

鉄道のある風景を撮る(鉄道写真入門)

映画のワンシーンに出てくるような、懐かしき叙情的な鉄道風景にチャレンジしてみませんか？

◆第4月曜
13:15～14:45
6か月6回21,780円
維持費1,056円 10/26～

月に1度のテーブル煎茶教室(愛茗流)

愛茗流煎茶道四世家元 木村 幽寧

玉露のお茶を中心に、季節に合わせ、お湯の温度や量によって、いろいろな飲み方を味わっていただきます。イスとテーブルで楽しむ教室なので、無理なくお作法も学べます。

◆第3日曜 10:30～12:30
3か月3回 10,890円 維持費1,188円
教材費1,980円 10/18～

大人のそろばん教室

そろばん指導員 北山 かをる

一人ひとりのペースに合わせて基本からゆっくり進めていきますので、そろばんが初めての方でも、久しぶりの方でも安心してご参加いただけます。

◆第1・3水曜
15:30～16:30
3か月6回24,420円
維持費2,112円 10/7～

リズムミック・カンフー入門

日本リズムミックカンフー協会首席師範 王生 ゆう

肩甲骨と骨盤を自在に動かしながら体のバランスを整え、体力アップと柔軟性の向上を目指します。

◆金曜 18:30～20:00
3か月12回39,600円
維持費4,488円
教材費264円 10/2～

とんぼ玉講座

とんぼ玉作家 入澤 友成

熱く溶けたガラスを静かにできれいなとんぼ玉に生まれ変わらせます。

◆第2・4月曜
10:30～12:30
3か月6回21,780円
維持費2,244円
教材費500円～ 10/12～

やさしいウクレレ(個人レッスン)

ウクレレ教室 Felice 主宰 奈良 潤

ウクレレ1台でピアノのようにメロディも伴奏も同時に演奏する「ウクレレソロ」の講座です。30分の個人レッスンです。

◆第2・4水曜
10:30～13:00
3か月6回23,760円
維持費2,244円
教材費792円 10/14～

はじめての茶道

井伊直弼茶道撰草庵流師範 金生谷 喜泉

茶道を通じての学びは、気持を整え、日常を丁寧に暮らすことにつながります。

◆第1火曜
13:00～14:30
3か月3回 10,560円
維持費1,188円
教材費4,950円 10/6～

はじめてのバリ舞踊

パスダンリ主宰 長谷川 亜美

ゆっくりと指先や目を動かして踊る民族舞踊です。どなたでもステップで出来るように、基本の動きをしっかりと指導していきます。

◆第2・4土曜
18:30～20:00
3か月5回18,150円
維持費1,870円 10/10～

～やさしい伝統工芸～つまみ細工

荒川区指定無形文化財工芸技術者戸村絹代指定講師 久田 ゆかり

羽二重という布をつかいピンセットひとつで簡単に花や蝶などを作れるよう指導します。

◆第3火曜 13:00～15:00
6か月6回21,780円
維持費2,244円
教材費1,200円～ 10/20～

リラックスして若返るピラティス&ヨガ

(株)フルア카데미 インスストラクター Yukako

ずっと歩ける体が欲しい！運動不足を解消したい！いつまでも若々しいたいあなたへ50才からでも安心して始められます。

◆月曜 18:30～19:45
3か月12回40,920円 維持費4,488円 15～
◆月曜月2回クラス 18:30～19:45
3か月6回20,460円 維持費2,244円 10/5～

はじめてのジャズピアノ

ジャズピアニスト 外谷 東

ジャズピアノのメロディー、ハーモニー、リズムの観点から、気軽に弾きながら弾けるように指導します。30分間の個人レッスンです。

◆第1・3・5日曜
10:10～13:10
3か月7回30,030円
維持費3,003円
教材費154円 10/4～

いけばな草月流

草月流師範会理事 大庭 紅弥

「いつでも、どこでも、だれにでも」どんな素材を使ってもいけられるのが、草月流のいけばなです。四季折々の花を楽しみながらいけていきます。

◆第1・3月曜 18:00～20:30
3か月6回21,780円
維持費2,244円 教材費1,500円～ 10/5～

月1回気軽に色鉛筆画

イラストレーター オガワ ヒロシ

月1回、金曜日の朝に絵を描く楽しさを！初心者の方、デッサンが苦手な方も下絵付きなので気軽に始められます。

◆第1金曜 10:30～12:30
6か月6回22,110円 維持費2,244円
教材費1,980円 10/2～

発声・滑舌・音読トレーニング

元テレビ山梨アナ・元ラジオ日本ニュースアナ 現フリーアナウンサー 小沢 尚美

発声・滑舌、早口言葉の練習や様々な原稿の音読、喉を鍛える方法もお教えします。健康でハツラツとした日々を送りませんか？

◆第2・4金曜 13:00～14:30
3か月6回23,100円
維持費2,112円 10/9～

イス席で楽しむ・生田流お琴

生田流宮城会大師範 氏原 百合子

古典曲から現代曲までゆっくり学んでいきます。初心者の方でもすぐに弾けるように指導します。

◆第1・3月曜 12:00～15:00
3か月6回21,120円
維持費2,244円
教材費1,452円 10/5～

キーボードで楽しく！ピアノくらぐれレッスン(日)

はちぶおんぶピアノ教室主宰 井上 綾

クラシックやポップスの名曲を、キーボードを使って楽しく演奏できる大人のためのピアノグループレッスンです。

◆第4日曜 10:30～12:00
6か月6回21,780円
維持費2,244円
教材費10/25～

水彩画入門

水彩画家 守田 篤博

花や果物、静物などを少しずつ描きながら、色の出し方から始まり、さまざまなテクニックを学びます。

◆第2金曜 13:00～15:00
6か月6回23,100円
維持費2,244円
教材費1,980円 10/9～

はじめての洋裁

ファッションデザイナー キャリア財団洋裁講師 大倉 美和

洋裁はじめてさんや、自己流で縫っていらっしゃる方へ洋裁の基本を御指導いたします。

◆第1・3水曜 10:30～12:30
3か月6回22,440円
維持費2,244円
教材費1,500円(テキスト代) 10/7～

魅惑のベリーダンス

国際アラビヤダンス協会主宰(監修) ミーナサレ 専属インストラクター Kaori

中近東から生まれた民族舞踊のベリーダンスは、女性本来の優美さやしなやかなを引き出します。楽しく踊りながら美しさを磨きましょう。

◆第1・3水曜 19:00～20:30
3か月6回20,460円 維持費2,244円
教材費132円 10/1～

ストレッチ&骨盤底筋ケア

スポーツプログラマー・排泄機能指導士 石川 知子

ストレッチやリズム体操で楽しく体を動かし、骨盤のゆがみ、骨盤底のトラブル、更年期症状などの女性特有の悩みを和らげることを目指します。

◆第2・4金曜 14:00～15:15
3か月6回20,460円 維持費2,244円 10/9～

月1回韓国ソングで楽しむカラオケレッスン

ジャズシンガー 江載 善

感動の韓流ドラマOST、心に残る懐かしいバラード、そして人気のK-POPヒット曲まで幅広いジャンル韓国ソングを、楽しく歌って味わいませんか？

◆第4金曜 15:15～16:30
3か月3回10,230円
維持費1,122円
教材費66円 10/23～

世界紅茶紀行

紅茶講師 紅茶ツアー企画・同行講師 平原 麻子

世界のティータイム文化を巡る旅へ。紅茶のいれ方や産地など、基礎知識も幅広く学びます。

◆第4月曜 13:30～15:00
19:00～20:30
各3か月3回10,560円
維持費1,122円
教材費4,290円 10/26～

はがきに描く透明水彩スケッチ入門

多摩美術大学院修了 安田 敦夫

身近な水彩絵の具を使って、はがきに風景などを描きます。

◆第3月曜 13:00～15:00
6か月6回21,450円
維持費2,244円 10/5～

こども将棋教室

(公社)日本将棋連盟公認普及指導員 小林 大二

子どものうちに覚えておけば、一生の友として楽しめます。対象は5歳から中学生。

◆第1・3土曜 13:00～14:30
6か月12回34,320円
維持費4,224円
教材費396円 10/3～

腰掛タップダンス

腰掛タップダンス公式インストラクター プロタップダンサー 倉形 裕代

椅子に腰かけたままのタップダンスなので、転倒の心配もなくシニア世代にぴったりの健康法です。

◆第2・4木曜 14:15～15:15
3か月6回21,780円
維持費2,310円
教材費132円 10/8～

韓国の針仕事「ボジャギとヌビ」

からむし工房講師 内田 久美子

韓国伝統の色の組み合わせを楽しみながら、布の扱い方、縫い方を基礎から学んでいきます。

◆第3水曜 13:00～15:00
3か月3回11,055円
維持費2,244円 10/21～

韓国語プライベートレッスン

よみうりカルチャー講師 洪 載善

はじめての方、学び直したい方、個々に合わせてレッスンします。40分のプライベートレッスンです。

◆第2・4金曜 10:30～12:40
3か月6回27,720円
維持費2,112円 10/9～

ステイブーン先生のやさしい英会話(初級)

よみうりカルチャー講師 ステイブーン スペンサー

やさしい文型と会話表現を中心に、日常英会話を楽しく学べます。英語が苦手な方やブランクのある方も安心。ベテラン講師がやさしくサポートします。

◆第2・4水曜 10:30～12:00
3か月6回21,780円
維持費2,112円 10/14～

ジャイアンツウィーナスダンススクール

読売巨人軍公式マスコットガール「ウィーナス」OG講師

踊る楽しさを感じながら、リズム感や、体力、柔軟性を高め、協調性を育みます。東京ドームなどジャイアンツ公式戦では臨場感あふれるグラウンドに立ち回ります。

◆土曜 15:50～16:50リトル1(小1～小3)
◆土曜 17:00～18:00リトル2(小4～小6)
3か月13回28,600円
維持費4,576円 10/3～
◆水曜 15:30～16:30キッズ(3歳～未就学)
◆水曜 16:30～17:30リトル1(小1～小2)
◆水曜 17:30～18:30リトル2(小3～小6)
3か月12回26,400円
維持費4,224円 10/7～
◆火曜 18:00～19:00リトル(小学生)
3か月12回26,400円
維持費4,224円 10/6～
◆火曜 19:15～20:45ジュニア(中高生)
3か月12回33,000円
維持費4,620円 10/6～
※別途スクール登録料がかかります。



全講座のご案内 TEL.03・5471・6311

表の見方 ◆①③月は、第1・3月曜を意味します。
◆受講料や教材費については問い合わせください。
◆「新」は新しく始まる講座、「外」は野外に出かける講座、「満」は満員講座です。
◆講座名・曜日・時間のところに色がついているクラスは体験(有料)して頂けます。要予約

◆①③月、第1・3月曜を意味します。
◆受講料や教材費については問い合わせください。
◆「新」は新しく始まる講座、「外」は野外に出かける講座、「満」は満員講座です。
◆講座名・曜日・時間のところに色がついているクラスは体験(有料)して頂けます。要予約

◆①③月、第1・3月曜を意味します。
◆受講料や教材費については問い合わせください。
◆「新」は新しく始まる講座、「外」は野外に出かける講座、「満」は満員講座です。
◆講座名・曜日・時間のところに色がついているクラスは体験(有料)して頂けます。要予約

◆①③月、第1・3月曜を意味します。
◆受講料や教材費については問い合わせください。
◆「新」は新しく始まる講座、「外」は野外に出かける講座、「満」は満員講座です。
◆講座名・曜日・時間のところに色がついているクラスは体験(有料)して頂けます。要予約

◆①③月、第1・3月曜を意味します。
◆受講料や教材費については問い合わせください。
◆「新」は新しく始まる講座、「外」は野外に出かける講座、「満」は満員講座です。
◆講座名・曜日・時間のところに色がついているクラスは体験(有料)して頂けます。要予約

文芸・教養	
旅する城	②月13:00
ゼロからは始める俳句教室	②月14:30
仏像のひみつ	②月15:00
満 ぶひぶひ絵本塾	①月15:30
外 行列ができる和菓子店がある街を歩く	③月10:00
「老いと死」について考える	①月10:30
お写経(般若心経)と仏教のおはなし	②月13:00
古文書入門～江戸の町と暮らしを知る	①③月18:30
満 ござ一緒に 江戸っ子あるき	④月10:00
久米小百合の「ババカルカフェ」	①月13:00
外 古地図アプリで歩く江戸	②月13:30
妖怪学入門	②月19:00
源氏物語入門	②月10:30
満 朗読・語り	③月10:30
語り朗読講座	②④月10:30
新 はじめての俳句	④月10:30
たのしい朗読	②④月13:00
オペラの楽しみ	③月13:00
俳句(徳田教室)	②④月10:30
発声・滑舌・音読トレーニング	②④月13:00
俳句(安田教室)	③月13:00
外 家庭園探訪	④月10:00
外 訪ねて、見て、知る、文化遺産探訪	①土10:30
新 短歌の時間	①土10:30
新 はじめての裁判傍聴	④月14:00

外国語	
※クラスのレベルは問い合わせください	
基礎英会話(個人レッスン)	①③月11:20
ドイツ語入門	②④月16:30
ステイブーン先生のやさしい英会話(初級)	②④月10:30
やさしく学べる韓国語中級	水10:30
月1回シチュエーション別韓国語	①月11:00
月1回ゆっくりペースでやりなおす韓国語	③月11:00
ステイブーン先生のかんたん英会話(初級)	①③⑤月14:00
はじめての台湾中国語(初級)	②④月14:45
韓国語プライベートレッスン	②④月10:30
月1回韓国語超入門	④月14:00
土曜朝の韓国語初級2	②④月10:30
ニュースで学ぶ最新英語	①③月10:30

キャリアアップ・実務	
手話教室(応用)	月13:00
新 音楽体操と手話で楽しく健康維持!	①③月13:00
新 ラッピングコーディネーター(養成コース)	①③月15:30
新 ラッピングコーディネーター(スキルアップコース)	①③月15:30
スマホ・パソコンプライベートレッスン	②④月10:20
資格書士養成講座	①日10:10
第二種電気工事士講座	①③月10:30

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

川崎センター開設20周年特別公開講座
葉祥明作品の愛選をたどる
葉祥明美術館と北鎌倉の楽しみ方

葉祥明美術館館長 堀内 重見
葉祥明作品の愛選をたどりながら、美術館誕生の秘話や北鎌倉ならではの楽しみ方をお話しします。

◆11/1(日)
13:00～15:00
3,300円 維持費363円
絵:葉祥明「美しい情景」

絵画	
ほのぼのパステル画&色えんぴつ	①③⑤月10:30
俳画	②月10:30
水墨画	①③⑤月13:00
はがきに描く透明水彩スケッチ入門	③月13:00
俳画	②月10:30
外 平日に水彩スケッチに出かけよう	②月13:00
日本画の素描術	④月13:00
水彩画はじめての一步	②④月13:30
月1回気軽に描く水彩画	④月13:30
水曜絵塾	水10:15
四季を楽しむボタニカルアート	①③月13:00
ぬり絵から始める花の水彩画教室	②月14:00
絵手紙	②月10:15
はじめてのチョークアート	③月13:00
煌めく透明水彩レッスン	②④月14:00
描ける&飾れるアクリル画	②④月14:00
月1回気軽に色鉛筆画	①③月10:30
月1回楽しい水彩色鉛筆画	④月10:30
水彩画入門	②月13:00
仏さまを描く(仏画)	②④月13:00
曼荼羅お絵描き	④月13:00
手描きからかわいいイラスト	④月14:45
はじめてのデジタルイラスト	③月15:00
新 土曜絵塾	土10:15
月1回ははじめての油絵	③月10:15
月2回ははじめての油絵	①③月10:15
外 淡彩スケッチ入門	③月10:30
はがき絵・扇面画入門	②土13:00
絵手紙	②土17:30
「ひと」を描く	①③月10:30
油絵を描こう	②④月12:30
月1回気軽に始める絵画入門	④月12:30

趣味・暮らし	
女性のための麻雀入門講座	①③月10:15
たのしい数独術入門	③月13:00
鉄道のある風景を撮る(鉄道写真入門)	④月13:15
新 開運・運氣 UP! 東明相相	③月18:30
外 花の鎌倉・坂道ウォーク	①月10:30
海外 大江戸グルメウォーキング	②月10:00
海外 大江戸グルメウォーキング・アンコール	④月10:00
海外 ぐるり山手線 30 駅の旅	②月10:30
大人のそろばん教室	①③月15:30
外 四季の鎌倉・自然散策	①月10:30
海外 東京のお菓子を歩く	④月11:00
健康マージャン	①③⑤月15:20
新 生活に役立つ実践手相	①金10:30
新 タロット占い入門	④金12:00
新 星ホロスコープが語る西洋占星術	①金13:30
写真教室	①③土13:00
外 四季の鎌倉・自然散策	①月10:30
新 はじめてのドローン(初級)	②日13:00
はじめてのドローン(中級)	②日10:30
新 星空の楽しみ方	③日10:30
たのしい読書講座	①日13:30
新 大人の手作りロボット	②④日15:30

料理	
世界紅茶紀行アフタヌーンクラス	④月13:30
世界紅茶紀行イブニングクラス	④月19:00

書道・ペン字	
生活に活かす書道	①③月16:00
楽しいカリグラフィー	①月18:00
かな・実用書道・ペン字(角谷教室)	火10:30
日常に生かせる筆ペン・ペン字	火10:30
夜のペン字教室	②④月19:00
夜の本格書道教室	②④月19:00
月に一度の書道教室	水13:00
総合書道・美文字になるペン字(フレックス制)	木13:00
美しいペン字・小筆教室	②④月15:00
美しい文字を目指す書道	①③⑤月10:30
土曜カリグラフィ	①③土10:30
デザイン&アート書道	②土10:30
週末書道	①③土18:00
日曜書道	①③日10:30

工芸	
とんぼ玉講座	②④月10:30
シャドウボックス	②④月10:30
仏さまを描く(仏画)	②④月13:45
曼荼羅お絵描き	④月13:45
線画(線り込み) 陶芸を楽しむ	④月13:45
ガラスリウム	①③⑤月10:30
表装入門～掛け軸・屏風～	①③月12:30
はじめてのカベビング	①月10:30
デザイン(上級)	①月10:30
金銀ざり	③月10:10
漆芸入門	③月10:10
七宝焼	③月12:00
仏像彫刻	①③⑤月13:00
新 古木明美の PP バンドで作るおしゃれなプラコ	②金13:00
古木明美の紙バンドで作るはじめてのかご編み	④金13:00
金銀ざり入門	②土14:15
フルーツ&ソーパークーピング	③土15:30
山葡萄で作る一生もの手作りかごバッグ	②日13:00
新 染色を楽しむレッスン	④日13:00

手芸	
あみもの	①③⑤月10:15
素敵なお揃い ダーニング	②⑤月10:15
つまみ細工	③月13:00
和裁工房	②④月13:00
新 歌うたまりハリノット	④月13:00
はじめてさんのかぎ針編み	④月13:30
羊毛フェルトオリジナルドール	①③⑤月10:30
はじめての洋裁	①③月10:30
「格闘し」の楽しみ	②月10:30
着物リメイク【3時間コース】	③月13:30
韓国の針仕事「ボジャギとヌビ」	③月13:00
韓国刺しゅう	③月13:00
日本刺しゅう	①③⑤月10:15
手編み工房	④月10:15
かわいいうみぐり	④月10:30
新 かぎ針の食べぐり	④月10:30
marshall のニッパル&ニッポー教室	①月13:00
marshall の初めての手編みで作るシンプルなもの	①月13:00
おりがみ教室	②④月13:00
戸塚刺しゅう	①③⑤月13:30
タティングレース	①金10:15
水引手工芸	②金13:30
剪画(切り絵)	①③⑤月13:00

マナー・おしやれ	
土曜・着つけ教室	①③土12:20

音楽(個人レッスン)	
新 シニアのためのピアノ	①③⑤月10:20
ヴォーカルレッスン	②④月10:30
シャンソン&カワウソネを歌おう	①③月17:00
60歳からのゆっくりピアノレッスン	②④月10:30
電子チェンバロを弾こう!	②④月13:00
はじめて弾くピアノ(初心者対象)	①③月14:00
ギターを弾こう	①③月17:00
満 シニアのためのピアノ	①③⑤月10:20
やさしいウクレレ	②④月10:30
楽しいフルート	②④月14:30
午後のピアノ	②④月17:30
リコーダーと楽しもう!	①③月13:00
夕方から夜のピアノ	①③⑤月16:00
満 シニアのためのピアノ	①③⑤月10:20
アコーディオン	①③月13:00
イングリッシュ・コンサティーナ	①③月13:00
金曜日のピアノ・こどもピアノ	①③月14:30
今さら聞けない楽譜の読み方	①③月14:30
楽しいピアノレッスン	②④月15:00