ファイナンシャルプランナー、東洋大学講師　坂田 善種

NEW 新聞記事で頭の体操・10歳若返り

新聞と社会科教科書を活用して、経済を読み込む講座。世界の“今”がわかります。株式投資家必見。

★第3水曜15:00～17:00
★3か月3回16,500円　1/18～

やさしい米国株のはじめかた（初級）

米国株投資は少額でスタートできるのが魅力。株式投資が初心者の方にも丁寧に説明します。

★第3水曜19:00～20:00
★3か月3回14,850円　1/18～

1DAY 「建替え」か「リフォーム」か「売却」か！将来を見据えた賢い選択術！

一級建築士、住宅コンサルタント　森下 明

老朽化した収益不動産を建替えるか、リフォームするか、売却か、今後どう管理すべきか。事例を用いて詳しく解説します。

★2/26（日）10:30～12:30
★受講料　無料（要予約）

恵比寿ではじめるミセスの麻雀

マージャンカフェ楽主宰　白井 新悟

初心者向け麻雀クラスです。麻雀を通して楽しい時間を過ごしませんか。

★第1・3・5水曜10:30～12:30
★3か月6回21,450円　1/18～

誤えん防止　ボイスサイズ®

ボイスサイズ®インストラクター　川原 光貴

喉トレ、肺トレを組み合わせた発声エクササイズです。声の悩みを解消しましょう。

★第2・4水曜10:30～11:30
★3か月6回19,800円　1/11～
★事前体験12/14、12/28

NEW こどもみつるぎ

桜月流美剱道　神谷 美保子　松木 史雄

真っ直ぐな「つるぎ」を扱うことで、真っ直ぐな心と体を育みます。礼儀作法や美しい立ち居振る舞いが自然と身につきます。

★第1・3・5土曜
15:15～16:00（5歳～未就学児）
16:15～17:15（小学生）
★3か月6回16,500円　1/7～　★事前体験12/17

NEW はじめてのチアダンス（4歳～小3）

Passion girl主将、チアダンスコーチ　小森 悠子

ラインダンスやポンポンを持って踊ります。筋力の向上やしなやかな体づくりに役立ちます。対象は4歳から小学3年生。

★木曜17:00～18:00
★3か月12回34,980円　1/12～　★事前体験12/22

気軽にはじめる日本舞踊

藤間流師範、日本舞踊協会委員
藤間 藤椛

日本の伝統文化にふれ、美しい立ち居振る舞いを身につけてみませんか。

★第2・4日曜10:30～12:00
★3か月6回21,450円　1/8～　★事前体験12/11、12/25

からだの科学

元帝京平成大学大学院健康科学研究科教授、医学博士
鶴岡 正吉

生理学で明らかにされた体の「生きているしくみ」をわかりやすく解説します。

★第3金曜15:30～17:00
★3か月3回10,890円　1/20～

朗読を味わう

元NHK札幌放送局キャスター　黒澤 明子

発音、発声の基本から魅力的な朗読までの上達法をそれぞれのレベルに合わせて優しく指導します。

★第1・3金曜10:30～12:30
★3か月6回22,176円　1/6～

はじめての絵画

多摩美術大学院卒、画家　岡部 裕紀

「絵画は初めて」の方でも大丈夫。楽しく自分のペースで描けます。

★第1・3土曜
10:30～12:30
★3か月6回25,080円　1/7～
★事前体験12/3、12/17

やさしい日本画

日本画家　長尾 英代

岩絵の具の色鮮やかな色彩や、金箔や銀箔を使った華やかさが魅力です。

★第2・4水曜13:00～15:00
★3か月6回22,440円　1/11～
★事前体験12/14

はじめての鉛筆画

鉛筆画家　よこた しょうこ

鉛筆と消しゴムだけでも本格的な絵を描くことができます。好きな題材で、楽しみましょう。

★第2・4金曜10:30～12:30
★3か月6回21,450円　1/13～
★事前体験12/9、12/23

大人の品格 美文字講座

書道作家　月野 志保

その人のレベルにあったカリキュラムをご提案します。楽しく美文字を目指します。

★第3金曜19:00～20:30
★3か月3回11,220円　1/20～
★事前体験12/16

実用毛筆とペン習字

東京書芸協会　佐藤 利惠

楷書、行書の基本から指導します。毛筆やペン習字で美しい文字を書きましょう。

★第2・4水曜10:30～12:30
★3か月講座6回21,450円　1/11～
★事前体験12/14

（社）日本ギター連盟専門家正会員　滝波 嗣雄

ギター ソロ

6人限定の少人数クラス。クラシックからポピュラーまで楽しく学びます。

★第1・3・5水曜
16:00～17:30（Aクラス）
18:30～21:30（Bクラス）
★3か月6回23,100円　1/18～
★事前体験12/7、12/14

気軽に始めるギターソロ教室（月1回）

クラシック、歌謡曲、映画音楽、ポップスなどのギターソロ曲を好みに合わせて学びます。

★第4水曜16:00～17:30（Aクラス）
18:30～21:30（Bクラス）
★3か月3回11,550円　1/25～
★事前体験12/21

ウクレレソロ入門

右手親指だけでメロディーと伴奏が弾けます。楽譜はタブ譜を使用するので読めなくても大丈夫。

★第1・3・5水曜16:00～17:30（Aクラス）
18:30～21:30（Bクラス）
★3か月6回23,100円　1/18～
★事前体験12/7、12/14

気軽に始めるウクレレ ソロ（月1回）

映画音楽、ポップス、クラシック、童謡などお好みの曲で練習できます。

★第4水曜16:00～17:30（Aクラス）
18:30～21:30（Bクラス）
★3か月3回11,550円　1/25～
★事前体験12/21

はじめての大正琴

日本大正琴協会師範
（大正琴絃容会所属）
二宮 絃容翠

気軽に始められる大正琴。優しい音色が魅力的です。

★第1・3金曜15:30～17:00
★3か月5回17,325円　1/20～
★事前体験12/2、12/16

打楽器奏者によるパーカッション講座

パーカッション講師　多鹿 大介

多くの音楽に取り入れられているパーカッションの奏法や音楽に効果的なリズムを体得します。

★第1・3・5月曜18:30～19:30
★3か月5回19,525円　1/16～
★事前体験12/5、12/19

シニア向け　混声で楽しく歌おう！

声楽家（ソプラノ）、ボイストレーナー　富田 泰子

正しい呼吸法の話を交えながら、親しみやすい日本の歌や世界の名曲などを男女一緒に歌っていくクラスです。

★第3木曜14:00～15:30
★3か月3回11,880円　1/19～
★事前体験12/15

はじめてのボサノヴァ

ボサノヴァボーカリスト　池尻 範子

南国の心地よいリズムと優しい魅力にあふれた曲を、講師のギター伴奏にのせて歌います。声量がいらないのでマスク着用でも楽しめるのが魅力です。

★第1木曜10:30～12:00
★3か月3回10,560円　1/5～　★事前体験12/1

フラダンス初級クプナ

ポノポノフラ代表　西澤 優花

心身の健康を目指すことをモットーにしたクラス。フィットネスとフラを融合させたレッスンで体幹も鍛えられます。ハワイ語も学びます。

★第1・3・5木曜12:15～13:15
★3か月7回19,250円　1/5～　★事前体験12/1、12/15

☆Girls Free Style☆

ダンスインストラクター　KAZU

始めに十分なストレッチで体をほぐし、リズムどりをしてから振り付けに入るので初心者の方も安心です。

★日曜13:00～14:30
★3か月12回38,280円　1/8～
★事前体験12/4、12/11、12/18、12/25

四季の茶花と茶趣の花

監修　茶道茶花研究家　岩田 宗玹
茶道茶花研究家　塚田 宗佐

一輪の野草で侘び、寂びのひと時をすごしてみませんか。

★第2金曜18:30～20:30
★3か月3回10,312円　1/13～　★事前体験12/9

New Yorkフラワーデザイン&テーブルデコレーション 初中級

リビングカラー講師　木下 三千絵

アレンジメントやテーブルセッティングを色の組み合わせを考えつつ学びます。

★第2・4金曜10:30～12:30
★3か月6回22,440円　1/13～
★事前体験12/9、12/23

毎日使える水引アクセサリー

水引作家　山口 葉子

日本伝統の水引を使ってすてきなアクセサリーを作ります。

★第2月曜10:30～12:30
★3か月3回10,560円　1/9～

ワインの魅力を楽しむ

日本ソムリエ協会シニアソムリエ　三輪 宗博

今期はフランスとイタリアがテーマ。数種類を味わい、ワインについての知見を深めます。

★第2水曜15:00～17:00
★3か月3回9,900円　1/11～

若葉マークのスペイン語

よみうりカルチャー講師　ダニエル グティエレス アリアス

朗らかな人柄の講師がやさしく指導します。スペイン語の世界を楽しみませんか。

★第2・4月10:30～12:00
★3か月6回21,450円　1/16～
★事前体験12/12、12/19

やさしいイタリア語入門

通訳案内士　露崎 聖子

世界遺産やグルメなど魅力的な国、イタリア。発音の基礎から丁寧に学びます。

★第1・3・5水曜13:30～15:00
★3か月6回21,450円　1/18～　★事前体験12/7

全講座一覧　恵比寿センター　☎03-3473-5005

お年玉キャンペーン

期間中（12/1～12/28）に体験後、12月中に入会なら入会金無料または半額

❶体験当日に受講手続きをいただくと**入会金無料**。
❷体験日翌日以降から12月末までに受講手続きの方は**入会金半額（2,750円）**になります。
※1月期初回からの受講者が対象です。一部の講座を除く。
○がついている講座が事前体験対象講座です。※12月29日～2023年1月4日は休業となります。

表の見方
●「火」は毎週火曜日、「①③火」は毎月第1と第3火曜日の略です。
●受講料のほかに教材費、維持費、音楽著作権使用料などがかかります。
●◆は満員、または若干名募集する講座。★は新設講座です。
●受講料、講師名、日程など詳しい内容はHP、お電話で問い合わせください。

体験	講座名	曜日	時間
文芸・教養			
○	朗読劇のたのしみ	①③⑤月	10:30
○	短歌実作	②月	13:00
○	俳句<星野教室>	④月	13:00
	★心に伝わる文章講座	②④月	13:00
	東京の守護神社と開運めぐり	①火	10:30
○	しっかり学ぶ仏像の見方	②火	10:30
○	初めての論語素読	③火	10:30
○	上野歩の書き方のツボ	②④火	10:30
○	源氏物語に親しむ	②④火	11:00
○	楽しい歌舞伎の世界	②④火	13:00
○	心で読む「古事記」	④火	13:00
○	朗読セラピー	①③火	13:30
○	大人のための印象を良くする話し方・朗読教室	②④火	14:30
○	詩の時間	②④火	15:00
○	古文書教室・解読実践上級クラス	①③火	15:30
○	古代の祝詞（のりと）を読む	④火	15:00
	鈴木健.txtの体感文法講座	②④火	19:00
	オシャレで個性的な洋館めぐり	③水	13:30
	◆ご一緒に江戸っ子あるき	④水	10:00
	江戸「それホント?」めぐり～水曜コース～	②水	10:30
○	古文書教室・応用クラス	①③水	10:30
○	星と宇宙への誘い	①水	13:00
○	大人のそろばん・暗算教室	②④水	13:00
	★未経験からはじめるマンガ原作者への道	②④水	19:00
○	千利休と侘び茶の世界	③木	10:30
○	俳句で学ぶ日本の四季	③木	10:30
	東京今昔・歴史文化めぐり	②木	10:30
	東京の隠れた歴史散歩	④木	12:00
○	世界の巨匠たち	③木	13:00
○	古文書くらぶ	②④木	13:00
○	沖縄もの短歌教室	②木	13:30
○	運命を拓く　中村天風の教え	④木	15:45
○	白洲正子が愛した日本の古美術	②木	15:15
○	朗読を味わう	①③金	10:30
	東京［あいうえお］散歩	④金	13:00
○	西洋アンティークを紐解く	①金	13:00
○	［オライオン］西洋アンティークを紐解く	①金	13:00
	★シンデレラの知らせざる真実と歴史	③金	13:00
○	からだの科学	③金	15:30
○	朗読・ナレーション	①③⑤金	19:00
	◆地図と地形で探る東京今昔散歩	①土	10:00
	東京の寺めぐり	③土	10:30
○	詳しくわかる!世界遺産講座	④土	10:30
	田中ひろみの仏像探訪	②土	13:00
○	俳句はじめてみませんか	③土	13:00
	伝わる文章・エッセイ教室!	③土	13:00
○	琵琶奏者とともに読む「平家物語」	①③土	15:00
	地図と地形でブラッと歩き	④日	10:00
	★深海ザメの不思議	③日	10:30
○	能の魅力	④日	13:00
外国語			
○	☆若葉マークのスペイン語	②④月	10:30
○	☆～☆☆ファン先生の楽しい英会話	月	10:30
	◆☆～☆☆ダミアンの簡単英会話	月	10:30
○	☆中学英語でおとなの表現	①③月	13:00
○	☆☆英語でおもてなし	②④月	13:00
○	バーブ・ヒロコ流英語プライベートレッスン	②④月	14:40
○	☆☆韓国語レッスン	②④火	10:30
○	☆～☆☆基礎から学ぶ英会話	火	13:00
○	英語の人生相談から読み解く英語表現とアメリカ文化	④水	13:00
○	☆やさしいイタリア語入門	①③⑤水	13:30
○	☆☆フランス語初級	②④木	13:30
○	☆フランス語をはじめよう!	②④木	15:30
	◆バーブ・ヒロコ流英語プライベートレッスン	②④木	15:30
	◆ファン先生のプライベート英会話レッスン	②④土	17:00

【語学プログラム受講の主な目安】
☆　（基礎）　初歩からやり直したい方
☆☆　（初級A）　挨拶程度ができる方
ヒアリングに自信のない方

体験	講座名	曜日	時間
絵　画			
○	俳画と書	①③⑤月	10:30
○		②④月	10:30
○		①③⑤月	15:30
○		②④月	15:30
○	南画・水墨画	①③⑤月	10:30
○	水彩画教室	①③月	13:00
○	初めての油絵	月	13:00
	花を描く透明水彩画	④月	10:30
○	日本画材で描く絵画教室	①③⑤金	13:00
○	美しい透明水彩画入門	①③金	18:50
○	はじめての絵画	①③土	10:30
○	日本画・琳派大和絵塾と水彩	②④土	10:30
○	初歩からの木版画	②土	10:30
○	土曜俳画	②④土	12:45
○	雪舟と琳派から学ぶ水墨画	②④土	13:00
○	大人のための「塗り絵」教室	③土	13:00
	筆でスケッチ	②④土	13:30
○	基礎からの日本画	②④土	15:30
○	透明水彩画入門（午前）	①日	10:30
○	透明水彩画入門（午後）	①日	14:00
○	ガリ版アート	③日	13:00
○	四季のスケッチ	③日	13:00
○	日本画（仲教室）	日	13:30
書道・ペン字			
○	暮らしに役立つペン習字	②④月	10:30
	美しいかな書道	②月	10:30
○	かなに親しむ	①③月	13:00
○	かな書道・ペン字	②④月	13:00
○	お勤め帰りのアラビア書道	②④月	19:00
○	アラビア書道	①③火	10:30
○	かな書道（百人一首で学ぶ）	①③火	13:00
○	書道(初級A)	②④火	13:00
	かなと実用書道	①③火	15:30
○	書を楽しむ	①③火	18:00
○	書道(塙)	①③⑤水	10:30
○	実用毛筆とペン習字	②④水	10:30
	◆書道くらぶ	①③水	13:15
○	暮らしの書	①③⑤水	15:15
○	書道（初級）	②③④水	15:30
○	書道（初級B）	②③④水	18:00
○	日常の書道	②水	18:00
○		②④水	18:00
○	古代文字アート書道教室	①木	13:00
○	基本を大切にする実用書道	②④木	13:00
	◆美しいペン字・筆ペン字	①③金	10:30
○	実用筆ペン・ボールペン字	①③金	10:30
○	楽しい書道(毛筆・筆ペン・ペン習字)	②④金	13:00
○	大人の品格　美文字講座	③金	19:00
	てん刻	①③土	15:30
○	幸せを呼ぶ「花文字」	②④土	10:30
○	基礎から楽しむ日曜書道	②④日	10:30
茶道・生け花・フラワー			
○	楽しい煎茶道　テーブルコース	②④月	10:30
○	ヨーロッパ・花のデザイン　月曜クラス	①③⑤月	13:00
		③月	13:00
○	草月流&アレンジブーケ	①③⑤月	15:30
○	朝のいけばな（草月流）	①火	10:15
○	季節を楽しむフラワーリース&アレンジ	①火	10:30
○	ヨーロッパ・花のデザイン　火曜クラス	①火	10:30
○	季節のお花で楽しむフラワーアレンジメント	②火	13:30
○	いけばな草月流&フラワーコーディネート	①③⑤火	18:30
○	嵯峨御流	④火	18:30
○	茶の湯と生け花を楽しむ	①③火	18:00
○	フラワーデザイナー資格対策講座（月1回クラス）	①③火	13:00
○		①③月	13:00
○	テーブル茶道 スタート&ステップ(武者小路千家)	③水	19:00
○	ヨーロッパ・花のデザイン　木曜クラス	①木	10:30
○	タエコ・マーヴェリーフラワースクール	①③木	10:30
○	四季の花　ローズ&マム	②④木	10:30
○	草月流いけばな（月1回クラス）	①③⑤木	13:00
		①木	13:00
	茶の湯入門	①木	13:00
	いけばな池坊・立花クラス	②木	13:30
○	いけばな池坊（木曜）	②木	13:30
		②木	16:00
		②木	18:30
○	木の実とドライ花のアート　トロッケンゲビンデ（月1コース）	③木	13:30
	（研究科）	③木	13:00
○	野の花山の花広山流いけ花（月1クラス）	③木	18:00
○	ナチュラルドライフラワー	④木	13:00
○	ハワイアンレイ	②木	19:00
○	New Yorkフラワーデザイン&テーブルデコレーション（初中級）（研究家）	②④金	10:30
	（プロ）	②金	10:30
○	お仕事帰りの生け花入門	②④金	18:30
○	四季の茶花と茶趣の花	②金	18:30
○	イス席で楽しむ茶の湯	①土	11:00
○	花やリボン色々花材でワンランク上の花レッスン	④土	13:00
○	池坊・選花教室　（土曜）	①土	13:00
○	ヨーロッパ・花のデザイン　土曜クラス	②土	13:00
○	暮らしにそえる和の薫り	③土	13:00
○	Flower Party のレッスン（ベーシックマスタークラス）	③土	13:00
○	（インストラクター養成コース）	③土	13:00
○	（プロフェッショナル）	③土	15:00
○	和を楽しむ古流の花入門	④土	15:30
○	6か月で覚える花の基礎講座	③土	15:30
○	いけ花　池坊	①③⑤土	17:00
	（月1回クラス）	①土	17:00
○	池坊・選花教室	④日	13:00
邦　楽			
○	長唄・三味線（個人30分）	月	10:30
○	日本舞踊　紫派藤間流	月	15:45
○		①③月	15:45
○	三藤祥素女のやさしい新舞踊	①③⑤火	10:30
	★よくわかる狂言教室	④火	19:00
○	新舞踊・藤川流	②④火	11:00
		火	15:30
	◆日本舞踊を楽しむ（個人30分）	①③火	17:00
	◆（個人30分）	②④火	17:00
○	長唄宗家　一科目・二科目	水	13:00
	★はじめての龍笛	①③水	13:00
○	今藤流　長唄・三味線	①③⑤水	15:00
○	山田流お箏(こと)(個人30分)	①③⑤水	15:30
○	端唄・俗曲・三味線	①③水	18:30
○	能楽 観世流　謡曲・仕舞（仕舞）	①③⑤水	10:15
○	能楽 観世流　謡曲・仕舞（謡曲）	①③⑤水	11:15
○	篠笛（しのぶえ）入門	④水	19:00
○	能楽入門・観世流初歩の謡曲	①③木	13:00
○	篠笛（しのぶえ）入門	④木	10:30
○	高輪派・清元教室(個人30分)	金	10:15
○	日本舞踊　宗家藤間流	金	14:30
		①③金	14:30
○	宿題なしのおこと三絃(個人20分)	②金	15:30
○	はじめての大正琴	①③金	15:30
○	小鼓と太鼓（個人30分）	②④土	11:00
○	市川流　日本舞踊	②④土	13:30
	琵琶をひいてみよう（グループ）	①③土	13:00
	◆琵琶をひいてみよう（個人30分）	①③土	14:00
○	津軽三味線	①③土	17:30
○	花柳流 日本舞踊	①③土	18:00
○	気軽にはじめる日本舞踊	②④日	10:30
マナー・おしゃれ			
○	着装（着付）教室	④月	13:00
○	着物コーディネート術	①金	13:30
○	装道きもの教室	②④火	13:30
	楽しく・やさしい着付け	①③土	10:30
○	着付士養成講座	①③日	10:30
○	★楽しいセルフジェルネイル	②日	13:00
○	楽々着付	④日	10:30
趣味・暮らし			
○	ゼロからはじめるマダムの麻雀	①③月	10:30
○	優雅に楽しむマダムの麻雀（午後クラス）	①③月	13:30
	★家族を守る算命学開運法	①③月	13:00
	◆KATY ONDAのおしゃれ生活しませんか	不定期	10:30
	◆	④火	10:30
	◆花の鎌倉・坂道ウォーク	②火	12:30
	★九星気学の三命占法	②④火	10:30
	◆大人のかまくら散歩	④火	10:30
○	占星学入門～星々からのメッセージ～	③火	13:00
○	レディース麻雀	火	13:00
○	［オンライン］実践デジタルカメラ講座	②④火	19:30
	◆大江戸グルメウォーキング（第1周）	①水	10:00
	◆（第2周）	②水	10:00
○	恵比寿ではじめるミセスの麻雀	①③水	10:30
	里山のんびりウォーキング	①水	10:30
	◆ぐるり山手線30駅の旅	②水	10:30
	セレブな街散歩	③水	10:00
	中央線・総武線ひと駅ウォーク	③水	10:30
	◆松本きよりと楽しむ韓国カルチャー	②水	11:00
○	デジカメ写真教室	②④水	13:00
	★山野草の寄せ植え	①木	13:30
	大江戸遊歩術と老舗巡り	②木	10:00
	東京・ネコ路地さんぽ	②木	10:30
	★香るハーブ蒸留体験～ハーブウォーターでクラフト作り～	④木	10:30
	◆東京のお菓子を歩く	③木	11:00
○	初めてのコントラクトブリッジ	①③木	13:00
	空から眺める街を歩く	②木	13:00
	★心の整理整頓～悩みスッキリ運気アップ～	③木	13:00
○	運勢を知る四柱推命講座・基礎入門編	③木	15:00
○	手相学ステップアップクラス	①金	10:30
○	手相学入門	①③⑤金	13:00
○	石倉昇九段の囲碁教室（7級～五段程度）	金	13:15
	◆美味しいお散歩ランチ～世界旅行編～	④金	11:15
○	四柱推命と気学（初級）	②④金	15:00
	（中級）	②④金	13:00
○	やさしいタロット占い入門	②土	10:30
	ぶらり旅フォト	②④土	10:30
	（A）	①③⑤土	10:30
	◆鉄道車輌模型を作る（B）	①③⑤土	13:30
	（C）	①③⑤土	16:00
	石倉昇九段の囲碁教室（20級～初段程度）	土	10:30
	（入門）	土	10:30
	（3級～五段程度）	土	14:00
	★おうちのインテリアボードを作ってみよう	①土	10:30
	「九星気学」と「神社・寺院」開運法　初級	①土	13:30
	「九星気学」と「神社・寺院」開運法　入門	①土	14:30
○	マジック入門	②④土	13:00
	苔玉・ミニ盆栽	②土	13:00
○	やさしい西洋占星学	②土	13:00
	★ときめき魅惑の南インド	その他日	13:00
	四季の鎌倉 自然散策	②日	12:30
	鉄道車輌模型を作る(D)	②④日	10:30
○	暮らしに役立つハーブ&アロマ	③日	13:00
音　楽			
○	フルート(個人30分)	①③⑤月	10:30
○	癒やしのオカリナ個人レッスン（30分）	①③⑤月	10:30
○	陽気にカンツォーネ	①③月	10:30
○	シャンソン・カンツォーネを歌う	②④月	11:00
○	楽しく上達!バイオリンレッスン（個人30分）	①③⑤月	13:00
○	気軽にボイストレーニング（個人30分）	②④月	13:00
○	マンドリン入門	②④月	15:00
○	フルートC(個人30分)	②④月	16:30
○	打楽器奏者によるパーカッション講座	①③⑤月	18:30
	ライアー	①③⑤月	19:00
○	ミュージカル&映画音楽を楽しむボーカルレッスン	①火	10:30
○	リコーダー（A）	②④火	10:10
	◆（B）	②④火	11:10
○	歌おう!世界の名曲	①③火	10:30
○	誰でもできるボイストレーニング（個人30分）	②④火	10:30
○	楽しく声楽!個人レッスン（30分）	①③⑤火	12:00
○	体幹・健康ボイストレーニング	①③⑤火	13:00
○	クラシックボイストレーニングと名曲	①③⑤火	13:00
○	クラシック・ボイストレーニング（個人30分）	①③⑤火	14:45
○	グループ・ソロの声楽	①③⑤水	15:00
	◆楽しい簡単キーボード（A）	②④火	15:00
○	（17時クラス）	②④火	17:00
○	クラリネット(個人45分)	②④火	15:30
○	大人のオカリナ教室	②④火	15:45
○	楽しいカラオケ教室A	①③火	17:00
○	二胡(中国胡弓)(個人30分)	①③⑤火	17:30
○	夜の声楽&ボイスレッスン（個人30分）	②④火	18:30
○	はじめての声楽(個人45分)	①③⑤水	10:20
○	ハワイの歌を楽しく唄おう	②④水	10:30
	愛のカンツォーネ&ポピュラーソングを歌いましょう（個人30分）	①③⑤水	10:30
○	★楽しい声楽アンサンブル	②④水	10:30
○	生ピアノで歌う魅惑のジャズボーカルレッスン	①③水	11:00
○	昭和歌謡で楽しくボイトレ	②④水	13:00
○	水曜ピアノレッスン（個人30分）	②④水	15:00
○	ギター ソロ（A）	①③水	16:00
○	（B）	①③水	18:30
○	気軽に始めるギターソロ教室（A）	④水	16:00
○	（B）	④水	18:30
○	ウクレレ ソロ入門 A	①③水	16:00
○	B	①③水	18:30
○	気軽に始めるウクレレソロ（A）	④水	16:00
○	（B）	④水	18:30
○	日本の名曲、世界の抒情歌を歌おう	②④水	15:00
○	日本語で歌うミュージカル・歌曲・映画音楽・世界の抒情（個人30分）	②④水	16:30
	全身整体ボイトレ	②④木	11:00
○	シャンソンを楽しく歌いましょう	①③木	12:00
○	シニア向け　混声で楽しく歌おう!	③木	14:00
	美しい声を出すためのボイストレーニング（個人30分）	③木	16:10
○	洋楽・英語曲を歌う	②④木	13:00
○	はじめてのボサノヴァ	①木	10:30
○	思い出のフランク～シャンソン・カンツォーネ・日本の歌など～	①木	15:00
○	大人のための音楽の授業～高校から大学まで～	②④木	14:30
○	ヴィタリの音楽サロン	②④木	15:00
	「ラテンの名曲」を歌いましょう	②④木	15:30
○	楽しいjazz演奏・アンサンブル	①③⑤金	10:30
○	はじめての「ライアー」（竪琴）A	①③⑤金	10:30
◆	C	①③⑤金	13:00
○	手ぶらで楽しく「ライアー」（竪琴）（個人30分）	①③⑤金	15:00
	本多厚美のはじめてのボーカルレッスン	②④金	10:30
		①③⑤金	10:35
○	金曜ピアノ（個人40分）	②④金	10:35
		金	10:35
	◆スタンダード・ジャズ・ボーカル	①③金	13:00
○	ナポリターナとカンツォーネ	②④金	15:30
○	お勤め帰りのピアノ教室（個人30分）	②④金	18:30
○	楽しいカラオケ教室B	①③金	18:30
○	本多厚美のクラシック弾き語り（個人30分）	②④土	10:30
○	健康ボイストレーニング	②④土	10:30
○	シャンソン・カンツォーネ・ポップス	①③⑤土	11:00
○	本多厚美のインターナショナルボイス・クリニック(個人30分)	②④土	12:00
	シャンソン 風の音譜(個人30分)	①③⑤土	13:00
○	はじめてのウクレ