6回 21,120円 維持費 2,244円 10/12～

ナンタケットバスケット

New England Nantucket Basket Association 認定インストラクター 半田 美織

アメリカ東海岸の小さな島「ナンタケット島」で生まれた、ナンタケットバスケットは「世界一美しいかご」と称される、アメリカの伝統工芸品です。

◆第4火曜 10:30～12:30
6か月6回 33,000円 維持費 2,244円 教材費 22,000円～ 10/24～

イギリスの素敵なお稽い ダーニング

監修・ニットデザイナー 野口 光
野口光装飾ダーニング講師 斉藤 円

ダーニングマッシュルームという道具を使って、傷みを繕う修繕技術を学びます。カラフルな糸や生地に馴染む糸を使うことで、かわいらしい表情をもった、世界でたったひとつの繕いものに仕上がります。

◆第2火曜 10:15～12:15
6か月6回 41,250円 維持費 2,244円 10/10～

「ドーンと福井in神楽坂」関連講座
敦賀・若狭ぶらぶら散歩日記

漫画「孤独のグルメ」原作者 久住昌之
料理研究家 かわこ直子

12月2、3日に開催されるイベント「ドーンと福井in神楽坂」のその初日に、久住さんとかわこさんが敦賀老舗の旅と食、地元食材を使った料理のメニューなどを楽しいトークと画像で紹介いたします。地元産品のお土産もプレゼント。

◆12/2(土) 14:00～15:30
◆音楽の友ホム（新宿区神楽坂）
◆2,750円
◆問い合わせは事業担当(03-3642-4301)

ABCから始める英会話超入門

よみうりカルチャー 講師 スティーブン スペンサー

英語が全く分からない超初心者の方クラスです。アルファベット、数字の読み方からはじめ、正しい発音を習得しながら、挨拶や自己紹介、簡単な日常会話を楽しく学びましょう。

◆第1・3木曜 14:00～15:30
3か月6回 20,592円 維持費 2,112円 10/5～

時事英語

元読売新聞記者 高須賀 茂文

英字新聞「The Japan News」を読んで、英語力を高めるだけでなく国際ニュースの基礎も学びませんか？元読売新聞記者が初歩から丁寧に解説します。

◆第1・3日曜 10:30～12:00
3か月6回 19,800円 維持費 2,112円 10/1～

土曜朝の韓国語入門

よみうりカルチャー講師 魚 享殿

土曜日の朝に韓国語にチャレンジしてみませんか？あいさつや旅行に役立つ会話表現など楽しく学びましょう。

◆第1・3土曜 10:30～12:00
3か月6回 20,592円 維持費 2,112円 10/7～

～アルファ～食品株式会社協賛～

その時あなたに！
知って得する防災の基礎知識

防災士 折原 茂
気象予報士 大島 正幸
アルファ～食品株式会社営業部長代理 内田 将史

地震や豪雨など身近に迫りくる災害について、防災の日を前に考えてみませんか。災害発生時の行動や身を守る方法、備蓄や非常食についての基礎知識。アレنجリシビもご紹介いたします。

◆8/30(水) 14:00～15:30
2,200円 維持費 352円

全講座のご案内
TEL.03・5471・6311

文芸・教養	
俳句（徳田教室）	②④金10:30
俳句（永方教室）	②④金13:00
俳句（今瀬教室）	③金13:00
新 川柳の実作と鑑賞	④土10:30
ぶびぶ絵本塾	①月15:30
源氏物語入門	②木10:30
新 初めての日本人（藤海月）幕末・明治の活躍	③土13:00
古文書入門～江戸の町と暮らしを知る	①③火18:30
① 訪ねて、見て、知る、文化遺産探訪	①土10:30
旅する城	②月13:00
外「江戸の名物」を歩く	③水13:30
外 ホツと癒やしの神社めぐり	④木10:30
満外 一緒に 江戸っ子あそび	④水10:00
外 名庭園探訪	④土10:00
外 東京「あいうえお」散歩	④金10:00
外 東京「新・あいうえお」散歩	④金13:30
新外 東京新名所散歩	③水10:00
「遠野物語」の中の神道思想	①火10:30
お写経（般若心経）と仏教のおはなし	②水13:00
写経と法話の会	③火10:15
仏像のひみつ	②月15:00
外 東京の寺めぐり	③土10:30
久米小百合の「パイブルカフェ」	①水13:00
妖怪学入門	②水19:00
たのしい朗読	②木13:00
新 はじめての朗読・読み聞かせ	②④水16:00
語り朗読講座	②④木10:30

キャリアアップ・実務	
賞状書士養成講座	①日10:10
新 ラッピングコーディネーター（スキルアップコース）	①③火15:30
新 堅実な資産運用のための基礎知識	②④水13:00
新 手話講座（初級）	①③金19:00
手話教室（応用）	月13:00
新 スマホ・パソコンプライベートレッスン	②④水14:30

川崎センター募集講座
JR川崎駅ビル「アトレ川崎」5階
（申し込み・問い合わせ） TEL 044・221・5590

New こぎん刺し
～ハリノヲト～

ハリノヲト 植木 友子

青森の先人の知恵「こぎん刺し」。伝統の模様はもちろん、苺や林檎などのオリジナルの図案で小物やバックを作りませんか。針を進めていくと現れる美しい模様に心が躍ることでしょう。

◆第4火曜 10:10～12:10
6か月6回 21,120円 維持費 2,244円 10/24～

会員に特典いろいろ

読書公演チケット10%割引、読売旅行が主催販売する旅行代金3%割引など。詳しくはHPで。

書道・ペン字	
日曜書道	①③日10:30
総合書道・美文字になるペン字（フレックス制）	木13:00
週末書道	①③土18:00
生活に活かす書道	①③月16:00
デザイン＆アート書道	②土10:30
かな・実用書道・ペン字（角谷教室）	①③火10:30
月に一度の書道教室	④火13:00
日常に生かせる筆ペン・ペン字	④火10:30
美しい文字を目指す書道	①③金10:30
美しいペン字・小筆教室	②④木15:00
ペン習字・筆ペン入門	②④木10:30
楽しいカリグラフィ	①月18:00
土曜カリグラフィ	①③土10:30

絵画	
日本画の素描術	④火13:00
はじめての日本画（日）	②④日13:00
水墨画	①③⑤月13:00
	②月10:30
俳画	②火10:30
	③火13:30
初めての水彩・パステル・色鉛筆（日）	②④日13:00
水彩画ははじめの一步	②④火13:30
新月1回気軽に描く水彩画	④火13:30
煌めく透明水彩レッスン	②④木14:00

茶道・生け花・フラワー	
月に1度のテーブル煎茶教室（愛茗流）	③日10:30
草月はなのアトリエ（初級・中上級）	金18:30
いけばな華月流（初級・中上級）	①③月18:00
いけばな小原流（初級・中上級）	②④火10:30
月1回の楽しい生け花	①土13:00
茶花	④木10:15
マミフラワーデザイン	②水18:00
フラワーアレンジメント&テーブルセッティング	①木13:30
季節のお花で楽しむフラワーアレンジメント	③火13:00
スタジオ品子のフラワーアレンジメント	①水13:00
ドライフラワー教室	②木10:30

茶道・生け花・フラワー	
月に1度のテーブル煎茶教室（愛茗流）	③日10:30
草月はなのアトリエ（初級・中上級）	金18:30
いけばな華月流（初級・中上級）	①③月18:00
いけばな小原流（初級・中上級）	②④火10:30
月1回の楽しい生け花	①土13:00
茶花	④木10:15
マミフラワーデザイン	②水18:00
フラワーアレンジメント&テーブルセッティング	①木13:30
季節のお花で楽しむフラワーアレンジメント	③火13:00
スタジオ品子のフラワーアレンジメント	①水13:00
ドライフラワー教室	②木10:30

料理	
世界紅茶紀行	④月13:30
香り&味を楽しむ台湾茶	③月10:30

マナー・おしゃれ

新 土曜・着付け教室	①③土12:20
新 カラーコーディネイト入門	①③火10:30

外国語	
時事英語	①③日10:30
シニア世代の英会話	②④水10:30
ABCから始める英会話超入門	①③⑤木14:00
満 基礎英会話（個人レッスン）	①③火10:30
満 パープ・ヒロコ英会話プライベートレッスン	①③火14:45
新 やさしい旅行英会話	①③火13:00
新 やさしいフランス語入門	①③日13:00
新 楽しいスペイン語入門	①③火18:00
新 シュチュエーション別韓国語レッスン	①木11:00
土曜朝の韓国語入門	①③⑤土10:30
耳から学ぶ韓国語中級	木13:00
やさしく学ぶ韓国語中級	水10:30
韓国語入門（少人数クラス）	①③金10:30
土曜朝の韓国語初級	②④土10:30
満 韓国語プライベートレッスン	②④金12:00
韓国語入門	②④金10:30

邦楽・舞踊

高輪弁・清元教室	金15:00
長唄・三味線（両稽古）（三味線）	土13:00
ふるさとを唄う～民謡・及川教室	土15:30
詩吟	②④木13:00
漢詩の世界を詠ず	②④火10:30
イス席で楽しむ・生田流お琴	①③⑤月12:00
しの笛	①③木10:30
尺八	①③火18:30
はじめての能囃子・小鼓	①③金13:00
はじめての小鼓	②④土10:30
日本舞踊・紫流藤間流	②④日15:00
新 常磐津	①③火13:00
日本舞踊・花柳流（個人）	水13:00
地唄舞	②④水10:30
健康的に楽しく踊る盆踊り	①③水10:30

趣味・暮らし

健康マージャン	①③⑤木13:30
たのしい腹話術	①日13:30
新生活に役立つ実践手帳	①金10:30
星ホロスコープが語る西洋占星術	①金13:30
タロット占い入門	①金12:00
新 ルノルマンカード（初級編）	④水10:30
鉄道のある風景を撮る（鉄道写真入門）	④日13:15
写真教室	①③土13:00
②日10:30	
外 四季の鎌倉・自然散策	②木12:30
満外 花の鎌倉・坂道ウォーク	②日12:30
満外 大江戸グルメウォーキング	①水10:00
満外 大江戸グルメウォーキング・アンコール	③水10:00
満外 東京のお菓子を歩く	④火10:00
外 ぐるり山手線30駅の旅	②水10:30
外 あの町この駅・東京さんぽ	③水10:30

料理	
世界紅茶紀行	④月13:30
香り&味を楽しむ台湾茶	③月10:30

新 土曜・着付け教室	①③土12:20
新 カラーコーディネイト入門	①③火10:30

音楽（個人レッスン）

金曜日のピアノ・子どもピアノ	①③金14:30
楽しいピアノレッスン	②④金15:00
満 シニアのためのピアノ	①③⑤水10:20
午後後のピアノ	②④水17:30
夕方から夜のピアノ	①③⑤木16:00
はじめて弾くピアノ（初心者対象）	①③火14:00
満 はじめてのジャズピアノ	①③⑤日10:10
はじめてのピアノ弾き語り	①③⑤日13:15
アコーディオン	①③金15:30
イングリッシュ・コンサティーナ	①③金15:30
電子チェンバロを弾こう！	②④木13:00
楽しいフルート	②④水14:30
リコーダーと楽しもう！	①③木13:00
麗しのオカリナ・やまのクラリネット・新しいEWI（イワー）	②④日13:00
ギターを弾こう	②④火17:00
満 やさしいウクレレ	②④水10:30
満 低中音域のヴォイストレーニング	①③⑤日10:10
満 歌声・話し声トレーニング	①③⑤日10:10
新 ヴォーカルレッスン	②④月10:30
本多厚美のインターナショナルボイス・クリニック	④金12:50
心で歌う声楽	①③土10:30
シャンソン&カンツォーネを歌おう	①③月17:30
生きるための声と心のセミナー	①③⑤日13:15

音楽（グループレッスン）

中高年から始めるらくらくピアノ®&キーボード	②④金10:30
④日10:30	
木の笛のやさしい音色「コカリナ」	①③火11:00
楽しいオカリナ・初級	①③火13:15
ハーモニカを楽しむ	①③水15:30
大人のためのやさしいギター	火15:00
ゼロから始めるウクレレ教室	②④木10:30
ゼロから始めるウクレレ教室（初級～中級）（入門）	②④土12:30
やさしい二胡（入門・初級）	①③木18:45
本多厚美のヴォイス講座	②④金15:15
声と健康ボイストレーニング	①③金12:15
①③月15:00	
久米小百合さんと歌う「スペシャル合唱団」	②④水18:30
楽しいコーラス	②④金13:30
歌うサロン	水12:30
日本語で歌う世界の名歌	①③水14:15
日本の歌	②④日11:00
笑顔でシャンソン・カンツォーネ	①③日13:00
魅惑のシャンソン	②④日13:00
パンチニードルで作るラグ小物	①③日13:00
はじめてのソウル&ポップス（ギター）	②④水14:30
ボサノヴァ（ヴォーカル）	①③木18:45
カラオケ歌謡教室	①③金10:30
加藤おさむの歌謡教室	①③月10:15
ポップス&演歌教室	②④木14:00
新 あなたのためのカラオケ（ヴォーカル&ギター）	①③木19:45
カラオケ歌謡教室	①③金10:30
加藤おさむの歌謡教室	①③月10:15
ポップス&演歌教室	②④木14:00
新 あなたのためのカラオケ	①③木16:00
五城美穂の楽しもう！カラオケ	①③金14:30
西島三重子と歌う、あの歌この歌	②④木12:15
女性専科・楽しくカラオケ！	②④木13:00
楽しく POPS バンド・アンサンブル	①