

2026 年 1 月期

JR 錦糸町駅南口直結「テルミナ」6 階

よみうりカルチャー

錦糸町

25周年

kinshicho

受講者募集

HP

03-5625-2131

受付時間 9:30～20:30 (日曜～17:00)

ほとんどの講座で、今すぐに受講を始めることができます。見学 (約20分無料)、一日体験 (有料) も随時ご利用いただけます。

公開 は公開講座。NEW は新設講座。固 は維持費。固前 は入会前に体験受講が可能です。※金額は消費税込 別途、教材費や音楽著作権使用料、保険料が必要な講座もあります。

より良く生きるための健康法 きくち体操

きくち体操インストラクター
きくち体操は「鍛えない、人と比べない、うまくできなくていい」自分で自分をよくしていく生涯体操です。

毎週月曜13:00～14:15
3か月10回35,200円
固 3,740円
初日1/12 固前休後 12/22

NEW おとなの鍵盤ハーモニカ

SUZUKIケンハモ認定講師 阿部 小の実
小さな楽器ですが、音楽表現が豊かで、大人が十分に満足できる音色を奏でることができます。

第4火曜10:00～12:00 3か月3回13,200円
固 1,122円 初日1/27
固前休後 1/27 ミニコンサート付

誰でも楽しく！歌おう！ゴスペル！！

The Voices of Japan (VOJA) 水橋 香織
お腹の底から声を出す爽快感と一体感、中間と歌い上げる喜び、心を通わせる感動をぜひ体験してください。

第2・4土曜13:30～15:00
3か月6回19,800円
固 2,244円
初日1/10 固前休後 12/27

女声合唱クラス やさしいハーモニー

国立音楽大学声楽科卒業 川合 真奈美
様々なジャンルの中からやさしい曲を選び、自然で正しい出し方を練習します。女声合唱クラスです。

毎週木曜10:30～12:00
3か月12回39,600円
固 4,488円 初日1/8 固前休後 1/8

たのしく弾こう 津軽三味線

細川流津軽三味線名取 細川 義月
気軽に津軽三味線を始めてみませんか。経験者の方も大歓迎です。

●第2・4火曜10:00～10:40 A 10:45～11:25 B 初日1/12 固前休後 12/22
●第2・4火曜19:00～19:40 A 19:45～20:25 B 初日1/14 固前休後 12/24
各3か月6回23,100円 固 2,244円

NEW スポーツウエルネス吹矢 (初級)

日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 鈴木 孝枝
腹式呼吸を中心とした吹矢の呼吸法は楽しみながらでき、なおかつ健康にも役立ちます。

第2・4火曜13:30～15:00 3か月6回18,975円
固 2,244円 初日1/14 固前休後 12/24

～自分で自分を整える～姿勢改善 エゴスキュー体操

エゴスキュー・ジャパン協会認定インストラクター 中留 まりこ
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、どなたでもできるシンプルな体操です。

第2・4火曜11:30～13:00 3か月6回19,800円
固 2,244円 初日1/13 固前休後 12/23

ボディバランスストレッチ

JBダンススタジオ イnstラクター 谷口 美奈
体を動かして健康な体を持続したい方向けのクラスです。

第1・3火曜18:30～19:45 3か月6回19,800円
固 2,244円 初日1/15 固前休後 12/18

NEW 季節を感じる、空気をきれにするインテリアづくり 空気をキレイにする造花アレンジ

フラワーデザイナー協会フェイルデ代表理事 村山 友栄
体験ではクリスマスにぴったりの「LED ライト付き赤薔薇の北欧リース」を作ります。

第2火曜13:00～15:00
3か月3回9,900円 固 1,122円 初日1/8 固前休後 12/11

モラ～カリブの民族手芸～

宮崎ツヤモラ研究所講師 後藤 尚子
中米パナマの島々に住む先住民の伝統手芸です。鳥や動物、花などをモチーフにした作品を作ります。

第2・4月曜12:00～14:00 3か月5回16,500円
固 1,870円 初日1/26 固前休後 12/22

ちぎり絵で脳トレ！

ちぎり絵講師 中田 恵美
絵本を使い、紙のちぎり方やコツから始めます。指先を使って色紙を様々な形にちぎることは脳トレにもなります。

第2・4月曜10:00～11:30
3か月6回19,800円 固 2,244円 初日1/12 固前休後 12/22

心の絵手紙 (月)

日本絵手紙協会公認講師 高橋 和子
花や野菜を自分の目でみつめて、素直に描きましょう。自分らしさの出る絵手紙が描けるよう指導します。

第1・3火曜10:00～12:00 3か月6回19,800円
固 2,244円 初日1/5 固前休後 12/15

おしゃれな黒板アート 黑板に描くチョークアート

チョークアートインストラクター 町田 美佐
カラフルなオーストラリア生まれのチョークアートを始めませんか。

第1・3火曜10:00～12:00
3か月6回21,450円
固 2,244円 初日1/8 固前休後 12/11

NEW 「BEYOND THE REEF」の手編みバッグ

ビヨンドザリーフ ワークショップ認定講師 miho
事前体験会ではワンハンドバッグの「ミニコラン」を作ります。

第3月曜18:30～21:00
3か月3回11,550円
固 1,122円
初日1/19 固前休後 12/15

NEW 心に伝わる歌 よみカル ミュージカル部

ヴォイストレーナー 高木 真里子
ミュージカルの興奮を、気持ちを歌で表現する素晴らしさを体験してみませんか。

第2・4火曜13:30～12:00
3か月6回21,780円 固 2,244円
初日1/14 固前休後 12/24

オペラの楽しみ

都留文科大専任講師 声楽家 中村 仁
講師がピアノを弾き、自ら歌いながら、さまざまなオペラ作品の魅力をわかりやすくご紹介します。

第4月曜10:30～12:30
3か月6回10,890円
固 1,122円
初日1/26 固前休後 12/22

歌がうまくなる！歌声教室

東京藝術大学 ティール歌手、声楽家 河野 浩亮
腹式呼吸、声帯の使い方など発声のコツを覚え、今よりもっと楽に、美しく歌えるようになります。

第1・3木曜15:10～17:10
第2・4火曜10:15～11:30 初日1/15 固前休後 12/18
第1・3木曜19:00～21:00 3か月5回17,600円
固 1,870円 初日1/15 固前休後 12/18

心地よい音色 カリンバ

おてがるカリンバ協会認定講師 元木 美紗・竹林 晴美
音楽経験がなくても親指だけで弾けます。心地よい音色と合奏を楽しみましょう。

●第2・4火曜13:30～14:45 初日1/12 固前休後 12/22
●第2・4火曜10:15～11:30 初日1/13 固前休後 12/23
●第2・4土曜10:00～11:15 初日1/10 固前休後 12/27
各3か月6回21,120円 固 2,244円

NEW キリスト教音楽の文化史 ～バッドと讃美歌

元青山学院大学講師 声楽家 竹内 智子
讃美歌の旋律が日本の童謡で親しまれているように、キリスト教音楽の広がりや背景の歴史、文化と共に学びます。特にケルトから欧米の流れに注目し、音源や映像の鑑賞を多用します。

第3火曜15:00～16:30 3か月3回11,550円
固 1,056円 初日1/20 固前休後 1/20

NEW 20kgのダイエットに成功した講師が教える「やせ脳」を作る！メンタルダイエット

心理カウンセラー 元グラビアアイドル 小阪 由佳
ダイエットは意思より仕組みです。生活サイクルを見直し、脳と体を整えてダイエットを成功させましょう。

第3土曜15:00～16:30 3か月3回16,500円
固 1,122円 初日1/17 固前休後 1/17

NEW 筋力と笑いは裏切らない なべやかんの「笑って鍛えるボディメイク」

全日本パワーリフティング王者 ベストボディジャパンプロレス王者 なべやかん
元パワーリフティング日本代表・芸人なべやかん氏による「楽しく・無理なく・続けられる」体づくり講座です。

第2・4火曜11:40～13:00 3か月6回23,100円
固 2,244円 初日1/10 固前休後 12/27

NEW 太極ろせん棒エグザサイズ

NPO法人日中文化交流センター理事長 陳式太極拳大家18世馮志強老師入門弟子 加藤 梨子
林蝶 螺旋棒を使ってツボを刺激しながら螺旋運動をします。太極拳の準備動作としても、無理なく続けられる運動です。

第2・4月曜14:00～15:30 3か月6回19,800円
固 2,244円 初日1/12 固前休後 12/22

NEW はじめての太極拳

台湾の太極拳国際総会総教練 坂井 美恵
ゆっくりとした動きと深い呼吸。運動が苦手な方でも形や流れを覚えていくうちに自然と足、腰、体幹が鍛えられます。

3か月11回34,787円
固 4,114円 初日1/9 固前休後 12/19

NEW 朝からZUMBA®

ZUMBA®インストラクター 荒川 真美
ラテンのリズムで楽しく体を動かしましょう。講師の振り付けを見よう見まねで、ダンス初心者でも大丈夫。

第2・4金曜10:00～11:00 3か月6回19,800円
固 2,244円 初日1/9 固前休後 12/12

NEW ペルシャンダンス

国際アラビアンダンス協会専属インストラクター Zita
軽やかな足のステップに優雅な手の動きを合わせ、女性の持つ美しさと可愛らしさを表現します。

第2・4火曜 18:30～19:45 3か月6回19,800円
固 2,244円 初日1/8 固前休後 12/25

NEW おしゃれな雑貨づくり はじめてのモザイクタイル

Hiro mosaic主宰 山下 裕美
カラフルなタイルやシックな天然石、ガラスを使って美しいオリジナルの作品を作ります。

第4土曜13:00～15:00 3か月3回9,240円
固 990円 初日1/25 固前休後 12/28

NEW ハワイアンジュエリーを作ろう

Studio nina主宰 平山 仁菜
幸せを呼ぶハワイアンジュエリーを、最も扱いやすい粘土を使って毎回1作品仕上げます。

第2月曜19:00～21:00
3か月3回11,550円 固 1,122円 初日1/12 固前休後 12/8

NEW グラスリッツェン (手彫りガラス工芸)

日本手工芸指導協会 認定指導 山田 由岐子
グラスリッツェンは針の先にダイヤモンドのついたペンでガラスの表面に薄く美しい模様を彫る工芸です。

第4土曜10:00～12:00
3か月3回12,375円
固 1,122円 初日1/27

NEW マクラメで作るジュエリーと雑貨

実習フォーラム本部専任講師 川船 まき
マクラメ編みとビーズを組み合わせて作るジュエリーや基本の編み方で作る雑貨を作ります。

第4火曜10:00～12:00 3か月3回12,375円
固 1,122円 初日1/27

NEW 大庭アトリエ教室

立軸会同人 日本大学芸術学部非常勤講師 大庭 英治
ある程度経験のある方が対象。自らの主題を決めて制作し大作や展覧会へ出品を目指す方まで幅広く指導。

大庭英治作品展会場
第1・3・5金曜10:00～12:30 3か月6回24,750円
固 2,244円 初日1/16 固前休後 12/5

NEW 楽しい日本画の世界

武蔵野美術大学造形学部日本画学科卒業 牧野 光一
日本画を基礎から学びます。人物・静物・風景など各自の個性とペースに合わせて制作します。

毎週水曜10:00～12:30 3か月12回41,250円
固 4,488円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW 壊れた器が蘇る 金継ぎ (入門・講師養成)

監修 漆芸伝承の会主宰 栗原 蘇秀
割れてしまった部分を継ぎ、欠けた部分は形成し、金や銀の化粧を施して、器を修復します。講師養成クラスも始まります。

●講師養成クラス (初級編) 第1木曜16:15～18:45
●入門クラス 第1木曜18:15～20:45
●新設講座 お問合わせください。
各3か月3回12,540円 固 1,122円 初日のみ5週1/29

NEW 超初心者者の麻雀教室

日本プロ麻雀連盟認定アマ二級 難川 智史
ルールが分からない、難しそうという方を対象にじっくりゆっくりとレッスンを進めます。

●第2・4火曜16:00～18:00 3か月6回21,120円
固 2,244円 初日1/14 固前休後 12/10
●第1・3木曜19:00～21:00 3か月5回17,600円
固 1,870円 初日1/15 固前休後 12/18

NEW 心地よい音色 カリンバ

おてがるカリンバ協会認定講師 元木 美紗・竹林 晴美
音楽経験がなくても親指だけで弾けます。心地よい音色と合奏を楽しみましょう。

●第2・4火曜13:30～14:45 初日1/12 固前休後 12/22
●第2・4火曜10:15～11:30 初日1/13 固前休後 12/23
●第2・4土曜10:00～11:15 初日1/10 固前休後 12/27
各3か月6回21,120円 固 2,244円

NEW 入門から点数計算まで 初心者マージャン教室

日本健康福祉協会認定レッスンプロ 鈴木 奈緒
女性レッスンプロが基本ルールから点数計算まで分かりやすく指導します。

第2・4火曜 ●A 10:15～12:15 ●B 12:30～14:30
3か月6回18,975円 固 2,112円 初日1/13 固前休後 1/13

NEW 横浜夢座五大路子監修 はじめての演劇 ～横浜夢座～

演劇企画 (門) 主宰・俳優・演出家 端本 宇良
ワクワクするような物語の中で生きてみたい！演劇は、それを可能にしてくれます！

第2・4日曜14:00～15:30 3か月6回23,100円
固 2,112円 初日1/11 固前休後 1/11

NEW はじめての旅行英会話 (初級)

マーク グライス
第2・4火曜10:00～11:30 3か月6回21,780円
固 2,112円 初日1/14 固前休後 1/14

NEW やさしい英会話 (初級)

ダイアン ベイフォード
第2・4火曜10:00～11:30 3か月6回19,800円
固 2,112円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW 超実用英会話 (初級～中級)

渡辺 真理子
第1・3火曜18:30～20:00 3か月6回19,800円
固 2,112円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW レベルアップをめざす タイ語 (中級)

藤田 光星
第1・3火曜19:00～20:30 3か月6回22,440円
固 2,112円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW 楽しいフランス語 (初級～)

フィビアン エギマン
第2・4火曜19:00～20:30 3か月6回19,800円
固 2,112円 初日1/13 固前休後 12/23

NEW 都会の鳥のくらしを探る

自然観察家 前校長 唐沢 孝一
都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第4火曜13:00～14:30 3か月3回11,550円
固 1,122円 初日1/20 固前休後 1/20 (第3)

NEW 都会の鳥のくらしを探る

自然観察家 前校長 唐沢 孝一
都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第4火曜13:00～14:30 3か月3回11,550円
固 1,122円 初日1/20 固前休後 1/20 (第3)

NEW 都会の鳥のくらしを探る

自然観察家 前校長 唐沢 孝一
都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第4火曜13:00～14:30 3か月3回11,550円
固 1,122円 初日1/20 固前休後 1/20 (第3)

NEW 都会の鳥のくらしを探る

自然観察家 前校長 唐沢 孝一
都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第4火曜13:00～14:30 3か月3回11,550円
固 1,122円 初日1/20 固前休後 1/20 (第3)

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りみうりカルチャーをご利用の方も、どなたでも受講いただけます。公開講座の参加費は受講料と維持費の合計金額です。会員の方は参加費が割引になる講座もあります。教材費や保険料が必要な講座もあります。

公開 タブレット純の昭和歌謡案内

歌手・芸人 タブレット純
昭和の名曲の独唱を交えて、つ昭和歌謡の曲にまつわるエピソードなどお話しします。

2/15 (日) 14:30～16:00
参加費4,484円 (固前休後 4,488円)

公開 女優・源川瑠子と作る絵馬のお香袋

女優 源川 瑠子
和小物作家二代目印南として活動中。干支モチーフの絵馬型お香袋を制作しましょう。

1/12 (月) 15:30～17:30
参加費4,774円 固 4,224円
固 4,500円

公開 手作りパールネックレス

Kobe Pearl Collection代表 所神根 孝二
「神戸の真珠屋さん」が用意した様々な真珠を使って、貴方だけのネックレスを作ります。

1/23 (金) 14:00～16:30
参加費4,180円 (固前休後 3,630円) 固 4,000円から

公開 福を巻き込む 恵方巻

管理栄養士 三幣 周子
手作りの恵方巻で、今年の福を呼び込みませんか？

1/27 (火) 10:30～12:30
参加費3,344円 固 2,750円

公開 冬のこどもアート 紙粘土でクリスマスツリーをつくろう

東京未来大 通信教育課程 特任教授 森高 光広
ふわふわの紙粘土で楽しくクリスマスツリーを作ります。対象：年長から

12/14 (日) 15:00～16:00
参加費4,224円 (固前休後 3,674円) 固 660円

公開 干支を花文字で描こう

日本花文字の会公認講師 高橋 久美子
縁起の良い絵柄、松竹梅と来年の干支を用いて花文字を描き2026年の開運を呼び込みます。

12/5 (金) 12:30～14:00
参加費4,361円 (固前休後 3,811円) 固 500円

公開 冬休みの課題に 冬も書き初め教室

東洋書芸道芸術学会常任理事 太田 旭章
冬休みの各自の課題・宿題に合わせて指導します。対象は小学生～、作品が仕上がった次終了となります。

12/28 (日) 15:00～16:30
参加費3,960円 (固前休後 3,410円)

入門から点数計算まで 初心者マージャン教室

日本健康福祉協会認定レッスンプロ 鈴木 奈緒
女性レッスンプロが基本ルールから点数計算まで分かりやすく指導します。

第2・4火曜 ●A 10:15～12:15 ●B 12:30～14:30
3か月6回18,975円 固 2,112円 初日1/13 固前休後 1/13

横浜夢座五大路子監修 はじめての演劇 ～横浜夢座～

演劇企画 (門) 主宰・俳優・演出家 端本 宇良
ワクワクするような物語の中で生きてみたい！演劇は、それを可能にしてくれます！

第2・4日曜14:00～15:30 3か月6回23,100円
固 2,112円 初日1/11 固前休後 1/11

NEW はじめての旅行英会話 (初級)

マーク グライス
第2・4火曜10:00～11:30 3か月6回21,780円
固 2,112円 初日1/14 固前休後 1/14

NEW やさしい英会話 (初級)

ダイアン ベイフォード
第2・4火曜10:00～11:30 3か月6回19,800円
固 2,112円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW 超実用英会話 (初級～中級)

渡辺 真理子
第1・3火曜18:30～20:00 3か月6回19,800円
固 2,112円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW レベルアップをめざす タイ語 (中級)

藤田 光星
第1・3火曜19:00～20:30 3か月6回22,440円
固 2,112円 初日1/7 固前休後 12/17

NEW 楽しいフランス語 (初級～)

フィビアン エギマン
第2・4火曜19:00～20:30 3か月6回19,800円
固 2,112円 初日1/13 固前休後 12/23

NEW 都会の鳥のくらしを探る

自然観察家 前校長 唐沢 孝一
都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第4火曜13:00～14:30 3か月3回11,550円
固 1,122円 初日1/20 固前休後 1/20 (第3)

NEW 都会の鳥のくらしを探る

自然観察家 前校長 唐沢 孝一
都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第4火曜13:00～14:30 3か月3回11,550円
固 1,122円 初日1/20 固前休後 1/20 (第3)

公開 「にゃんとビックリ!?」ネコロマン関口の野良猫撮影術

報道新聞記者 スポーツ報道カメラマン 関口 俊明
街中で遭遇した野良猫をどのように撮影しているか、お気に入りの写真を紹介しながらそっとお話しします。

12/20 (土) 15:00～16:30
参加費4,224円 (固前休後 3,674円)

公開 年末年始を彩るアーティフィシャルフラワーの壁飾り

国家資格 フラワー装飾一級技能士 きほ
アーティフィシャルフラワーで年末年始を彩る壁飾りを作ります。

12/22 (月) 14:30～16:30
参加費4,114円 (固前休後 3,564円) 固 4,000円

公開 中学英語で学ぶクリスマス英会話マークグライス

中学校で学ぶ英文法を使って、クリスマスを彩る英語表現を学びます。イギリス出身の講師による英国のクリスマス文化も紹介します。

12/10 (水) 10:30～12:00
参加費3,982円

公開 北海道の地名から学ぶアイヌ語 アイヌ語入門

千葉大学名誉教授 中川 裕
北海道の地名の8割はアイヌ語起源です。地名を探索しながらアイヌ語を学びます。

12/5 (金) 19:00～20:30
参加費4,224円 固 550円

公開 2回で完成 和風の布ぞうりを作ろう！

はっぴ布ぞうり主宰 創作手芸作家 小石 淑子