全500講座 一覧表

見学無料

おためし体験（有料）

一覧表内の日付は、キャンペーン対象の［体験日］です。
※一部対象外講座があります。

- 各講座は、左から講座名・曜日・開始時間の順です。新は新設講座、満は満席の講座です。
- 「②④水」は、第２と第４水曜が講座日です。
- 見学・体験は事前の予約が必要です。

文芸・教養

新設	講座名	日	時
12/19	短歌実作　（米川教室）	③月	10:15
12/17	土曜短歌実作（米川教室）	③土	10:15
満員	たのしい短歌	③火	10:15
満員	能村俳句	②木	10:15
満員	俳句	①③木	13:00
12/6	俳句実作教室	①③火	12:40
12/5	はじめての俳句の作り方	①月	12:00
12/14	やさしい俳句教室	②水	12:30
12/3	おもしろ川柳教室	①土	10:30
12/26	詠んでみよう五行歌	④月	13:00
12/23	漢詩・漢文入門	④金	10:15
12/6	楽しく書けるエッセイ入門	①火	13:00
新12/24	和歌や俳句で日本の歳時記	④土	13:00
12/27	江戸時代の古文書を読む	②④火	19:00
12/4	江戸時代のくずし文字を読む(初中級)	①日	13:00
12/4	江戸時代のくずし文字を読む(入門)	①日	10:45
12/10	写経と法話に親しむ	②土	15:30
12/10	美術で学ぶ日本文化	②土	13:00
12/22	バイオリンの生演奏でクラシック音楽の魅力	④木	13:00
12/23	楽しい朗読	②④金	15:30
12/20	はじめての朗読	③火	13:00
新12/22	楽しくはじめる脳活音読&滑舌講座	②④木	10:30
満員	あがり症の方のための話し方教室	③日	13:00
12/25	人前での上手な話し方	②④日	10:15

邦楽・舞踊

12/27	観世流・謡曲仕舞	②④火	10:15
12/15	長唄を唄おう！	毎週木	15:15
12/15	長唄・三味線（入門～初級）	毎週木	14:30
12/15	長唄・三味線（中級）	毎週木	12:50
12/15	長唄・三味線（上級）	毎週木	13:40
12/21	都々逸・俗曲入門	①③水	15:00
12/21	端唄・俗曲・三味線（個人）	①③水	12:30
12/20	お国自慢の民謡を唄う	①③火	10:15
新1/16	「詩吟」入門	①③月	10:30
12/27	楽しく学ぼう! 琴・三味線・薩摩琵琶(個人)	②④火	10:20
12/16	はじめてさんの大正琴	①③金	13:30
12/16	大正琴	①③金	15:00
12/23	三味線の手ほどき	②④金	12:30
満員	楽しい三味線教室（個人）	②④日	14:30
12/17	津軽三味線	①③土	15:30
12/17	イチからはじめる津軽三味線	①③土	16:30
12/16	沖縄三線	①③金	13:30
12/24	しの笛入門　個人レッスン	②④土	14:30
12/24	しの笛（グループ）	②④土	12:45
12/17	尺八個人レッスン	①③土	14:30
12/26	たのしい小鼓（個人）	②④月	16:00
新1/18	日本舞踊藤間流（グループ）	①③水	12:15
満員	イチからはじめる日本舞踊　花柳流	②④木	14:00
満員	日本舞踊花柳流・古典(グループ)	②④木	15:00
12/8	日本舞踊花柳流・古典（個人）	②木	16:30
12/22	日本舞踊花柳流・古典第4(個人)	④木	16:30
12/9	美しく楽しい日本の踊り	毎週金	13:20

尺八個人レッスン

尺八（琴古流）演奏家　徳丸 十盟

■第1・3土曜 14:30～16:30
■3か月4回 14,520円
体験日 12/17
愛4,070円

ジュニア・親子

12/11・25	キッズの絵画造形教室	②④日	10:15
12/2・16	子どもの書道・硬筆（幼稚園児）	①③金	16:00
12/2・16	子どもの書道・硬筆（小学生）	①③金	17:00
12/8・22	おしゃれな選花 池坊(ジュニア)	②④木	18:00
12/18	日曜茶道教室（ジュニア）	①③⑤日	10:15
12/2・16	中島伸子の才能を開花させるこどもピアノ塾	①③金	13:30
12/11	ジュニアのための手芸教室	②日	15:00

キッズの絵画造形教室

風の子ども絵画教室/イラストレーター・童画家　柳田 牧

■第2・4日曜10:15～11:45
■3か月6回18,480円
体験日 12/25
愛3,916円（教材費込み）

実務・キャリアアップ

12/2・16	くらしに活かす毛筆（金曜）	①③⑤金	14:45
	楽しい手話～ステップ・アップコース	②④火	12:30
12/10・24	手話ダンス	②④土	12:00

手話ダンス

手話ダンスYou&I指定指導員　金子 佐登子

■第2・4土曜12:00～13:30
■3か月6回19,470円
体験日 12/10・24
愛3,641円

料理

12/27	和の美と季節を楽しむ「練切」	④火	19:00
12/22	季節を楽しむティータイム	④木	15:30
12/27	ワインで識る世界と日本	④火	15:30
12/22	ワインライフを楽しむ	④木	19:00

和の美と季節を楽しむ「練切」講座

和菓子作家　あさ貴

■第4火曜 19:00～20:30
■3か月3回 11,220円
体験日 12/27
愛5,478円

季節を楽しむティータイム

日本紅茶協会認定ティーインストラクター　Nao

■第4木曜 15:30～17:00
■3か月3回 10,560円
体験日 12/22
愛5,698円

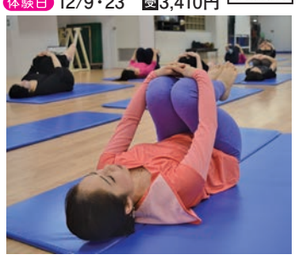
スポーツ・健康

12/14・28	月2回の楽しいピンポン	②④水	17:20
12/21・28	楽しいピンポン	毎週水	17:20
満員	イミ・クラヴマガ護身術・初級	10:15①③土	10:15
12/3・17	イミ・クラヴマガ護身術・初級	11:40①③土	11:40
新12/22	BOXOUT(ボクシングエクササイズ)	①③木	12:30
12/19・26	体幹を鍛える朝のピラティス	毎週月	10:20
12/2・16	ポールウォーキングで快適貯筋	①③金	11:45
12/14・28	練功十八法	②④水	10:30
新12/20	お腹スッキリ骨盤エクササイズ	①③火	10:30
12/9・23	寝たまま　ゆらぎ体操	②④金	15:00
12/11・25	ソフトバレエ　エクササイズ	②④日	12:10
12/2・26	「そり腰・ねこ背改善体操」習慣	10:15②④月	10:15
12/12・26	「そり腰・ねこ背改善体操」習慣	11:25②④月	11:25
12/5・19	体幹を鍛える「バランスボール」	①③月	10:30
12/16・23	美と健康のリズムダンス体操	毎週金	10:15
12/14・21	美と健康のリズムダンス体操(ソフト)	毎週水	10:30
12/11・25	中高年のソフトバレエ	②④日	10:15
12/12・19	大人になってからのバレエ	毎週月	13:00
12/15・22	十三式太極拳	毎週木	13:50
12/16・23	心と体をリラックス太極拳	毎週金	10:15
	太極拳	毎週火	12:30
満員	楽しく学ぶ太極拳	①③⑤日	10:15
12/13・20	気功太極拳<入門>	毎週火	10:30
12/7・21	相川ヨガ　第1・3クラス	①③水	10:20
12/14・28	相川ヨガ　第2・4クラス	②④水	11:40
12/12・26	セルフマッサージでボディケア!	②④月	14:00
新1/9	のどを鍛える「健康声磨き®」	②④月	10:15
12/4・18	スポーツウエルネス吹矢健康法・入門	①③日	14:00
新	【足・ひざ・腰・首】足から未病対策	②金	14:30
12/10・24	殺陣道でリフレッシュ	②④土	18:00

寝たまま　ゆらぎ体操

日本ゆらぎ体操セラピー協会認定講師　皆川 朋子

■第2・4金曜15:00～16:15
■3か月6回18,150円
体験日 12/9・23　愛3,410円



中高年の体幹を鍛える「バランスボール」

体力メンテナンス協会認定 バランスボールインストラクター　Nagi

■第1・3月曜10:30～11:30
■3か月5回 16,775円
体験日 12/5・19
愛3,795円

ダンシング

12/27	社交ダンス・初級クラス	②④火	15:00
12/16	カントリーラインダンス	①③⑤金	11:40
12/15	50歳からのタップダンス1・3	①③⑤木	10:30
12/22	50歳からのタップダンス2・4	②④木	10:30
12/22	50歳からのタップダンス(毎週)	毎週木	10:30
12/18	タップダンス	①③日	12:00
新12/19	ジャズダンス	毎週月	15:00
12/21	懐かしのソウル&ディスコダンス　初級	①③水	19:10
12/17	神菜のフラメンコ初級	①③⑤土	15:45
12/17	ビューティーフラメンコ経験者	①③⑤土	14:30
12/17	神菜のフラメンコ超入門	①③⑤土	17:00
12/24	アルゼンチンタンゴダンス	②④土	10:15
12/25	らくらくハワイアンフラ	②④日	13:35
12/7	素敵なフラダンス	①③水	14:10
12/25	日曜日のゆったりハワイアン・フラ	②④日	15:00
12/19	月曜日のハワイアン・フラ	毎週月	12:15
12/24	カトーエミイの美しいフラダンス（土）	②④土	13:45
12/18	カトーエミイの古典フラダンス入門	③日	11:55
満員	50歳からのベリーダンス	①③火	15:00
12/25	ベリーダンス上級　アドバンス	②④日	12:00
12/25	ベリーダンス中級（日）	②④日	13:30
12/26	ベリーダンス初級　第2・4（月）	②④月	19:00
12/22	ベリーダンス中級(木)	②④木	19:30
12/17	イチから始めるベリーダンス(土)	①③土	10:15
満員	50歳からのK-POPダンス(日)	①③日	14:00
新12/21	50歳からのK-POPダンス(水)	①③水	15:00
新12/10	魅惑のバーレスクダンス	②④土	14:00
12/21	SAM(TRF)の健康イージーダンス	①③水	11:45
12/21	SAM(TRF)振付・監修「Dancing The 美Body」	①③水	13:00
新12/17	エレガントな宮廷バレエ	①③土	12:45
12/28	はじめてのクラシックバレエ(2・4水)	②④水	19:15
12/17	はじめてのクラシックバレエ（・3土）	①③土	19:15

二次元コードで講座見学　スマートフォンで読み取ると動画がご覧いただけます。

てまり

日本てまりの会　池田 明子

■第2月曜13:00～15:00
■3か月3回9,735円
体験日 12/12
愛3,652円教700円

手芸

12/14・28	押絵	②④水	13:00
	四季を描く剪画(切り絵)	③月	13:00
12/20	王朝継ぎ紙	③火	15:30
12/12・26	月に2回の折り紙サークル	②④月	15:00
	レカンフラワー　初級	①火	12:30
	レカンフラワー　中級	①火	12:30
	美しい押し花　中級	③火	10:15
	美しい押し花　初級	③火	10:15
12/14・28	新パンの花(初等科・1年コース)	②④水	13:00
12/2・16	真多呂人形	①③金	12:30
12/12	てまり	②月	13:00
満員	夢のミニチュア＆ドールハウス	④水	13:00
満員	ハーダンガー刺しゅう	②④月	15:30
	日本刺繍	①③月	14:15
	戸塚刺しゅう【午後】	②④火	13:30
満員	戸塚刺しゅう【午前】	②④火	10:30
12/24	はじめてのこぎん刺し	④土	10:30
12/24	こぎん刺し	④土	13:00
満員	ハワイアンキルト（日）	①③日	15:00
	パッチワーク小物	④金	10:15
	アメリカンパッチワークキルト本科	②④火	10:15
	アメリカンパッチワークキルト高等科	②④火	10:15
12/1・15	ミシンキルト本科	①③木	13:00
	ミシンキルト高等科・講師科	①③木	13:00
満員	はじめてさんの手編み教室	①③土	10:15
12/7・21	楽しい魔法の一本針	①③水	13:00
12/15	カスバリー編み　本科	③木	12:30
	カスバリー編み　師範科	③木	12:30
満員	ナチュラルニット小物	②④月	10:15
12/3	初めてのタティングレース・アクセサリー	①土	10:15
12/23	裂き織り・手織り教室	④金	12:45
12/13	ぬい針で楽しむビーズ刺しゅうアクセサリー	②火	13:00
12/10	ビーズ織り＆ビーズ刺しゅう	②土	12:30
12/25	ハンドメイド・ジュエリー講座	④日	12:45
12/5	ビーズステッチ＆クロッシェ	①月	13:00
	羊毛フェルトで愛犬・愛猫を作ろう	②月	10:15
	羊毛フェルトで愛犬・愛猫(月午後)	②月	13:15
	羊毛フェルトで愛犬・愛猫(初級)	④日	13:30
12/20	楽しいひも結び　アジアンノット	③火	18:30
12/10	水引アクセサリーと雑貨	②土	10:15
12/10	水引アクセサリーと雑貨午後クラス	②土	12:00
	普段使いと晴れの日のつまみ細工	①火	12:00
満員	ミシンで縫えるバッグ教室	③火	13:00
新	着物リフォーム～道行コートをジャケットに	①③水	15:15
12/7・21	和服リフォーム	①③水	15:15
12/1・15	おしゃれ帽子	①③木	13:00
	マイスタイルの洋裁(中級)	①③火	10:15
	マイスタイルの洋裁(上級)	①③火	10:15
	マイスタイルの洋裁(阿久津クラス)(初級)	①③木	10:15
	マイスタイルの洋裁(内藤クラス)(上級)	①③木	10:15
	初めての手作りはんてん・ちゃんちゃんこ	①③月	10:15
	和裁(金)	①③金	10:15
	和裁(月・午前)	①③月	10:15
	和裁(月・午後)	①③月	13:00
	ワンちゃんの洋服を作る	①③⑤土	15:30
12/26	布・革で作る花のアクセサリー	④月	13:00

普段使いと晴れの日のつまみ細工

つまみ細工つゆつき上級認定講師　田中 幸子

■第1火曜12:00～14:30
■3か月2回7,480円
※1作品3,000円位から　体験日 不可

趣味・暮らし

12/12・19	はじめての囲碁教室　入門・初級	毎週月	10:10
12/12・19	囲碁教室　初級・中級	毎週月	13:00
	囲碁教室　中級・上級	毎週月	15:00
12/7・21	女性のマージャン教室(午後)	①③水	13:30
12/7・21	女性のマージャン教室(午前)	①③水	10:15
12/3・17	土曜マージャン教室・女性専科	①③土	13:00
12/5・19	コントラクトブリッジ入門	①③月	10:30
新	キューブパズル六面攻略	②日	10:30
12/4	マジック教室（日曜）	①日	10:15
	楽しいけん玉	①日	10:30
12/12・26	歌助の実践落語講座	②④月	18:00
	鉄道模型をつくる	②④土	16:00
12/11	スクラップブッキング	②日	10:15
12/13・27	気学・四柱推命入門	②④火	13:00
12/1・15	やさしく四柱推命	①③木	10:30
	易道開運法	③金	10:30
12/15	鉄道と駅舎のある風景を撮る	③木	13:00
12/10	気軽に楽しむ一眼デジカメ	②土	10:30
12/6	カメラ散歩	①③火	10:15
12/19	女性デジカメクラブ	③月	12:30
12/1	ハーブのある楽しい暮らし	①木	13:00
12/18	野生生物の世界をのぞいてみよう	③日	10:15

おしゃれ・マナー

12/5・19	和の文化を学ぶ着付け教室	①③月	15:00
12/21	月1回のらくらく着付け	③水	10:30
12/4・18	着付けと立ち居振る舞い	①③日	13:45
12/11	ー5歳のメイク術	②日	10:30

社交ダンス・初級クラス

プロダンスインストラクター　古賀 太一

■第2・4火曜15：00～16：30
■3か月6回23,100円
体験日 12/27
愛4,268円

茶道・生花・フラワー

12/14・21	茶の湯　裏千家	①②③水	13:30
12/9・16	初心者の茶道・裏千家	毎週金	13:30
12/15・22	茶道・裏千家（小松教室）	毎週木	10:15
12/13・27	茶道と現代生活・裏千家	②④火	10:15
12/10・17	茶道裏千家（土曜クラス）	毎週土	13:45
12/6・20	ほんとうにゼロからの茶の湯(1.3コース)	①③火	13:45
12/11	初歩の茶道	②日	14:15
12/26	英語で茶道	④月	18:30
12/26	裏千家茶道立礼式（後半）	④月	15:00
満員	裏千家茶道立礼式（前半）	④月	13:30
12/13	ほんとうにゼロからの茶の湯(2.4コース)	②④火	13:45
12/14・28	立礼でおもてなし	②④水	10:30
12/18	日曜茶道教室	①③⑤日	10:15
12/5・19	茶道・表千家	①③月	13:30
12/1・15	習いなおしの表千家	①③木	14:00
満員	茶道・表千家（井上教室）	②日	10:15
12/7・21	男性もどうぞ遠州流	①③⑤水	18:00
12/9・16	大日本茶道学会	毎週金	10:15
12/12	月に1回のテーブル煎茶道	②月	10:30
12/3・17	月に2回のテーブル煎茶道	①③土	10:30
12/10・24	茶道・茶事	②④土	10:15
	香道直心流（普通科）	①③⑤火	10:30
	香道直心流（入門4回コース）	①③⑤火	10:30
12/7・14	いけばな草月流	毎週水	13:00
12/10・17	いけばな小原流	毎週土	13:00
12/10	いけばな小原流　第2・4土曜	②④土	13:00
12/7・14	いけばな池坊	毎週水	10:15
12/6・20	いけばな古流（火）	①③火	19:00
満員	いけばな古流（木）	②④木	10:30
12/8・22	おしゃれな選花 池坊B	②④木	19:00
12/8・22	おしゃれな選花 池坊A	②④木	15:00
12/23	季節のフラワーアレンジメント	④金	12:30
12/24	マミフラワーデザイン(ビギニング)	④土	13:00
12/20	おしゃれな花空間A	③火	10:15
12/13	おしゃれな花空間B	②火	10:15
	マミフラワーデザイン(アドバンス)	④日	10:15
	フラワーアレンジメント&いけ花	④土	15:30
12/2	コースいろいろフラワーデザイン	①金	12:30
12/6・20	シック・フラワーアレンジ　初等科A	①③火	10:15
12/13	シック・フラワーアレンジ　初等科B	②④火	10:15
	シック・フラワーアレンジ　高等科A	①③火	10:15
	シック・フラワーアレンジ　高等科B	②④火	10:15
12/26	プリザーブドフラワー&アーティフィシャル	④月	13:00
	河原由美のフラワーアレンジ	②月	13:00
12/21	初めてのプリザーブドフラワー	④水	12:45

シック・フラワーアレンジメント　初等科A

遠藤悦子アートサロン本部講師　栃内 由美枝

■第1・3火曜 10:15～12:15
■3か月4回12,540円
体験日 12/6・20
愛3,553円教別
※第2・4火曜クラスもあります

おしゃれな花空間A

遠藤悦子アートサロン本部講師　栃内 由美枝

■第3火曜 10:15～12:15/10:15～12:15
■3か月3回10,560円
体験日 12/20
愛3,938円
教別
※第2火曜クラスもあります

おしゃれな選花　池坊

華道家元池坊教授　吉田 一枝　吉田 美和子

■第2・4木曜 15:00～17:00 19:00～21:00
■3か月6回 19,470円
体験日 12/8・22
愛3,685円教別
■ジュニアクラス 第2・4木曜18:00～19:00
■3か月6回13,068円体験日 12/8・22
愛2,618円教別

木の笛 素朴な音色「コカリナ」

日本コカリナ協会公認講師　鈴木 鈴子

■第1・3金曜10:30～12:00
■3か月6回21,780円　体験日 12/16
愛4,037円

着付けと立ち居振る舞い

装道礼法きもの学院分院院長・全日本マナー検定指導員横川 しげ子

■第1・3日曜 13:45～15:45
■3か月5回 16,775円
体験日 12/18
愛3,751円

ー5歳のメイク術

メイクアップアーティスト・パーソナルスタイリスト　石原 幸子

■第2日曜10:30～12:00
■3か月3回11,550円
体験日 12/11　愛4,235円

大日本茶道学会

大日本茶道学会教授　古宮 智仙

■毎週金曜 10:15～13:15
■3か月8回 25,520円
体験日 12/16　愛4,411円

習いなおしの表千家

表千家教授　秋山 宗紀

■第1・3木曜14:00～17:00
■3か月5回 15,950円
体験日 12/15　愛4,411円

音楽

12/16	中島伸子の練習法を伝授するピアノ・個人	①③金	13:30
12/17	楽しいポピュラーピアノ	①③土	10:20
満員	大人が楽しむジャズピアノ講座	①③火	18:00
12/22	マイペース・ピアノレッスン(個人)	②④木	15:30
12/22	大人のためのお勤め帰りピアノレッスン(個人)	②④木	18:30
12/18	らくらくピアノ®(日曜・個人)	①③日	15:00
12/26	らくらくピアノ®(月曜・個人)	②④月	10:20
12/21	らくらくピアノ®(水曜・個人)	①③水	10:10
新12/24	らくらくピアノ®(土曜・個人)	②④土	10:15
12/19	南先生のピアノレッスン(個人)	①③月	15:30
12/20	初心者のためのお気軽ピアノ	①③火	15:30
12/17	初めてのキーボード（A）	①③⑤土	10:10
12/17	初めてのキーボード（B）	①③⑤土	11:25
12/24	ミニキーボード	②④土	10:30
12/16	キーボード（C）	①③⑤金	13:00
12/15	アコーディオン個人レッスン	①③木	10:15
12/22	フルート（中級）	②④木	11:15
12/22	フルート（初級）	②④木	10:05
12/20	フルート個人レッスン	①③火	10:15
12/17	リコーダー初級	①③土	15:15
12/17	リコーダー入門（個人レッスン）	①③土	13:30
12/17	リコーダー中級（個人）	①③土	16:15
12/17	リコーダー中級	①③土	16:45
12/16	やさしいオカリナ（入門クラス）	①③金	15:00
12/16	木の笛　素朴な音色「コカリナ」	①③金	10:30
新12/25	はじめてのケーナ	②④日	14:00
12/21	ハーモニカを吹こう　個人レッスン	①③水	17:00
12/13・20	ハーモニカ教室	毎週火	15:00
12/17	やさしいハーモニカ	①③土	13:00
新12/16	クラリネット個人レッスン	①③金	10:15
12/20	トランペット個人レッスン	①③火	18:10
	やさしく弾けるギター講座	毎週水	13:00
12/22	大人のためのやさしいギター	②④木	10:30
満員	マンドリン（日曜日上級クラス）	②④日	10:15
12/20	マンドリン（火曜日クラス）	①③火	15:00
12/26	ウクレレ教室・初中級（月曜）	②④月	10:30
12/14・21	ウクレレ教室・中級（水曜）	毎週水	17:00
12/16	初めてのウクレレ	①③金	15:15
12/15	誰でも上達ウクレレレッスン	①③木	15:30
12/15	誰でも上達ウクレレ&ギター個人レッスン	①③木	16:50
12/23	優しい響きのライアー(金曜日)	②④金	10:30
12/21	優しい響きのライアー(水曜日)	①③水	10:30
新12/22	バイオリン個人レッスン	②④木	17:00
	張会斌の二胡（少人数・初級）	②④水	11:30
	張会斌の二胡（少人数・中級）	②④水	14:45
	張会斌の二胡（中上級）	②④水	13:30
12/28	張会斌の二胡（入門）	②④水	10:15
12/26	ドラムを叩こう　個人レッスン	②④月	16:00
12/16	ミュージックベルを奏でよう	②④金	13:00
12/15	タブラを叩こう	①③⑤木	10:45
12/15	タングドラムを奏でよう	①③木	10:15
12/15	打楽器いろいろ個人レッスン	①③木	13:00
12/18	誰でも気軽にヴォイトレ(個人)	①③日	10:15
12/25	スーパー・ヴォイス・クリニック(日曜)	②④日	10:30
12/24	スーパー・ヴォイス・クリニック(土曜)	②④土	14:30
12/18	声の衰えをふせぐ基礎ヴォイトレ	①③日	15:00
12/23	クラシックのためのヴォイトレ（個人）	②④金	10:15
12/19	大人のための発声教室（個人）	①③月	10:20
12/16	シニアの声と歌のレッスン	①③金	10:30
12/27	ポップス・ヴォーカルトレーニング(個人)	②④火	17:30
12/13	イタリア歌曲とオペラ・アリア入門	②④火	10:15
12/14	愛唱歌をうたう	②④水	10:15
12/16	日本の歌・心の歌をうたう	①③金	13:00
12/8	楽しいうたこえ広場	②木	13:00
12/27	火曜シャンソン	②④火	13:00
新12/22	日本語で歌うシャンソンと世界の歌	①③木	13:00
12/26	カンツォーネ＆オペラアリア	②④月	13:00
12/18	ハワイ語で歌うフラソング	③日	13:00
12/23	ピアノ伴奏で歌う韓国ノレバン	②④金	13:00
12/22	SING！SING！宝塚を歌おう	②④木	15:00
新	Let's！ゴスペル	②④水	15:00
12/16	カラオケの音程・リズムが簡単に分かる方法	①③金	13:30
12/16	楽譜の読み方お悩み解決個人セミナー	①③金	13:30
満員	金曜カラオケ	②④金	15:00
満員	KUSANO　NAOKIのメキメキ上達するカラオケ個人	②④火	17:30
新12/18	昭和歌謡ヒットソングを歌おう	①③日	13:00

屋外

	山村竜也の幕末史跡探訪　シーズン2	③土	13:00
	おもしろ半島ちば	①木	13:00
	名庭園探訪	④土	10:00
	田中ひろみの「仏像探訪」	②土	13:00
	「江戸名所図会」ゆかりの地を巡る	①火	10:30
	月に1度の城跡ハイキング	②日	10:30
	大江戸遊歩術と老舗巡り	②木	10:00
	大人のかまくら散歩（2）	④火	10:30
	ホッと癒やしの神社めぐり	④木	10:30
	東京カフェスケッチ	③日	10:30
	淡彩スケッチ入門	③土	10:30
	都内画廊めぐり	③水	13:00
	野鳥と自然を望遠撮影	③日	9:30
	里山のんびりウオーキング	①水	10:30
	四季の鎌倉 自然散策	②日	10:30
	花と緑の自然さんぽ	④土	10:00
	中央線・総武線ひと駅ウォーク	③水	10:30
	東京ワンデイ・スキマ旅	③日	13:30
	下町ウォーキング	④月	10:30
	ぐるり山手線30駅の旅	②水	10:30
	東京のお菓子を歩く	④木	11:00
満員	大江戸グルメウォーキング(第2週)	②水	10:00
	大江戸グルメウォーキング(第1週)	①水	10:00

公開講座

会員ではない方も受講できます。一部講座には会員割引があります。電話で予約ください。

教＝教材費　受＝受講料　※一部講座を除き別に維持費がかかります。

インスタ映えする料理写真の撮り方

フォトグラファー 阿部写真事務所ヒミツキチ PHOTOGRAPHY　阿部 哲平

■1/28（土）10:30～12:00
愛4,400円（会員3,850円）
教550円

インスタグラムなどのSNS媒体で料理写真を投稿されている方から、「集客のために映える写真を」という飲食店の方まで。スマートフォンで「料理写真をおいしそうに撮りたい」という方なら、どなたでもご参加いただけます。プロカメラマンが、撮る前・撮るとき・撮った後のそれぞれのタイミングで詳しく解説します。

老後資産をインフレから守る!!

経営投資戦略コンサルタント　あんみつ先生

この講座は、投資することを推奨するものではありません。金融経済の基礎知識を学ぶことで、ニュースへの理解も深まります。ご自身の資産を守るための豆知識などをお伝えし、投資の光と影についてもお話します。
■2/4（土）10:15～11:45
愛3,300円（会員2,750円）　教275円

真多呂（またろ）人形で「アマビエ」を作ろう

真多呂人形学院教授　上条 真葵穂

アマビエは、江戸時代に