ベースに創ら 取得できます。 〉第2·4水曜 10:30~ 12:00 >10/13~

▼薬膳アドバイザー資格取得講座 プラウンセラー養成

薬膳研究会「くこの実」講師陣 薬膳の基本知識を学 び、美容や健康、アン チエイジングに活かし ましょう。1年全40時 間受講で薬膳アドバィ ザーの資格が取得でき ます。 ◇第1·3月曜日

18:30~21:00 ◇10/4~ 6か月8回 39.600円 ◇無料説明会:9/13(月) 18:30~19:30 (要予約)

東洋書道芸術学会評議員 諸岡 水萌

書の基本、

古典の臨書を

学びながらカ

破体などの創

作作品に挑戦

します。

〉水曜

18:30-

20:30

10/6~

3か月10回

29,700円

基礎クラス

〉月曜クラス

13:00~15:00

| 第2・4土曜クラス

15:30~17:30

10/4~ 3か月11回33,396円

10/9~ 3か月6回18,216円

9/27(月) 15:15~15:45

9/11(土) 17:45~18:15(要予約)

フラワー (6か月コース)

ドライフラワー&プリザーブド

flower design bureau Flower Party代表 鈴木 佳津子

秋色のローズを小さなブーケにしてガラス

ケースに。クリスマスには直径50㎝ほどのナチュ

も楽しく受講できる短期コースです。

◇第1水曜 10:30~12:30

>10/6~ 6か月6回18.480円

ラルなリーフリースを作ります。初めての方に

つまみ細工作家 淺原 大雅

ご自分のアクセサリーに、お子様

やお孫さんへのプレゼントに。ニ-

ズに合わせた作品を講師オリジナ

◇第2・4木曜 10:30~12:30

ルのボンド製法で作ります。

3か月6回18,480円

日本カウンセリング研究会本部 講師 竹下 志磨

様々な悩み、不平不満などを聞き良き相談相手

こなるのがカウンセラーです。実践的なカウンセリ

ング技術を学びます。全日本カウンセリング協議

会認定カウンセラー資格を取得できます。

日本在宅KAIGO支援機構代表 宮田 亜紀 気を付けたい日常生活動作、薬(服薬)、食事、自宅でできる簡単な運動 などをレクチャー。ご自身、ご家族のために役立てましょう。

◇第2土曜 10:30~12:00 ◇10/9~ 3か月3回8,910円 ⋘家族のための「介助」講座 在宅での介助の方法を生活シーンに合わせてお伝えします 介助の悩みを解決し、心と体の負担を軽減しましょう。 ◇第2土曜 13:00~14:30 ◇10/9~ 6か月4回11,880円

3か月6回

18,480円

鮎裕の和のイラスト講座

心介護予防講座



きます。和紙の特徴を生かした独自の描き方です。 ◇第3火曜 10:30~12:30 ◇10/19~ 3か月3回9,240円 ◇体験日 9/21

楽しいミニチュアフードの世界

英語講師 ナオミ マキニー



巻末に単語の説明がつい た「アガサ・クリスティ短編

集」をテキストとして使い

ます。初級レベルの英語力

で楽しく受講できます。

10:30~11:45

◇10/9~ 3か月6回

◇体験日 9/11、25

香りや味を楽しみます。

◇体験日 9/23

◇第4木曜 10:30~12:00

◇10/28~ 3か月6回18.480円

■入会金5,500円です。■70歳以上と小学生以下のお子様は入会金無料。

■受講のお申し込みが一定数に達しないときは、開講を中止または延期する場合があります。

◇第2·4土曜

18.480円

つまみ細工 新日本美術協会準会員 村井 真紀 ねんどを着色して野菜やパン、ケー キなどのミニチュアを作ります。自分 ごけの理想のパン屋さんやフルーツ ショップを作りましょう。

〉第3土曜 13:00~15:00 10/16~ 6か月6回18,480円 楽しむ日曜着付け教室

一人で着られる喜びと楽しさを

NPO法人尚美流全日本和装協会八王子学園長 八木 妃佐子 着物が初めての方、やり直しをしたい方、ぜ ひどうぞ。普段着から外出着まで一人で着られ るようになります。ベルトを使います。 |0/10~ 3か月6回17,820円

加香Tea School主率 大橋加津子 茶道•裏干家 裏千家正教授 中野 宗香 裏千家教授 中野 宗恵

茶の道は和の実践と考えます。入門から小習へ と順を追い勉強していきます。 ◇木曜 13:00~ 16:00 >10/7~ 3か月12回 35.640円 35,640円 〉体験日 9/2,9, 台湾茶芸の作法を学び、台湾提携農家から季節 16,30 ごとに直輸入する本格茶葉を使い、本物のお茶の

よみカル八王子

■会員制です。会員資格は無期限有効です。■ほとんどの講座が途中から受講できます。受講料は残りの回数分となります

木曜マンドリン入門

クラシック、ポ ピュラー、演歌 などをグループ レッスンで合奏 を楽しみます。 ◇第2·4木曜 13:00~ 15:00 **♦10/14~** 3か月6回 20,592円

日本マンドリン連盟常任理事 竹内 郁子

たのしいタロット占い講座 78枚のカードの意味と基本的な占い方、リーディング(解 読法)を学びます。 ◇第2月曜 13:00~14:30 ◇10/11~ 6か月6回23,100円

■(①③⑤火)は第1・第3・第5火曜のことです。

見方』■講座はすべて予約をお願いしています。

写経入門

高尾山薬王院法務係 加藤 勝順 姿勢を正し、仏陀の教えである御経を 「寧に書き写す。自分自身を省みる時間 を過ごしませんか。 ◇第2・4木曜 15:30~17:00 >10/14~ 3か月5回13,750円 〉体験日 9/9

>10/11~ 6か月6回23,100円

デッサン&油絵入門

2 3 Alberton 120 1

デッサンでも油絵でも、これから始めたい

方はこの講座に。野外スケッチに出かけること

長谷川 もも

必しいカメラ教室

本写真家協会会員 庄司 桂子

写真をプロジェクターで投

影し講評します。構図・光の

い方などを詳しくお教えし

第2·4金曜

キックボクシング・

13:00~15:00

3か月6回18,480円

体全体を使ってパンチ・キックを繰

J出す全身運動で、優れた有酸素運

動です。心地よい汗を流し、心身と

第2.4土曜 10:30~11:45

>10/9~ 3か月6回19,800円

占いセラピスト 里花 プルメリア

運気アップアドバイザー Alice

もにリフレッシュしましょう。

◇体験日 9/11、25

第2.4土曜 16:30~18:30

◇10/9~ 3か月6回19,140円

プリザーブドフラワー

MOMOフラワーデザインスクール代表

プリザーブドフラワーの色の魔

豊かなレッスンです。素敵なリボ

◇10/20~ 6か月6回18,480円

ソシアルダンス入門

マツウラダンススクール主宰 松浦 孝俊 エクササイズ

法や技法を楽しみながら学べる心

◇第3水曜 12:45~14:45

ンあしらいも楽しみです。

◇体験日 9/15

三線月の音会主宰ゆき音

音楽に合

わせて体を

動かす楽し

さは皆様ご

どこか懐かしさや優しさを感じる沖

縄独特の音階。初めて三線を持つ人

でも気軽に始められる30分の個人レッ

◇第2・4月曜 18:00~20:30

◇10/27~ 6か月6回18,480円 ◇体験日 9/3、10、17、24

よいセラビスト 里花 プルメリア やさしい西洋占星学

〉体験日 9/13、27

10/11~ 3か月6回21,120円

ときめくエレガンス

画家 守田 篤博

五行歌と楽しく

五行歌の会同人 渡部 道子

五行歌とは題名を付けずに五

行で自由に書く詩歌で、草壁焔

普段の言葉で喜びや悲しみ、原

はありません。

動を表現します。難しい約束事

◇第1水曜 10:30~12:15

裏千家講師 高橋 慶介

スンです。

季節を感じながらおいしい抹茶と

お菓子で楽しいひとときを過ごしま

>10/17~ 6か月6回17,820円

◇第3日曜 13:00~15:00

〉体験日 9/19

的な知識よ

方を"笑し

Fortune Jyujyu主宰 伊東 寿珠

6か月6回17,820円

〉体験日 9/1

ま深

新日本書道·書友会師館

一人一人の希望に沿い、漢字仮

名や年賀状など美しく書けるよう指

第2.4月曜 14:30~16:00

〉体験日 9/13、27

はじめての茶道・

小出茂の

ウクレレと歌

ハワイアンシンガー 小出茂

歌いながらウクレレを弾きま

第2.4木曜 10:45~12:00

3か月6回19,800円

◇第2月曜 10:30~12:00

◇10/11~ 6か月6回23,100円

九星気学初級

す。ウクレレは弾かず、ハワイ ながら学び

アンソングだけ楽しみたい方もしょう。

>10/11~ 3か月6回17,820円

森 花能

机め

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 本来は写経の写しであるご朱印。訪れる寺社で集め **します。** るほか、パワースポット巡りもします。 ◇第2土曜 10:00~12:00 >10/9~ 6か月6回19,800円

人生の履歴書ともいわれる手相。コミュニケーションにも役立ちます。

■ ● は新設講座と再スタート講座、満員は満員のため、キャンセル待ちになります。 ■ほとんどの講座で見学(無料)・1日体験(有料)ができます。 ■満座はすべてアボックの原ぐしてものです。 ■ 体験 表示はよみカル体験日対象講座です。 ■ 1,100円 (一部教材費が別途かかる講座があります)

学(無料)・1日体験(有料)ができます。 詳細はお問い合わせくださし

◇第2月曜 15:00~16:30

◇10/11~ 6か月6回23,100円

№かわくわく手相占い

◇第2月曜 13:30~15:00

③⑤ 水 13:00 体験 楽しむ日曜着付け教室 上級 ②④ 日 13:20 イタリア語(初級I·少人数)★★ 毎週 : 俳画で描くはがき絵 体験 生け花・小原流 月曜 毎週 月 1 初めての茶道・裏千家 満員 はじめて描く水彩画 満員 っと知りたい東京を歩く) 夜の集中英会話(少人数)★★★ 毎週 茶道·裏千家 ▲験 年中行事を楽しむ 室礼十) 身につく韓国語★★ 金曜水彩画入門 体験生け花・小原流 お勤め帰りの韓国語★★★ -で名曲を吹こう 絵画の教室 五行歌と楽しく グル(初級Ⅱ)★★★)茶道・表千家 月1回 初心者コース 体験 万葉集入門 おもてなし英会話★ 日本画(金) >さしい西洋占星学 俳句クラブ(藤本教室) 体験 エッセーの書き方 茶道·表千家 (土) 表千家·花月教室 韓国語初級★★~★★★ 世界遺産を楽しく旅する D(夜·第1·3·5週) ① 体験)パステル画入門 美しい街白然散策 験 いけばな小原流 准教授取得コース 🛚 毎週 ソ 🎉 茶道·男性専科 やり直し中学英語★★ いろいろ楽しむ絵画教室 おもいっきり多摩・相模発見ハイキン 体験 木曜フルート・個人 New はじめての墨彩·水墨画 はじめての茶道・男性専利 学び直しのスペイン語★ E浦・鎌倉花々ハイ? イツ語入門(少人数)★ № 歌舞伎の楽しみ方 おとなの金曜ピアノ NBW 好みの画材で描いてみよう はじめての俳句 木曜クラス ペイン語(初級Ⅱ)★★★ 体験)漢方とハーブの楽しみ 韓国語中級会話★★★★ シャナめくエレガンスプリザーブドフ= ▲験『源氏物語』と香(立礼) スペイン語(初級፤)★★ 満員 俳句・花と鳥の会(加藤) 始めよう!水彩スケッ ▲験 生け花・嵯峨御流 1カリナを楽しむ 験 おもしろ江戸文化発見「切絵図」を読む験 写経入門 (*) やさしくいける池坊 藤間流日本舞踊 イン語初心者クラス★~★★(・ 椅子席で奏でるはじめての箏(個人) 本験 生活に取り入れよう開運気学&風水 読響エルダー楽員のやさしいパイオリン(個人) 楽しい日曜水彩画 New 世界の巨匠たち 0 体験 日曜日の絵画教室 やさしい木版画 沖縄三線と島唄(個人) ′ン語経験者クラス★★~★★★ 体験楽しく学ぶ四柱推命 ーディオン(土) 験 華やかに創る インテリア&ギフト ▲験 国宝・重文・寺院で学ぶ仏教 英会話をはじめてみよう!★★ | 木曜フラワーサロン 心が安らぐ「絵本の読み聞かせ」 ピアノを楽しむ しの笛・中級(個人しの笛・上級(個人 験楽しく学ぶ四柱推命初級コース ヲリア語(中級・少人数)★★★★ 毎週 ぎ 「源氏物語と和歌」を学ぶ 名庭園探訪 イタリア語 (基礎・少人数) ★ 訪ねて、見て、知る、文化遺産探訪 体験楽しい書道 生け花 草月流(第1・3・5週) 大江戸遊歩術と老舗巡り 験 英会話ゼロスタート!(少人数)★ 験) 原書で読むアガサ・クリスティ★★ 楽しく学ぶ商用筆文字 山田流箏曲(個人) 験日本の神話を楽しむ方法 🏿 歴史研究家と楽しく巡るご朱印ツア ★楽器以外★ **▼ 英語で旅のコミュニケーション★~★★ ①** 体験 マナコFデザイン 🏿 愛犬のかわいい洋服作り 験 中之島流 大正琴 験 お琴入門(個人) New ショート&短編文学賞オンライン教室 体験 楽しい英会話★★★ 体験 リー先生のやり直し英会話★★★ ① 入門書道(火) ボールペン・基礎から実用(火) 月曜ヴォイストレーニング デジタルカメラを始めよう ▲ 坐禅のすすめ 人の書道教室 長唄·三味線 魂で歌うゴスペルコーラ ジャズ&ポップスを歌おう 体験 マナコプリザーブド レベルの目安 ★1入門、★2基礎、★3初級、★4中級、★5上級 鉄道車輌模型を作る 体験スケッチ帳に描く水彩色鉛筆画 普通科月2回 日本舞踊を楽しむ(藤間流)) さぁ、きょうから英会話(初級I)★★ 楽しく始めるフランス語入門★ ルペン・基礎から実用(水) 琉球舞踊を踊ろう 小澤幹雄のやわらかクラ 龍笛を吹こう・雅楽入門(個人) かさしい日舞 花柳流 体験 鮎裕の和のイラスト講座 楽しいフランス語実践★★ カラオケ歌謡教室 英語で読む「源氏物語 若紫」★★★★ 体験 はじめてのオカリナ 創作書道 色えんぴつ絵画(火) 花柳流日本舞踊 中級クラス イス・メイキング&ハー さぁ、きょうから英会話(基礎・少人数)★ てん刻を始めよう 入門かな書道 🐞 はじめての小鼓・長唄・三味線 くりカラオケ個人レタストレーニングからオペラ 小鼓・長唄・三味線 上級クラス ·ン先生の英会話(1)★★★ 満員 水彩画・季節の花を描 立礼席 煎茶道·東阿部流<火曜> ② 茶道·裏千家 台子稽古 うから充実フランス語★★★ ファン先生の英会話(2)★★★★ はじめての水彩色鉛筆画 初心者からのペン習 **№** 映画音楽で楽しむボイスト 音符のよみ書き 製味の書道 満員火曜フルート・個人 **満員** 茶道·表千家(2·4) 楽しく学ぶ韓国語★★★★ 夢 基礎から始める書道 水曜·日本画 アン先生のゆっくり学ぶ英会話★★ 毎週 2 満員 立礼席 表千家 着付け技能師を目指そう

⋘優雅に踊るベリーダンス コンテンポラリーダンス Belly Dance studio砂漠の太陽代表 ミスリーナゆきえ 元マイディズニ--ジュニア **呉松 綾子** 形にとらわれ ない身体表現 動きでも踊りは 見せることがで す。自分の原

情を踊りで表現 しましょう。 10/6~ 3か月6回 19.140円 体験日

№ やさしい護身術拳法 日本護身術協会代表 桶口 城治



狭い歩幅で腕を短く使うため、女性の護身術とし ても最適です。シェイプアップや健康増進にも役立楽しく踊ろうサンバエクササイズ ちます。

◇10/9~ 3か月6回17,820円 SAM(TRF) ダレデモダンス 健康イージーダンス

◇第2.4土曜 12:30~14:00



TRF の SAM がプロデュースしたシニアの皆様 が無理なく楽しめるダンスレッスンです。医師や理 学療法士が監修した安全なプログラムです。 ◇月曜 14:30~15:30 ◇10/4~ 3か月13回42,900円 ◇体験日 9/6、13、27

舞気功花架拳·花扇功



のびのびと描く楽しさや素晴らしさを学びます。それぞれの

感性や個性、発想力を大切にしながら取り組むことによって、

自信や考える力を身につけていきます。(対象:3歳~小学1年)

すべての視覚表現の基礎となるデッサン。物の形をどのよう

◇第1・3・5水曜 16:40~17:50 ◇10/6~ 3か月6回17,820円 ◇体験日 9/1、15、29

健美のためのストレッチ&ヨガ

舞気功花架拳·花扇功

沈立君の健康気功法

沈再平の中国気功·太極拳

♥ 【足・ひざ・腰・首】足から未病対策

神道夢想流杖道

健康養生太極拳

Nam けんこう護身術教室

養袖館合気道

健康空手道

Nam 土曜·気功太極拳

N 太極気功棒

島根を学ぶオンライン講座 世界遺産を楽しむための スマのスー・ハープ「アロタロ」と写った。 本日も休診

筑波大学芸術系 12:30開演

12:30開

准教授 下田 一太 ◆10/19(火)

実践剣術天然理心

◆10/14(木) */9--\$CX(1-1697A-07073-10114-1

12:30開演

14,500円、

15.000円

一楽庵太極拳·気功(水

シネマアクション・女性専科(殺陣)無理なくできるエアロビ体操

・椅子に座って楽々筋力アップ教室 (

よい姿勢・きれいに歩いてもっと健康! ①

)体の痛み解消!エゴスキュー体操

転ばぬ先の筋トレ&ストレッチ

無理なくできるバレリーナヨガ

事業企画・大手町スクール 🚌 💹 03-3642-4301

一楽庵太極拳·気功(木)

中高年のストレッチ&リズム体操 毎週 オ

居合道(夢想神伝流)

に認識して捉えていくか、先入観の少ない子どもたちは驚くほ

どのスピードで吸収していきます。(対象:小学2年~中学生)

♦月曜 12:20~ ◇10/4~ 3か月10回29,700円 ◇体験日 9/6、13、27

こども絵画・造形教室

ジュニアのデッサン教室

声楽個人レッスン ビバ宝塚!名曲を歌おう

お勤め帰りのフラメンコ教室 毎週

(初級·中級) 毎週:

お勤め帰りのJAZZ DANCE

本験 健康イージータ **本験** お勤め帰りの↑

基礎からの

Nav 優雅に踊るべ!

お勤め帰りのモダ

ソシアルダンス

はじめての韓国舞踊

★ 大人のブラッシュアップハ

7つのステップ「石見銀山編」

◆配信期間 10/5(火)11:00~11/8(月)

◆受講料 無料(ウェブ上で配信する動画視聴講座)

験 フラメンコ舞踊

体験) 試合に勝つ!卓球教室

(楽しく踊ろうサ

★「絵画造形」と「デッサン」は同じ教室で行います

合気道の動きは柔らかく、無理なく構成されて 好者が増えています。 ◇日曜 10:15~12:15 ◇体験日 9/5、12、26

いるので老若男女を問わず無理なく始められま す。健康増進、新進鍛錬などに役立つため、愛

www 土曜·気功太極拳 ⋘ビューティフルフラ 初心者クラス

女性らしさを引き

出し、自分の美して

と魅力を磨きながら

踊るベリーダンスを

始めてみませんか。

◇第1·3·5水曜

 $10/6 \sim$

NEW ジークンドー

を習得します。格闘技未経験の方もどうぞ。

サンバダンス、サンバエクササイズ講師 AMI

とにかく楽しく、

元気になれるサン

バダンスを始めて

みませんか。年齢

を問わずどなたで

もウエルカムです。

10:30~

12:00

3か月6回

〉体験日

合気会師範七段 小林 幸光

絵画講師 ひづめ つかさ

満員 籠を編む

林験 縄文の土偶を作る!

裏打ち&掛軸入門

伊勢型紙·型彫入門

験とんぼ玉をつくろう

験) 手軽に楽しむグラスアー

◆会員12,500円、一般13,000円(S席・プログラム付き) ◆10/21(木)11:00レクチャー

₩₩ 創作紙粘土人

験) ミクロモザイク

会場・東急シアターオーブ 本日も休診 出演:柄本明、花總まり ほか 10月歌舞伎公演

コロッケものまね オンステージ2021 ◆10/20(水) 12:00開演 ◆会員11,000円(CFE)

令和千本桜~義経と弁慶

●11/21(日)12:00開演

一般11,500円(S席)

17,820円

◇第1・3・5土曜 10:30~12:00

◇10/2~ 3か月7回23,100円

3か月6回



初めての方、少し経験のある方を対象としたクラ ミタチアカデミー指導員 金城 朋一 スです。ビューティフラの素敵な講師がお相手します。 ◇木曜 12:20~13:35 ◇10/7~ 3か月11回36.300円 〉事前体験会:9/2、9、16、30(木) 12:20~13:35



足から未病改善! 足腰に未病を抱える方でも 歩けます。カサハラ式のケアをして近郊ハイキ ングに出かけましょう。 第2土曜 10:00~15:00

>10/9~ 3か月3回11,226円

基礎からのクラシックバレエ



◇10/4~ 3か月13回38,610円 〉体験日 9/6、13、20、27

Ѿが初めてのおやこ登山



____ カサハラ式で足のバランスを整えて、親子で山 歩きにチャレンジ! 初心者でも登りやすい東京、神 奈川近郊の山を目指します。(対象:5歳~小学生 ◇第1土曜 10:00~15:00

◇10/2~ 3か月3回13,200円 こどものフラダンス

フイ・オ・ブアリリレフア秋山主宰 プアリリレフア秋山

ハワイの伝統芸能で

のリズム感・感情表現

などを豊かに育む踊り

17:00~18:00

6か月6回16,500円

4時間コース

です。

◇第2土曜

♦10/9~

、験 日曜ソープ&フルーツカービング ホビーコ・

体験 暮らしに溶け込むステンドグラス ②

暮らしの中で漆を楽しむ 金継ぎ

🏿 革・布から作る花のアクセサリー

ちりめん細工 つり雛・押絵

和服地の簡単リメイク

№ あみぐるみと毛糸小物

| 裂織り&手織り

戸塚刺しゅう

本験 ニットde 和・話・輪

■事前レクチャー付き国立劇場観劇

12:00 開演

◆会員11,500円、

一般12,000円(1等席)

◆12/6(月)13:00レクチャー

出演:中村梅玉ほか

和服地の簡単リメイク

羊毛フェルトで愛犬・愛猫を作ろうC

- 体験 和服地を使って洋服と小物づくり

体験 初めてのキャンドルカービング

日曜·鎌倉彫

◇体験日 9/11

あるフラは、お子さま

フイ・オ・ブアリリレフア秋山インストラクター カ・レフア佳那ポーマイカイ秋山



>10/9~ 3か月6回 18,480円 ◇事前体験会:9/25(土) 13:00~14:30

心健身気功

なまった身体に最適!

日本民謡協会公認民謡アンバサダー

◇第1・3・5木曜

13:00~14:30

3か月6回17,820円

〉体験日 9/2、16、30

民謡や昭和歌謡など耳馴染

簡単な動作の

うことがモットー

〉第2·4土曜

13:00~

14:30

№ けんこう殺陣教室



殺陣(たて)は演劇や映画に登場する演技のひ とつです。健康になる、ゆっくり、楽しみながらを ◇第2・4木曜 10:30~12:00 >10/14~ 3か月6回17.820円 〉事前体験会:9/23(祝·木) 10:30~12:00

3,344円(要予約)



◇10/4~ 3か月12回36,300円

◇体験日 9/6、13、20、27

Nodoka Ballet Studio代表 安部 のどか す。音楽に合 3か月10回

切な遊びをカリキュラムにそって行います。幼児教の痛みや不調を自分で改善していきます。 育を専門とする先生と楽しい時間を過ごしませんか。 ◇第2火曜 13:00~14:30 ◇第1・3・5火曜 10:30~11:30 ◇10/5~ 3か月7回13,860円

お子さまの好奇

い・想像力を育て

る科学実験教室

◇第3日曜

14:00~

16:00

>10/17~

6か月6回

17,160円

〉体験日 9/19

New カウンセラー養成

体験 手話応用(木)

パセラピスト養成講座

(体験) ラッピングコーディネーター養成 ベーシック

№ 家族のための「介助」講座

New カウンセラー養成

3歳総合発展

こどもの書道教室

「自分らしく生きるヒント」

いずれも13:30~15:00

◆各日とも会員・一般 3.300円

大手小町ラボ

手話をはじめよう ステップ:

1歳知能総合(プチあいあい)

2歳知能総合(あいあいコース

総合発展コース・年長クラス

どもの絵画・造形教室

ュニアのクラシックバレエ (1・3・5隔週)A

(小学3年生~小学6年生)

₩ 太極気功棒

目指せます。

13:00~

14:30

15:00~16:30

3か月7回18,480円

13:00~14:30

15:00~16:30

3,454円(要予約)

♦10/4~

鳳蝶 美成

バレリーナヨガ公認インストラクター 大木 美穂

年齢や運動経験に関係なくどなたでも無理なく

№ 1歳知能総合(プチあいあいコース)

こどもクラブ専任講師

◇第2・4金曜 13:00~14:10

>10/8~ 3か月6回17,820円

◇体験日 9/10、24



らせん運動を中心にゆったりとした動きと呼吸法 で体力向上を目指します。長さ30㎝の如意棒を使

◇第1・3・5土曜 16:00~17:00 ◇10/2~ 3か月7回22,330円 >事前体験会:9/18(土) 16:00~17:00 3,564円(要予約)

優雅に踊る韓国舞踊



華やかな衣装と芸術的な面の舞を優雅に踊り

◇第1・3・5土曜 10:30~12:00 10/2~ 3か月7回20,790円 〉体験日 9/4、18

New 【足・ひざ・腰・首】 あなたの足、大丈夫ですか? 足から未病対策 カサハラフットケア整体横浜本院・専属講師 みうら たけし

からだ全体、指先、五感を刺激する脳の発育に大 足裏のバランスを整えることで、足・ひざ・腰・首 ◇10/12~ 3か月3回10,560円

科学実験・エジソン教室 科学実験講師中村美穂

和紙あそび 季節の折り紙

和服地の簡単リメイク(木)

タティングレース教室

験) くみ紐(ひも) 験) モラ〜カリブの民族手芸〜

ちりめんのお細工物

津軽こぎん刺し験 楽しいハーダンガー刺しゅう

ファッション&リメイク洋裁

楽しく作る創作人形

体験 週末夜のハワイアンキル

楽しい洋服と小物づ

体験 健美ごはんと低糖質スイ

体験 台湾茶を味わる

英国紅茶サロ

№ 日本酒入門

絵画「ナポレオンの戴冠式」から

央雄ナホレオンの停業を美術面からの視点で解説、621×979センチの超大作「戴冠式」の絵

英雄ナポレオンの偉業を美術面からの視点で

画など、原寸大の詳細映像で実像に迫ります。

ウズベキスタン共和国大使館共催

♦10/2(±)13:00~14:30

◆会員3.080円、一般3.630円

14:00 開演 ◆会員6,500円、一般7,000円(1等席) ◆会員2,750円、一般3,300円 日本ウズベキスタン協会

読み解く英雄の足跡 ~没後200年~ 美術評論家 谷岡 清

シルクロードとウズベキスタンの仏教遺跡

立正大学名誉教授 安田 治樹

体験 戸塚刺しゅう

本験 パッチワークキルト

マイペース和裁

利紙あそび和紙人形

東洋書道芸術学会 飯島 彩峯

◇体験日 9/14

こどもの書道教室

硬筆・毛筆を競書誌に こうて学びます。 書初めの **宿題なども指導します。** 〉第1·3·5木曜 16:30~17:30 (幼児~小学2年)、 17:30~18:30 (小学3年~小学6年) 3か月6回17,160円

〉体験日 9/2、16、30 養神館合気道・ジュニア 毎週 金 1 ◇薬膳アドバイザー資格取得講座 (体験) 総合発展コース・年長クラス

少年・少女の空手道 (こどものフラダンス 体験 科学実験・エジソン教室 ポイントのご案内 ●定期講座の受講料(税抜き)200円につ 円で1ポイント)を差し上げます。 ●早得ポイント▶9月15日(水)までに初回 より継続手続きをされた方に100ポイント ●たまったポイントは定期講座の受講料のお 支払いにご利用いただけます。500ポイン

現金との交換はできません。

会員に特典いろいろ 読響公演チケット 20%割引、読売旅行が主催販売する旅行代金 3%割引など。詳しくはHPで。



トたまると500円を割引いたします。なお、



働く女性に注目されているフロントランナーを講師に迎 え、コロナで変化した社会でどう生きるかを考えます。多様な 四国八十八か所 遍路旅の魅力 価値観に触れながら、「自分をもっと好きになる」講座です。 11/20、12/18にも講座があります。オンライン受講も可。 **◆**9/18(±) 読売新聞「OTEKOMACHII 編集長 小坂 佳子 ◆10/16(土)映画「竜とそばかすの姫」 プロデューサー 谷生 俊美(日本テレビ)

旅と歴史のプロ・ナビゲーター 小林 祐一 ◆10/30(±)13:30~15:10 ◆会員2,750円、一般3,300円 よみカル フェス2021秋 関係に