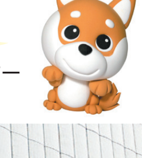
読売・日本テレビ文化センター　駅ビル「CELEO」北館10階のカルチャースクール

よみうりカルチャー八王子

楽しくなくっチャ！よみうりカルチャー


公式キャラクター
チャチャ丸

2019年 4月期募集の案内

☎042-622-6211

受付　午前10時～午後8時（日曜は午後4時まで）　✉ hachioji@ync.ne.jp

≫ 受講の予約はインターネットでもできます。　よみうりカルチャー 八王子　検索

NEW＝4月期新設講座です。
再スタート＝基本カリキュラムから再スタートの講座です。
受講料のほかに別途設備維持費や教材費が必要な講座があります。
表示の入会金、受講料等は消費税込みの金額です。

春のお楽しみ抽選会

1,000円商品券が　全社合計1,200本！

受付開始 ～3月末　景品がなくなり次第終了となります。
4月期定期講座の受講手続き（継続・新規）をされた方全員が抽選できます。
1,200本は、直営センターの合計です。

よみカル体験日　3月1日（金）～3月31日（日）

「定期講座を申し込む前に体験してみたいという方におすすめです。ほとんどの講座が通常の半額程度の1,080円でお試しいただけます。対象講座は裏面の全講座案内でご確認ください。一部対象外の講座や、別に教材費がかかる講座があります。当日のお申込みではお受けいただけないこともありますので、必ず事前にお申し込みください。チラシ折り込み日により終了している場合はご容赦ください。あわせてホームページもご覧ください」

東京ドームで踊ろう！　～4月から新規スタート！スクール生募集～

NEW ジャイアンツヴ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「ヴィーナス」のキッズダンススクールです。
現役または、元ヴィーナスの講師陣が直接指導し東京ドームの公式戦ではグランドに立って踊ります。未経験者大歓迎。まずは3月の無料体験にお越しください。
※別途スクール登録料がかかります。

★新規入会特典★
- 4月初回日からの入会で1か月分（4月分）の受講料無料！
- オリジナルグッズプレゼント！（スクールバッグ、練習Tシャツ、ポンポン）
- 3/23までに申し込みで3/24の東京ドームオープン戦チケットをお一人様に4枚！

◇木曜　16：30～17：30（幼児クラス：3歳～未就学児）
　17：45～18：45（小学生クラス：小学1年～6年生）
◇4/4～　3か月12回25,920円→17,280円（4月分無料）
◇無料体験・説明会：3/14（木）　16：30～17：30、17：45～18：45（要予約）

～外に出かけよう～

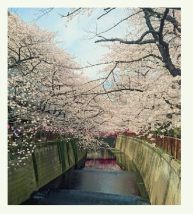
NEW 初心者からのいきいき里山散歩

プロ・ナチュラリスト　**佐々木 洋**

自然との触れあいと季節の花々が楽しめる里山ウォーク。野外の可憐な花や、たくましく生きる樹々との出会い、そこには感動と喜びがあります。八王子近郊の里山、谷戸、川べりの自然を探訪しつつゆっくり歩きます。
◇第4木曜　10：00～12：00
◇4/25～　6か月6回19,440円

NEW 風景印でまち歩き

風景印研究家　**木里丘 凛**



風景印とは郵便局に配備されている消印の一種です。風景印を見たことがない方も、実際にはがき又は切手を貼った台紙・封筒に風景印を押印しながら、まち歩きを楽しみましょう。
◇第1火曜　10：30～12：30
◇4/2～　3か月3回8,424円

再スタート ぐるり銀座巡り散歩

銀座案内人　**吉田 ゆう子**

銀座には「資生堂パーラー銀座本店」をはじめ、世界に名をはせる老舗がたくさんあります。海外からのゲストも多く訪れる銀座の魅力を散歩がてら楽しみましょう。食や暮らしを豊かにするすてきな発見をご一緒に。
◇第3火曜　11：00～13：00
◇4/16～　3か月3回9,072円

～自然と再び出会う～

多摩・里山のんびり歩き

くにたち桜守　**大谷 和彦**
◇第3火曜　10：00～15：00
◇4/16～　6か月6回16,200円

里山ハイキング＜入門＞

◇第4火曜　10：00～15：00
◇4/23～　6か月6回16,200円

思いっきり多摩・相模発見ハイキング

アウトドアライター　**津波 克明**
◇第2水曜　9：00～13：00
◇4/10～　6か月5回13,500円

歴史研究家と楽しく巡るご朱印ツアー

歴史研究家　**池上 真由美**
◇第2土曜　10：00～12：00
◇4/13～　6か月5回13,500円

季節を感じる高尾山と多摩のお楽しみハイキング

森林インストラクター東京会　**稲葉 力**
◇第1月曜　9：30～14：30
◇4/1～　6か月6回16,200円

三浦・鎌倉花々ハイク

森林インストラクター　**北川 俊吾**
◇第3水曜　10：00～14：00
◇4/17～　6か月6回18,144円

～改元のこの時に学ぶ～

公開講座 新天皇即位と元号のお話

平成31年4月30日に今上天皇が退位し、翌5月1日に新天皇が即位されます。これに伴って、元号が「平成」から新元号へと変わります。皇室と身近に接してきた講師が、自ら体験したエピソードも交えながら天皇の退位と即位、及び新元号についてお話しします。講座で天皇への学びを深めて、歴史的瞬間を迎えませんか。
◇4/22（月）　13：30～15：00
◇会員・一般2,160円〔教材費〕108円

元東宮侍従、元宮内庁式部副長
竹元 正美

NEW みんなが知りたい皇室と宮内庁

国民の幸せを祈り、慰霊の旅を続け、自然災害の被災者を見舞い、弱い立場にある人に寄り添って来られた今上天皇のお姿を振り返ります。あまり知ることがない宮内庁の方の仕事内容や苦労などの「こぼれ話」を侍従として活躍した講師が語ります。また、新天皇の即位にかかわる儀式などについて説明するとともに新しい時代を展望します。
◇第4月曜　13：30～15：00
◇5/27～　3か月2回5,400円

料理

NEW 野菜ソムリエプロが教える野菜講座

野菜ソムリエプロ　**青木 奈美**

日頃の食生活にもっと野菜をプラスしたい方に。イタリアンをベースにした、旬野菜を手軽にたっぷりとれる美味しい料理を紹介します。野菜の栄養素、保存法、選び方も学んで日々の健康につなげましょう。
◇第2火曜　13：00～15：00
◇4/9～　6か月5回13,500円

NEW ～茶茶の間店主が教える～ 日本茶の楽しみ方

表参道 茶茶の間店主 日本茶ソムリエ　**和多田 喜**

温かいお茶を飲むと誰でもほっとひと息つきますね。忙しい日常でゆったりとした時間を過ごせる、特別な瞬間です。日常で楽しめるお茶のいれ方や、趣味としてたしなむ日本茶を日本茶のプロが紹介します。
◇第4土曜　13：00～15：00
◇4/27～　6か月6回16,200円

台湾茶を味わう

加香Tea School主宰　**大橋 加津子**

幻の烏龍茶や台湾5大烏龍茶など、日本ではいただくことが難しい高級な茶葉も新茶で楽しんでいただけます。正式な道具で台湾茶芸の作法、いれ方を学び、本物のお茶の香りや味を楽しむ贅沢な時間を過ごします。
◇第4木曜　10：30～12：00
◇4/25～　6か月6回15,552円

～はじめての韓国家庭料理～

再スタート 基本の韓国料理

韓食調理技能士（韓国）　**宮川 昌子**

基本のナムルや薬念（ヤンニョム）、お肉の処理の仕方、飾り付けの卵の薄焼きの方法など、身近な材料で丁寧に基本を学びつつ、参鶏湯やビビムパプなどポピュラーな料理を実習していきます。
◇第2金曜　10：15～12：15
◇4/12～　6か月6回16,200円

手ごねで作るパン教室（金）

日本製粉クッキングアドバイザー　**西尾 敦子**

パン作りは難しいと思われがちですが、基本をマスターすれば楽しいパン作りが出来ます。オーブンから取り出した時の芳ばしい香りには感激します。皆さんと一緒にパン作りに挑戦しましょう。
◇第4金曜　12：45～15：30
◇4/26～　6か月6回15,552円

美味しいデコ巻きずし

日本デコずし協会認定マイスター　**井上 美奈**

様々なイベントに花や動物、キャラクターを絵柄にした美味しい巻きずしは人気です。この講座は、季節ごとに使える絵柄を実習や試食で作る楽しい講座です。
◇第2木曜
　13：00～15：00
◇4/11～　6か月6回16,200円

文芸・教養

NEW ヤマト王権時代の古墳を巡ろう

神奈川県考古学会会員・道具学会会員　**鶴岡 道夫**

関東に残るヤマト王権時代の古墳や遺跡の基礎を座学で学び、実際に現地を訪れ古代の息づかいを感じます。身近にあるロマンを求めて出かけてみませんか。海老名市の秋葉山古墳群や大田区田園調布の亀甲山古墳などを訪ねます。
◇第1火曜　13：00～14：30
◇4/2～　6か月6回16,848円

NEW ～これまで誰も教えてくれなかった～ 絵画鑑賞入門

国際美術展プロデューサー　**中野 陽一**

芸術は難しいと思っていませんか。難しく考えず、絵について感じたことを口に出してみることから始めましょう。知識としての美術史を学ぶのではなく、絵と対話する鑑賞法を身につけるための講座です。初回のテーマは「モネ」を読み解きます。
◇第3金曜　10：30～12：00
◇4/19～　6か月5回16,200円

『源氏物語』と和歌を学ぶ

共立女子大学名誉教授　**篠塚 純子**

和歌が重要な役割を担っている『源氏物語』。光源氏や女君たちの贈答歌、宴の席での和歌などを物語を丹念に読み込み紐解きます。
◇第2・4金曜　13：00～14：30
◇4/12～　3か月6回16,200円

～心を安らかに～

お釈迦様の言葉を楽しむ

日蓮宗教師　**望月 亮徳**

仏教の教えを楽しく学び、ストレス社会で生きる心のコントロール術を学びます。生活にお釈迦様の言葉を取り入れてみませんか。
◇第2・4土曜　18：30～20：00
◇4/13～　3か月6回16,200円

～渋谷流・日本神話の読解～

日本の神話を楽しむ方法

作家　**渋谷 申博**

神話には興味はあるけれども難しそうと思われている方に、神話の楽しみ方をお教えします。『古事記』『日本書紀』などに秘められている様々な謎を神社の話題なども交えて読み解きます。
◇第3土曜　13：00～14：30
◇4/20～　6か月6回16,200円

外国語

NEW 楽しく始めるフランス語入門

国立音楽大学名誉教授　**清水 康子**

フランス語を楽しく始めてみたいと思う方のための入門クラスです。発音から言葉の仕組みをゆっくり学び練習していきます。表現を覚えて話し、やさしいフランス語の会話を交わしてみませんか。フランス文化も交え楽しく学んでいきましょう。
◇第1・3月曜　10：30～12：00
◇4/1～　3か月6回15,552円

NEW 英会話をイギリス文学で（基礎・少人数）

英語講師　**ナオミ・マキニー**

ネイティブのクラスにいきなり飛び込む自信はないという方へ。まずは英語と親しみます。児童書などの中からやさしい対話や詩をピックアップし練習します。英語が自然と出てくるようになるまで声に出して何回もプラクティス。期の最終日には登場人物の愛したお菓子で物語を振り返ります。
◇第2・4木曜　15：00～16：15
◇4/11～　3か月6回16,200円

NEW 韓国語超入門（少人数）

よみうりカルチャー講師　**金 ハンナ**

入門者向けクラス。文字の書き方、発音からスタートして、食事や買い物で役立つ会話表現を学びます。言葉を通じて韓国への理解を深めませんか。明るい人柄の韓国人女性講師が指導します。
◇第2・4月曜　10：15～11：15
◇4/8～　3か月6回17,496円

NEW ロバート先生の英会話プライベートレッスン②④木（40分）

元早稲田大学本庄高等学院英会話講師　**ロバート・マキニー**

40分の個人レッスンで楽しく英語を学んでみませんか。東京オリンピックに備え海外からのゲストに英語でおもてなし。すてきですね。元アメリカのインディアナ大学で教えた英語インストラクターがお待ちしています。初級から上級まであなたのレベルに対応します。
◇第2・4木曜　14：45～20：35
◇4/11～　3か月6回29,160円

英語で東京ガイド

基礎がわかる方対象。外国人の目から見た興味深い東京の名所旧跡をガイドブックをテキストに英会話で練習します。
◇第1・3金曜　13：40～14：50
◇4/5～　3か月5回13,500円

茶道

NEW 大日本茶道学会

大日本茶道学会本部講師　**加藤 仙悦**

おもいやりの心、おもてなしの心をお点前を通して学びませんか。美しい立ち居振る舞いを身につけるとともに、茶道の知識、道具、挿花、書画など幅広く学び、美意識を高めます。日常を感性豊かに過ごしてみませんか。
◇第1・3木曜　10：30～12：30
◇4/4～　3か月6回14,904円

NEW 初めての茶道・裏千家

裏千家準教授　**陶山 宗生**

全く初めての方向けのクラスです。伝統の和と心を身につけましょう。立ち居振る舞いや基本の動作をゆっくりペースで学びます。茶道に少しでも興味がある方は、気軽に参加してしてみませんか。
◇第4木曜　10：30～12：30
◇4/25～　6か月6回14,904円

立礼席の茶の湯

江戸千家　**井上 皓心、立川 宗準**

「江戸千家」の茶の湯をご一緒に学びませんか。椅子に腰掛け、お点前を学ぶ稽古を通じて、凛としたお茶のおもてなしの心を身に付けましょう。
◇第4火曜　18：00～20：00
◇4/23～　6か月6回16,200円

茶道・表千家 月1回 初心者コース

表千家講師　**大原 宗千**

表千家は利休から伝わる格調高い茶道。初めて入門される方対象の月1回初心者コースです。
◇第1金曜
　18：00～20：30
◇4/5～
　6か月5回12,420円

茶道・男性専科

裏千家茶道準教授　**原 宗啓**ほか

茶道は本来男性がたしなんだもの。日本人の教養として、茶の湯の席に入ってもまごつかないよう基本の作法から学びます。女性と一緒では学びにくい方のための男性専科です。
◇第3日曜　10：30～12：30
◇4/21～　6か月6回15,552円

公開講座（入会金不要）

プリザーブドフラワーで作るお仏壇に供える花

ROSE CLASSIC代表　**おおくぼ きえこ**

特殊加工した生花のようなプリザーブドフラワーで仏花を作ります。
◇2/28（木）　13：30～15：30
◇3/17（日）　13：00～15：00
◇会員2,700円・一般3,024円
　（両日とも）
　〔教材費〕4,200円

お好きな生地で手作り日傘

日傘作家　**和多田 裕子**

自分好みの生地や思い出の着物生地を日傘に仕立ててみませんか。持ち手も好みのものが選べます。日差しが強くなる春・夏に向けて、世界にたった一つの自分だけの日傘をどうぞ。（2回コース）
◇3/16（土）、3/30（土）　14：00～17：00
◇会員・一般5,400円〔教材費〕5,000円

グレイヘア（白髪）に似合うビューティーメーク

メークアップアーティスト　**田島 みゆき**

メーク次第で白髪は染めなくても、オシャレを楽しむことができます。今話題のグレイヘアに似合うメークのコツをご提案します。
◇3/26（火）　13：00～14：30
◇会員・一般3,240円

一足お先に春の装い

すてきな布ぞうりを作ろう!!

はっぴい布ぞうり主宰・創作手芸作家　**小石 淑子**

足裏に気持ちいいすてきな布ぞうりを作ってみませんか？当日は様々な柄や色からお好きなものを選んでいただけます。
◇3/31（日）　13：00～16：30
◇会員2,700円・一般3,024円〔教材費〕2,800円

コードクラフト・モノトーンカードケース

マプアナ主宰　**小泉 香**

話題のハワイアンコードを使って初心者にも無理なく作れるカードケースです。コードには様々なカラーがありますが、今回はモノトーンで基本の作り方を学びましょう。
◇4/3（水）　10：30～12：30
◇会員・一般2,484円〔教材費〕2,200円

～今すぐ役立つ終活セミナー～

現在の葬儀事情と家族葬について

㈱セレモア八王子本社取締役社長　**粕谷 良**

昔からの習慣や形式より変化しつつある葬儀の今をお伝えします。ご自身の終活やご家族のためにも葬儀について一度考えてみませんか。ご受講の方にはエンディングノート（私の記録ノート）をプレゼント。
◇4/20（土）　10：10～11：40
◇会員・一般1,080円

～もっと楽しむ！～

ベトナム旅行のすすめ

元日本航空ハノイ支店長　**手島 廉幸**

直行便で6時間。手軽に行ける南国の海外旅行として今ベトナムが注目されています。歴史ある世界遺産や、フォーや生春巻きなどで有名なベトナム料理など、講師が4年間のベトナム生活で得た魅力あふれる情報をエピソードを交えながらご紹介します。
◇4/15（月）　13：30～15：00
◇会員・一般2,160円〔教材費〕108円

スペインタイルアートでバラのコースター

スペインタイルアート工房認定講師・工房AZUL主宰　**阿部 美知子**

素焼きタイルにスポイトで色を流し込み焼成すると、着色部分がぷっくりとしモザイクのようになります。タイルを切ったり、貼ったりする作業がないので、手軽に楽しめます。（焼成後の作品は後日のお渡し）
◇4/17（水）　10：30～12：30
◇会員・一般2,916円〔教材費〕1,620円

グラスアートで作るペンスタンド

日本グラスアート協会認定アドバンスインストラクター　**長岡 美苗**

特殊フィルムと糊付きの鉛線を使ってステンドグラス風のペンスタンドを作ります。新生活のインテリアにいかがですか。色は当日お選びいただけます。
◇4/19（金）　10：30～12：30
◇会員・一般2,700円〔教材費〕1,000円

iPadを楽しむ

スマートパッドマスター　**荒木 高子**

指先で簡単に操作できる「iPad」で地図の検索や写真の編集、アルバムの作成、文字入れなどを、アプリを使い学びます。
◇4/7（日）
　10：30～12：00
◇会員・一般2,700円〔教材費〕600円

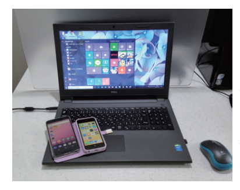
健康マジック（2回コース）

プロマジシャン　**喜多 恵子**

マジックで身近な人を「あっ!」と驚かせてみませんか？その驚きが笑顔につながります。小学生から大人の方まで、年齢を問わず初心者の方も大歓迎です。（2回コース）
◇4/20（土）、5/25（土）　13：30～15：00
◇会員5,184円・一般5,400円
　〔教材費〕1,000円～

パソコンでカレンダーを作ろう

プライムOAスクール講師　**菊池 恵美**



ソフトを使って、A4サイズのカレンダーを作成します。
◇4/30（火）
　14：00～15：10
◇会員・一般2,484円
　〔教材費〕1,080円

はじめての簡単スマホ体験

ソフトバンクスマホアドバイザー

無料で貸し出すスマホを使って操作体験できる講座です。「超入門編」は、電源のいれ方や電話、メールなどの基本操作をじっくり解説。「入門&活用編」は、基本機能のほかにおでかけに便利な機能を学びます。

■「超入門編」
◇4/19（金）　13：30～15：30

■「入門&活用編」
◇5/17（金）　13：30～15：30
◇各回とも会員・一般1,080円

入会金と受講料お支払いのご案内

- 入会金5,400円
- 65歳以上と小学生以下のお子様は入会金無料
- 読売新聞購読の方、購読予定の方に入会金の特典があります（入会金無料の65歳以上の方には受講割引券1,000円分を進呈）
- 入会金と受講料のお支払いは、窓口またはホームページで承ります。窓口では現金かクレジットカード、ホームページではクレジットカードのみのお取り扱いとなります。
- 2期目以降の受講継続の手続きでは、銀行口座振替（自動引き落とし）もご利用いただけます。

よみカル・ポイント

- 定期講座の受講料200円（税抜き）につき1ポイント（クレジットカード利用は400円で1ポイント）たまります。
- 早得ポイント▶3月15日までに継続手続きをされた方に100ポイントお付けします。

お友だち紹介

- 紹介してくださった人には2,000円商品券を進呈、紹介された「お友達」は入会金半額で。（2月20日～4月30日まで）

～春から始める伝統の和楽器～

NEW 山田流箏曲（個人）

紅の会主宰　**久住 紅子**

日本の音楽といえば琴の音を思い浮かべる方も多いはず。音楽に大切な基礎を初めての方にわかり易く、経験のある方にはそれぞれの技量に合わせた内容で稽古を進めます。古典、新曲、童謡など従来の教則本で指導します。
◇第2・4水曜　16：00～20：30
◇4/10～　3か月6回16,200円

NEW ～古典と現代曲をイス席で～ 楽しむ箏曲（お琴）

生田流箏曲教授、こと桐の会主宰　**船川 長子**

琴の美しい音色は心を癒やします。イス席で伝統の古典曲と現代名曲を個別指導と合奏で楽しく奏でる講座です。初めての方、再チャレンジの方、流派にこだわらない国際交流や学校教育指導法などにも対応します。
◇第2・4月曜　16：00～18：00
◇4/8～　3か月6回15,552円

初めての小鼓・長唄（三味線）

長唄協会会員　**仙波 宏薫**ほか

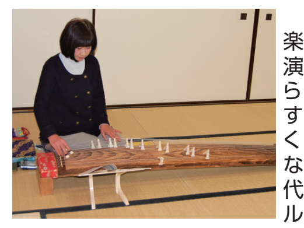
日本古来の楽器、鼓に触れてみませんか。
鼓と聞くと難しい楽器のように思われるかもしれませんが、音の出やすい小鼓を使用しますので、初めての方でも安心して始めることができます。また、希望の方には長唄・三味線もお教えしますので、合わせて日本の古典音楽を楽しんでみませんか。
◇毎週土曜　18：30～20：30
◇4/13～　3か月10回27,000円

小鼓・長唄・三味線（上級）

◇毎週土曜　18：30～20：30
◇4/13～　3か月10回30,240円

お琴入門

生田流宮城社箏曲師範　**金野 美知子**



日本の伝統的な楽器「琴」の音色は、演奏する者の心に安らぎを与えてくれます。古曲の他、「さくら」、「荒城の月」など日本の曲、現代曲を幅広いジャンルで弾けるよう、基礎から丁寧に指導します。
◇第1・3・5金曜　10：30～13：00
◇4/5～　3か月6回15,552円

椅子席で奏でるはじめての箏

生田流師範　**安瀬 由美子**

「さくら」や「春の海」などの古典曲からポピュラー曲まで、美しい音色を奏でてみませんか。椅子に座って演奏しますので足や膝の負担を気にせず始めることができます。
◇第1・3・5月曜　15：00～18：00
◇4/1～　3か月6回19,440円

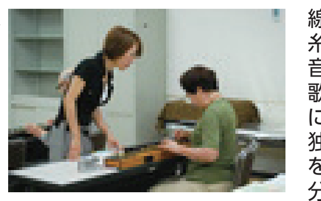
楽しい津軽三味線

日本民謡協会公認三味線教授　**夏坂 菊絲**

現代では独奏、合奏にも使用されるようになった津軽三味線。激しく力強いバチさばきと、むせびなくような繊細な音色が、聴く人を魅了します。
◇第1・3・5月曜
　19：00～20：10
◇4/1～
　3か月6回16,200円

中之島流・大正琴

中之島流師範　**中 琴結愛**



琴、三味線、尺八に次ぐ四番目の日本の楽器、大正琴。中之島流の力強さを活かし、初心者には手ほどきから、経験者には高度なテクニックを指導します。
◇第2・4金曜　10：15～12：15
◇4/26～　3か月5回12,420円

長唄・三味線入門

杵五派一門　**杵屋 五一郎**

長唄三味線は三本の糸によって音をつくり、歌詞と密接に関連して独特な旋律を構成します。経験年数に応じて初・中・上級に分かれ、それぞれのレベルに応じた曲を指導します。全く初めての方は入門クラスにどうぞ。
◇毎週金曜
　13：20～15：20、15：30～17：30（入門クラス）
◇4/5～　3か月11回27,324円

はじめての沖縄三線を弾いてみよう（個人）

三線月の音会主宰　**ゆき音**

おおらかな沖縄らしい音色を楽しみましょう。沖縄民謡、童謡などやさしい曲目を演奏します。初めて三線を弾かれる方も、基礎からお教えしますのでご安心下さい。
◇第2・4月曜
　18：30～20：30
◇4/8～　3か月6回19,440円

手芸・工芸

NEW ～お好みのデザインを3Dで～ オリジナル・シャドウアート

シャドウボックス協会認定講師・Healing Place主宰　**南 ほづみ**

シャドウボックスは、複数の同じ絵柄からパーツを切り、立体的な作品を作っていくアートです。妖精などのモチーフだけでなく、思い出深いポストカード、ペーパーナプキンや布なども材料にしてアーティスティックなオリジナル3D作品を作りましょう。
◇第2・4火曜
　10：30～12：30
◇4/9～　3か月6回14,904円

NEW ～クロスステッチから始める～ はじめてさんの刺しゅう

日本手芸普及協会講師　**生井 昌子**

刺しゅうの基本、クロスステッチから始めます。まずは刺し易い目の大きな布を使って、針の出し方・糸の使い方を学ぶので、初めての方でも安心してスタートできます。2作目以降は他の刺しゅう技法も学んでハンカチやブラウスなどのワンポイント刺しゅうなども楽しみましょう。
◇第3月曜　10：30～12：30
◇4/15～　6か月6回16,200円

NEW 原田昭子の美しい押し花（土）

NPO法人東京押花文化普及協会副理事長　**田村 道子**

自然のままの美しい押し花が専用の押器を使うと、どなたでも簡単にできます。押し花の基礎から“花だより”“カード”“アクセサリー”などの作品を各人のペースで楽しみます。絵心がなくても不器用でも大丈夫。さあ、あなたも気軽に参加してみましょう。
◇第2土曜
　13：00～15：00
◇4/13～　6か月6回15,552円

原田昭子の美しい押し花（水）

◇第2水曜　10：30～12：30
◇4/10～　6か月6回15,552円

NEW オートクチュールビーズ刺繍（少人数制）

ブルーシュミッコ主宰、刺繍作家　**藤井 美保**

ビーズ刺繍を基本から学びましょう。かぎ針を使わず手刺し（マントゥーズ技法）で始めます。素材はデザインと習熟度に合わせて選びます。ビンテージやアンティークを使用することも。基礎から少しずつレベルアップし、ブローチ、ポーチやバッグを作ります。
◇第3月曜　13：00～15：30
◇4/15～　6か月6回18,144円
◇事前体験日：3/18（月）　13：00～15：30
　受講料1,080円　教材費1,700円または2,500円

再スタート ～自分らしく絵付けして～ スペインタイルで装飾小物

スペインタイルアート工房認定講師　**阿部 美知子**

アルハンブラ宮殿で見られるアラベスク模様の色鮮やかなタイルをインテリアに取り入れましょう。素焼きタイルに下絵を描き、スポイトを使い色を流し込む伝統技法を楽しみます。職人気分を味わってみませんか。
◇第3水曜　10：30～12：30
◇4/17～　6か月6回17,496円

～ステンドグラスの輝きを簡単に～ 手軽に楽しむグラスアート

日本グラスアート協会認定アドバンスインストラクター　**長岡 美苗**

特殊フィルムと糊付きの鉛線を使って、ガラスやアクリル、木、金属等の様々な素材でステンドグラスの雰囲気たっぷりの作品を作ります。自分好みの作品で部屋を飾りましょう。
◇第3金曜　10：30～12：30
◇4/19～　6か月5回13,500円

飾れる!使える!食品サンプル

日本食品サンプルアート協会認定講師　**世古 紀子**

本物そっくりの食品サンプルをお料理するように楽しく作りましょう。飾って楽しめるのはもちろん、サンドウィッチのメモクリップ、お茶漬け型の小物入れなど、使いやすい実用的なインテリア雑貨としても活躍します。
◇第1月曜　10：30～12：30
◇4/1～　6か月6回16,200円

～モヘアを使ってやさしく作る～ テディベア&フレンズ

テディベア作家　**鈴木 牧子**

人の心を癒やし誰からも愛されるテディベア。同じ型紙を使っても、作り手によって個性が生まれます。教室では幸せを呼ぶと言われているアンゴラ山羊の毛、モヘアを使って、本格的なテディベアや可愛い動物たち、レプリカやお財布などの小物なども作ります。
◇第2水曜　12：30～15：30
◇4/10～　6か月5回16,200円

はじめてのステンドグラス

グラススタジオ石原主宰　**石原 真一**

ガラスカット、ハンダ付け、ルーターの使用法などの技術指導はもちろん、一人ひとりの感覚や個性を作品に反映できるように、基礎から丁寧に指導します。
◇第2・4月曜　10：30～12：30
◇4/8～　3か月6回16,200円

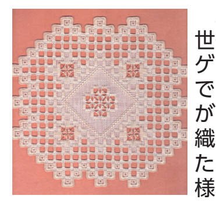
裏打ち&掛軸入門

表導会技術指導員　**土井 朋子**

日本伝統の表装技術は、素材や技法によって日本間にも洋間にも飾れる作品を作れます。刺繍や日本画など希望の小作品を裏打ちすることから始めるクラスと、伝統のカリキュラムに沿って着実に掛軸を仕立てるクラスのうち好みのクラスで学びます。
◇第2・4火曜　15：30～17：30
◇4/9～　3か月6回16,848円

楽しいハーダンガー刺しゅう

日本手工芸指導協会師範　**坂内 美恵子**



ハーダンガー刺しゅうは、16世紀頃にノルウェーのハルダンゲル地方から始まった刺しゅうです。平織りの布目を数えながら刺すステッチと、カットした織り糸を格子状に抜き、かがった、幾何学的な美しい透かし模様が特徴です。
◇第1・3金曜　13：00～15：00
◇4/5～　3か月5回12,960円

ロマンドール

ロマンドール協会認定師範　**川原 みどり**

やさしくて可愛い紙粘土人形や素敵なポルセレーヌ（陶器）人形、小物の制作を初心者にも丁寧にご指導します。
◇第1・3・5火曜　10：15～12：15
◇4/2～　3か月6回15,552円

つまみ細工

つまみ細工作家　**淺原 大雅**

その方のニーズに合わせた作品をオリジナルな「簡単つまみ」製法で初心者から経験者まで丁寧に指導します。
◇第2・4木曜
　10：30～12：30
◇4/11～
　3か月6回16,200円

ダンシング

NEW すてきなハワイアンフラ

マハロ フラスタジオ ロゼ&グリーン主宰　**近森 翠**

ハワイアンの心地よい音楽にのせて、いつまでも若々しく踊りましょう。心身ともに楽しんでください。年齢は問いません。どなたでも歓迎します。基本から丁寧に教えます。気軽に始めてみませんか。
◇第1・3月曜　10：30～11：45
◇4/1～　3か月6回15,552円

NEW ミセスのためのクラシックバレエ

シマ・バレエスクール主宰　**島 ひろ子**

バレエの基礎レッスンは体の中心を感じインナーマッスルを意識します。日常の生活で眠っている筋肉が目を覚まし鍛えられます。今からでも遅くありません。あなたの体を若々しく保つために是非一度、体験してみませんか。
◇毎週金曜　12：00～13：10
◇4/5～　3か月12回29,808円

再スタート SAM（TRF）プロデュース Dancing The美Body

ダレデモダンス認定インストラクター　**石渡 大輔**

いつまでも引き締まった美しい体型で健康に過ごしたい全ての方へ。プログラムを続けていくことで、引き締まった美脚ライン・ヒップアップ、憧れのボディを目指します。楽しく汗をかき、楽しみながら美Bodyへ！
◇第2・4月曜
　13：00～14：00
◇4/8～　3か月6回16,200円
◇事前体験会：3/25（月）　13：00～14：00
　1,080円（要予約）

Girls　FreeStyle

G-level☆　**KAZU**

十分なストレッチをして、体の動かし方を練習したあと女性らしい動きのあるバーレスクようなダンスや、ヒップホップ、クラブジャズなどをやります。
◇金曜
　19：30～20：45
◇4/5～
　3か月12回29,808円

クラシックバレエ（入門）

日本バレエ協会会員　**柳沢 綾子**

バレエの基礎レッスンを無理なくご指導いたします。普段使わない筋肉を使うので、美しい姿勢、しなやかな体を作ることができます。
◇第1・3日曜　10：15～11：45
◇4/7～　3か月5回12,960円

お勤め帰りのJAZZ DANCE

M.D.S主宰　**友澤 美以子**

楽しく踊るためには、まず体作りから！ウォーミングアップからコンビネーションまで丁寧に進めていくレッスンです。初めての方でも大丈夫！音楽に合わせて体を動かしてみませんか？お勤め帰り、ぜひ踊りに来てください！
◇毎週水曜　19：00～20：30
◇4/3～　3か月11回27,324円

はじめてのサルサダンス

スタジオブエノダンサー　**Kita**

ラテンのリズムで心も体もリフレッシュ！サルサダンスをはじめてみませんか？姿勢やボディームーブメント等の基本動作から簡単なステップとペアワークまで、ゆっくりじっくりレッスンしていきます
◇第2・4金曜　10：30～11：45
◇4/12～　3か月6回15,552円

お勤め帰りのバレエ&ストレッチ

元マイディズニージュニア　**呉松 綾子**

初めにストレッチをし、その後、優しいバーレッスンを行い、最後は動きのあるセンターレッスンにつながっていきます。体をほぐしながら美しい姿勢や柔軟な体を作っていきます。
◇第1・3・5水曜
　19：00～20：30
◇4/3～　3か月6回
　15,552円

音楽

NEW 弾きたい曲だけピアノレッスン

ピアニスト、東京音楽大学卒業　**町田 朱実**

初心者からベテラン、音大生までどなたでもレベルに合わせて指導します。ジャズやクラシック、ポピュラーなどお好きな曲を楽しく弾きましょう。楽しく笑顔で上達を目指す30分の個人レッスンクラスです。
◇第1・3水曜
　18：00～21：00
◇4/3～
　3か月6回18,144円

NEW ～沖縄三線の伴奏で～ 沖縄の名曲を歌おう！

琉球古典音楽野村流教師　**山田 和孝**

沖縄には多数の名曲があり、その音色は心にしみいります。古典の名曲から「涙そうそう」などの現代の名曲を三線の生伴奏で楽しく歌います。沖縄の文化や方言の紹介も交えながら、時には踊り、笑顔のひと時を過ごしましょう。
◇第3水曜
　13：00～14：30
◇4/17～　6か月6回15,552円

NEW ～大村みのりのピアノ伴奏で～ 四季の叙情歌を歌う

音楽家　**大村 みのり**

日本には美しい四季があります。母から子へ、子から孫へと歌い継がれてきた日本の叙情歌を楽しみましょう。無理のない発声練習から、歌詞の意味や作曲の背景もお伝えします。講師のオリジナルアレンジの伴奏で、笑顔あふれるひと時を味わいます。
◇第3火曜　12：30～14：00
◇4/16～　6か月6回16,200円

NEW ～すきな曲で楽しむ～ ゆっくりカラオケ個人レッスン

全日本音楽著作家協会会員　**守本 哲典**

歌謡曲を中心に、ジャズ・シャンソン・ラテンを含めてカラオケとピアノ伴奏でレッスンします。歌い方の基本発声、音程、リズムをはじめ、自分にあった歌の指導も行います。初心者の方から経験がある方まで自分のペースで、ゆっくり楽しみましょう。
◇第2・3水曜　16：30～18：30
◇4/10～　3か月6回29,160円

再スタート 美しい音色の口笛

くちぶえ奏者　**りょうすけ**

楽譜が読めなくても、楽器ができなくても始めることができる気軽さが魅力です。フェイスラインのシェイプアップや深い呼吸を行うことで健康増進にもなります。世界大会で2度準優勝し、年間最優秀奏者にも選ばれた講師が指導します。
◇第2・4火曜　10：30～12：00
◇4/9～　3か月6回15,552円

～女性限定クラス～

嶋村純子のミュージカルサロン

声楽家　**嶋村 純子**

あなたらしくすてきな歌になるように美しい声の出し方を指導します。
◇第1・3・5木曜　13：00～14：30
◇4/4～ 3か月7回21,924円

木曜日のハーモニカ

日本ハーモニカ芸術協会指導員　**山﨑 起三代**
日本ハーモニカ芸術協会指導員　**近藤 正義**

懐かしくて、新鮮。そんなハーモニカの音色を楽しみませんか。ハーモニカを吹く・吸うという動作は呼吸器を丈夫にし、健康増進につながります。
◇第1・3・5木曜　15：30～17：30
◇4/4～　3か月7回18,144円

生け花・フラワー

NEW ～心をこめた手作りのプレゼント～ プリザーブドフラワーで作るケーキとギフト作品

プリザービングフラワーズ協会認定講師　**鐘ヶ江 直子**

生花の風合いをもつプリザーブドフラワーとリボン・小物などを使って、ケーキや贈答の品を2時間で1作品を目標に作ります。生花と異なり、綺麗な状態を保てるフラワー作品はプレゼントに最適です。ご自宅のインテリアとしても楽しめます。
◇第1水曜
　10：30～12：30
◇4/3～　6か月6回16,200円

～つくって、飾って、贈る～ 季節のインテリアリース

日本インテリアリース協会代表理事　**堀 ヨリコ**

リースは「幸福」のシンボルとも言われます。季節のイベント以外にもウエディングや新居のお祝いにちなんだ作品や人気の花冠など「つくって、飾って、贈る」をテーマにすてきなマイリースを作ります。
◇第2木曜　10：30～12：30
◇4/11～　6か月6回16,200円

野草いけばな

いけばなデザイン一渓会教師　**斉木 一英**

野辺や川原、庭のすみなどに咲く可憐で、たくましい雑草たち。自然にさりげなく生きている無心の美しさ、四季折々の美しさを自由に表現するいけばなです。身の回りにある日用品などを花器にして、自然と触れ合いながら楽しみます。
◇第2・4土曜　10：30～12：00
◇4/13～　3か月6回14,904円

～Flower Partyの～

季節を感じるフラワーアレンジメント

flower design bureau Flower Party代表　**鈴木 佳津子**

ニューヨークスタイルを基本に進化したデザインが好評のフラワーアレンジ作品で「花のある暮らし」を始めませんか。毎回、花市場から厳選した花材を使ってシンプルなのにラグジュアリーなデザインの作品を基本から学びます。
◇第1月曜　10：30～12：30
◇4/1～　6か月5回13,500円

書道・ペン字

NEW 美しいかな書道

帝京大学准教授・博士（書道学）　**福井 淳哉**

「かな書道」に興味はあるけどなんだか難しそう…そんな書道未経験の方から「もう一度基礎から勉強したい」という経験者の方まで、どなたでもかな書道のポイントを早くつかむコツを指導します。まずは筆の持ち方から。かな書道の奥底に広がる雅な世界を覗いてみませんか？
◇第1・3金曜　13：30～15：30
◇4/5～　3か月6回14,904円

やさしい書道

カリグラフィックアトリエみやび教授　**浜田 みやび**

初めて筆を持つ方から作品創作研究まで、幅広く指導します。基本筆法から漢字（楷行草）、かなは連綿、散らし書き、色紙、短冊へと進み、古典鑑賞、書道史にも触れ、書の知識を身につけます。
◇第1・3・5水曜　10：30～12：30
◇4/3～　3か月7回18,144円

～趣味を実益に！～

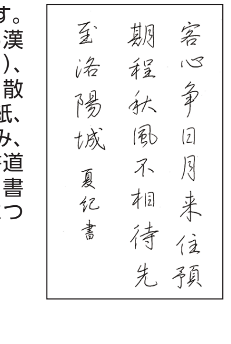
楽しく学ぶ商用筆文字

コマーシャルカリグラファー　**さくま めぐみ**

広告に使用される文字は、古典の書とは違い目的も表情も様々です。その違いを知り、文字をデザインするための技法や広告の中での活かし方を、実際の仕事の流れ等をシュミレーションしながら指導します。書道経験がなくても始められます。
◇第4月曜　19：00～20：30
◇4/22～　6か月6回16,200円

初心者からのペン習字

文部科学省後援硬筆書写技能検定1級　**木部 夏紀**


容心争日月来住預
期程秋風不相待先
至洛陽城
夏紀書

基本をおさえがなら、漢字、ひらがな、漢字かなまじりなどを学びます。活字では出せない日本文字の手書きの美しさを身につけましょう。また、筆ペンなども楽しくチャレンジできるようレッスンを進めていきます。
◇第2・4金曜
　10：30～12：30
◇4/12～
　3か月6回15,552円

おしゃれ・マナー

NEW 風呂敷のオシャレ活用術

ラッピング協会講師　**冨岡 美三英**

風呂敷は四角い形だけでなく丸形やボトルなど、どんな物でも包めます。ふだん使いからプレゼントまですてきにラッピングして楽しみましょう。
◇第3木曜
　14：00～15：00
◇4/18～
　6か月5回12,420円

再スタート 春と初夏のスカーフコーディネート（個人）

ぬのこころ主宰　**谷川 みさえ**

自分に似合うスタイルを見つけてみませんか。個人の要望に添って各人の個性に合った色使いや小物使い、着こなし方などのテクニックを学びながら実際にチャレンジします。30分の個人レッスンでおしゃれを楽しみましょう。
◇第3木曜
　13：00～15：00
◇4/18～
　6か月5回14,580円

暮らしをすてきに！礼儀とマナー

小笠原流礼法宗家本部師範　**赤川 菱澄**

日常生活を送る中で、知っておきたいマナーや礼儀はたくさんあります。冠婚葬祭、訪問、贈答、手紙や食の作法など、マナーや礼儀の背景となる日本文化に触れながら幅広く学びます。
◇第3水曜　10：30～12：00
◇4/17～　6か月6回14,904円

キレイを叶えるメークレッスン

メークアップアーティスト
田島 みゆき

まるで「ノーメークのような自然な仕上がりのメーク」を目指します。化粧品の使い方やクレンジングなどメーク初心者のための入門レッスンです。
◇第4火曜
　10：30～12：00
◇4/23～
　6か月6回19,440円