

### 仏像彫刻

から草会講師 田中 慎二

鎌倉時代から仏師の間で伝わる正しい基本刀法から始め、仏足、仏手、仏面、仏頭と段階を踏んで修行していきます。

◆第1・3・5 金曜 13:00 ~ 15:00  
3か月6回 23,100円 7/7 ~



### グラスリツェン

ガラスのアトリエ「セミ・プレナ」主宰 茂呂 明子

ダイヤモンド針で透明なガラス食器などに模様を彫り、美しく変身させます。

◆第1・3・5 水曜 10:30 ~ 12:30  
3か月7回 24,062円 7/5 ~



### 七宝焼

七宝美術協会「想」師範 芹澤 えり子

金属の表面に盛り付けたガラスが熱によってかもし出す、色彩の美しさを楽しみませんか。アクセサリーや壁飾りなど身近なものを作ります。

◆第3 金曜 12:30 ~ 14:30  
3か月3回 9,900円 7/21 ~



### 懐かしのディスコダンス

ダンスインストラクター SHUHEI

基本的なワンツースを使って体を揺らせる踊り方からディスコなどで踊ったステップまで、体の使い方を丁寧に教えます。

◆第2・4 土曜 13:00 ~ 14:30  
3か月6回 19,800円 7/8 ~



### 夜のタップダンス

マリアートスタジオ 0+2 松本 真理

タップは足で奏でる音楽! 基本ステップをマスターした後は、さまざまなジャンルの曲で振付をします。

◆第1・3・5 土曜 18:15 ~ 19:30  
3か月8回 22,880円 7/1 ~



### 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な健康法です。

◆第2・4 木曜 14:15 ~ 15:15  
3か月6回 20,625円 7/13 ~

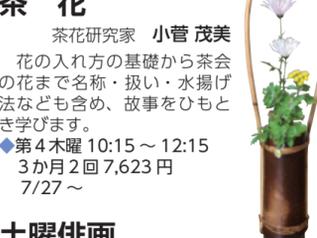


### 茶花

茶花研究者 小菅 茂美

花の入れ方の基礎から茶会の花まで名称・扱い・水揚げ法なども含め、故事をひとつと学びます。

◆第4 木曜 10:15 ~ 12:15  
3か月2回 7,623円 7/27 ~



### いけばな草月流 (初級) (中・上級)

草月流師範会理事 大庭 紅紗

「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 20,625円 7/3 ~



### 日本刺しゅう

日本手芸指導協会師範 田代 泉

伝統の古典模様も、季節の花々も愛らしくモダンに刺しゅうして、額やバッグなどに生活に活かせる小品を作ります。

◆第1・3・5 木曜 10:15 ~ 13:00  
3か月7回 24,062円 7/6 ~



### 羊毛フェルト人形

アトリエぱっど・ふっと主宰 菊池 ちはる

羊毛を専用の針で専用プスと突き刺していくと繊維がからまりフェルト状の塊になります。この性質を利用して、いろいろな作品を仕上げます。

◆第1・3・5 水曜 10:30 ~ 12:30  
3か月7回 23,100円 7/5 ~



### 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骨盤のゆがみ、骨盤底のトラブル、頻尿や更年期症状など女性特有の悩みを和らげます。

◆第2・4 金曜 14:00 ~ 15:15  
3か月6回 19,800円 7/14 ~



### 女性のための東洋医学サロン

東洋医学コーディネーター・鍼灸師 河崎 京子

女性の体はちょっとしたことでバランスを崩しがち。普段の生活にお灸や薬膳など東洋医学を取り入れてみませんか。

◆第2・4 月曜 10:30 ~ 12:00  
3か月6回 20,790円 7/10 ~

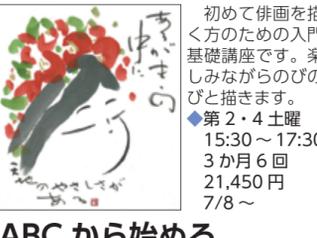


### 土曜俳画

日展会友、読売書法会参与 潮田 瑞穂

初めて俳画を描く方のための入門基礎講座です。楽しみながらのびと描きます。

◆第2・4 土曜 15:30 ~ 17:30  
3か月6回 21,450円 7/8 ~



### 水彩画はじめての一步

画家 藤森 弘美

絵を描きたいけれど、なにかから始めたらいいのかわからない方や、もっと自分の思うようになれるようになりたい方を対象とした初心者でもたのしく学べる講座です。

◆第2・4 火曜 13:30 ~ 15:30  
3か月6回 20,592円 7/11 ~



### 堅実な資産運用のための基礎知識

日本証券アナリスト協会認定アナリスト 1級FP技能士 藤波 大三郎

ライフプラン実現のために堅実な資産運用に取り組んでみませんか。

◆第2・4 水曜 13:00 ~ 14:30  
3か月6回 19,800円 7/12 ~



### 金曜日のピアノ・こどもピアノ

MusicPOP 横浜 斎藤 有香里

初心者の方でも楽しく簡単にピアノが弾けるコツを“音楽は楽しく”をモットーに指導します。今すぐ一緒に始めてみませんか。30分の個人レッスン。

◆第1・3 金曜 14:30 ~ 18:00  
3か月6回 22,176円 7/7 ~



### 声と健康ボイストレーニング

ジャズヴォーカリスト シンガーソングライター 山口 もこ

声を出すことで、食べる時に必要な筋力の維持とコミュニケーションのために必要な声を維持することを目的としています。体力に自信がなくなってきたと感じる方にオススメです。

◆第1・3 金曜 12:15 ~ 13:05  
3か月6回 20,625円 7/7 ~



### ふるさとを唄う〜民謡・及川教室

日本郷土民謡協会名誉公認教授 及川 清三

歌手生活50年以上、民謡界の重鎮である講師が、伝統を重んじた本来の民謡を指導します。

◆土曜 15:30 ~ 17:30  
3か月12回 41,250円 7/1 ~



### 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のクラスです。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 7/6 ~



### 韓国語プライベートレッスン

よみうりカルチャー講師 魚 拿慇

韓国語がはじめての方、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 12:00 ~ 14:20  
3か月6回 26,400円 7/14 ~



### 土曜朝の韓国語入門

よみうりカルチャー講師 魚 拿慇

土曜日の朝に韓国語にチャレンジしてみませんか? 文字の書き方・発音からスタートの入門者向けのクラス。挨拶・自己紹介から始めます。

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



### お写経(般若心経)と仏教のおはなし

真言宗豊山派常任布教師 市橋 俊水

日々の生活の中で、苦しくない生き方が見つかるように、尼僧が分かりやすく仏教のお話をします。

◆第2 火曜 13:00 ~ 15:00  
3か月3回 10,725円 7/11 ~



### 旅する城

歴史紀行家 小林 祐一

日本の城郭・城郭跡を1,100か所以上訪れたことのある講師が、地域や情勢によって異なる城の魅力を分かりやすく解説します。

◆第2 月曜 13:00 ~ 14:30  
3か月3回 9,900円 7/10 ~



### 仏像のひみつ

仏像それぞれの性格や役割、その見方などを分かりやすく解説します。

◆第2 月曜 15:00 ~ 16:30  
3か月3回 9,900円 7/10 ~



## 全講座のご案内

表の見方 ◆①③⑤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」は新しく始める講座、「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

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
ぶらぶら絵本塾	①月 15:30
源氏物語入門	②木 10:30
初めての日本人「勝海舟」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	①③⑤火 18:30
外 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「歩く」	③水 13:30
外 ホッと癒やしの神社めぐり	④木 10:30
満外 一緒に 江戸っ子あるき	④水 10:00
外 名産品探訪	④土 10:00
外 城跡ハイキング	②土 10:30
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
「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火 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「パイプカフェ」	①水 13:00
妖怪学入門	②水 19:00
新 はじめての朗読劇	②④水 16:00
たのしい朗読	②④木 13:00
語り朗読講座	②④木 10:30

外国語	
新 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・ヒコ流英会話プライベートレッスン	①③火 14:45
新 中学英語で楽しい会話	①③火 13:00
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
やさしく学べる韓国語中級	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
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

書道・ペン字	
満 日曜書道	①③日 10:30
総合書道・美文字になるペン字(アレックス制)	木 13:00
週末書道	①③⑤土 18:00
生活に活かす書道	①③⑤月 16:00
癒やしの筆文字「己書(おのれしよ)」	①金 13:00
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)	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	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

音楽(個人レッスン)	
金曜日のピアノ・こどもピアノ	①③金 14:30
楽しいピアノレッスン	②④金 15:00
シニアのためのピアノ	①③⑤水 10:20
午後からのピアノ	②④水 17:30
夕方から夜のピアノ	①③⑤木 16:00
はじめて強くピアノ(初心者対象)	①③火 14:00
はじめてのジャズピアノ	①③⑤日 10:10
アコーディオン	①③金 15:30
イングリッシュ・コンサーティーナ	①③金 13:00
電子チェンバロを弾こう!	②④火 13:00
楽しいフルート	②④木 14:30
リコーダーと楽しもう!	②④木 13:00
麗しのオカリナ・やさしいクラリネット・新しいEWI(イウイ)	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	①③⑤日 10:10
満 歌声・話し声トレーニング	①③⑤日 10:10
ヴォーカルレッスン	②④日 10:30
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	①日 13:15
新 はじめてのピアノ弾き語り&ヴォイストレーニング	①月 13:15

ダンス	
社交ダンス	水 14:00
社交ダンス(初級)	①③火 19:00
カントリーラインダンス	①③月 15:00
カントリーラインダンス ビギナークラス	②④日 10:30
タップダンス	土 10:30
夜のタップダンス	①③⑤土 18:15
腰掛タップダンス®	②④木 14:15
初めての大人のタップダンス入門	②④木 15:30
鳴上 順のジャズダンス	土 19:00
懐かしのディスコダンス	②④土 13:00
初めてのハワイアン・フラ	金 19:00
ブアナニ高橋のハワイアン・フラ	木 12:50
ベリーダンス オールレベル	①③木 19:00
はじめてのバリ舞踊	②④土 18:30
50歳からのK-POPダンス	①③土 14:30
大人のクラシックバレエ	①③金 15:00
バレエのためのコンディショニング	②④月 13:00

スポーツ・健康	
楽しいピンポン	水 10:15
神道夢想流杖道入門	②④土 12:45
戸隠流忍法	②④日 13:00
リアル合気道	②④日 16:15
合気道	水 19:00
土曜・空手道	土 16:40
リズムク・カンフー入門	金 18:30
八極拳	日 16:00
大人の女性のウォーキングエクササイズ	①③⑤木 13:00
いきいき元気健康体操	金 11:30
新 足腰鍛えるらくらく健康体操	火 13:30
介護予防のための筋トレ&ストレッチ	②④金 10:15
新「お笑い」椅子体操! 話話トストレッチ	①③⑤火 11:00
リラックスして若返るピラティス&ヨガ	月 18:00
バーナオルピタス	月 2日 18:00
新 足腰鍛えるらくらく健康体操	①③火 11:45
中高年の音楽体操	水 10:30
中高年からのやさしい筋トレ	火 10:20
シニア世代のダンスエクササイズ	①③木 10:30
ピラティス	①③金 10:30
ストレッチ&骨盤底筋ケア	②④金 14:00
月イチ肩こり解消 ゆらぎストレッチ	②土 15:45
楊名時/段錦・太極拳	①③月 10:30
めぐる筑駒	月 10:30
女性のための東洋医学サロン	②④月 10:30
ヨガ&呼吸コントロール	①③水 18:30
佐保田 ヨーガ	土 10:20
やさしい広域ヨガ	①③⑤火 10:30
楽しく学ぶホームヨーガ	金 12:00
ルーシーダットン	②④火 19:00
月1 マッサージでリラックス	②土 13:00

### 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 刺し子のふきん

刺し子作家 安藤 綾子

バラやリボンなど、オリジナルのスタイルッシュな図案で美しく丈夫な刺し子のふきんを作ります。

◆第2 火曜 10:00 ~ 12:00  
3か月3回 11,220円 7/11 ~



茶道・生け花・フラワー	
月に一度のテーブル煎茶教室(愛宕茶)	③日 10:30
草月はなのアトリエ(初級・中・上級)	金 18:30
いけばな草月流(初級・中・上級)	①③月 18:00
いけばな小原流(初級・中・上級)	②④火 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 13:30
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 10:30
季節のお花を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

邦楽・舞踊	
高輪輪・清元教室	金 15:00
長唄・三味線(両樟古)	土 13:00
端唄・俗曲・三味線(両樟古)	②④木 13:00
ふるさとを唄う〜民謡・及川教室	土 15:30
詩吟	②④木 13:00
演劇の世界を詠う	②④火 10:30
イラス席で楽しむ・生田流お琴	①③⑤月 12:00
尺八	①③月 18:30
はじめての能楽子・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	日 15:00
日本舞踊・花柳流(個人)	②④水 10:30
地唄舞	火 15:45
健康的に楽しむ踊る盆踊り	①③水 10:30

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
木笛のやさしい音色「コカリナ」	④日 10:30
楽しいオカリナ・初級	①③⑤火 11:00
ハーモニカを楽しむ	①③⑤水 13:15
大人のやさしいギター	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)	②④土 10:30
フルーツ&ソープカービング	③土 15:30
山葡萄で作る一生もの手作りかごバッグ	③日 13:00
ナンタケットバスケット	④火 10:30
ストラッドグラス	①③⑤水 10:10
グラスリツェン	①③⑤木 10:30
仏像彫刻	①③⑤金 13:00
新 はじめてのカービング	①木 10:30
カービング(上級)	①木 10:30
フルーツ&ソープカービング	③土 15:30
山葡萄で作る一生もの手作りかごバッグ	③日 13:00
ナンタケットバスケット	④火 10:30
新 はじめてのレザークラフト	②火 13:00
こりやでカゴバッグ	②金 10:15
衣装入門〜掛け軸・屏風〜	①③水 12:30
シャドウボックス	②④火 10:30

工芸	
やすらぎの陶芸・初級	②④火 13:00
練り込み陶芸(練上)を楽しむ	②④火 13:00
金継ぎ入門	②土 14:15
金継ぎ講師養成講座	③金 10:10
漆芸入門	③金 10:10
七宝焼	③金 12:30
新月1回気軽にスタンドグラス	①水 10:10
土曜日玉座	②④月 10:30
ステンドグラス	①③⑤水 10:10
グラスリツェン	①③⑤木 10:30
仏像彫刻	①③⑤金 13:00
新 はじめてのカービング	①木 10:30
カービング(上級)	①木 10:30
フルーツ&ソープカービング	③土 15:30
山葡萄で作る一生もの手作りかごバッグ	③日 13:00
ナンタケットバスケット	④火 10:30
ストラッドグラス	①③⑤水 10:10
グラスリツェン	①③⑤木 10:30
仏像彫刻	①③⑤金 13:00
新 はじめてのカービング	①木 10:30
カービング(上級)	①木 10:30
フルーツ&ソープカービング	③土 15:30
山葡萄で作る一生もの手作りかごバッグ	③日 13:00
ナンタケットバスケット	④火 10:30
新 はじめてのレザークラフト	②火 13:00
こりやでカゴバッグ	②金 10:15
衣装入門〜掛け軸・屏風〜	①③水 12:30
シャドウボックス	②④火 10:30

ジュニア	
KODOMO アトリエ	②④土 15:30
学生時代に身につける書道	①③月 17:10
こども週末書道	①③土 18:00
こどもの高夢書道	①③土 17:00
こどもの生け花・草月流	①③金 15:30
月1回のこどもの生け花・草月流	③金 15:30
手ほどきこども日本舞踊	②④日 14:30
ロボットを作ろう!	②④日 15:30
こども将棋教室	①③土 13:00
ジュニアギター	②④火 17:00
ジャンプクワイナダンススクール リトル(小学生)	土 15:50
ジャンプクワイナダンススクール キッズ(3歳〜未就学)	水 15:30
ジャンプクワイナダンススクール リトル(小学生)	水 17:30
ジャンプクワイナダンススクール リトル(小学生)	火 16:50
ジャンプクワイナダンススクール ジュニア(中学生)	火 19:15
キッズダンス★(ジャズ&バレエ)	月 17:30
こどものタップダンス	②④土 10:30
子ども抜刀居合道	②④日 14:00
こども空手	土 15: