

はじめてのクラフトビール

「2階のクラフトビール屋つむぎ」オーナー 大江 信明さん



味も香りも、そして色合いも。多彩なクラフトビールが最近ブームです。どっしりとした味わいから、柑橘系のさわやかな飲み口まで個性豊かなクラフトビール数種類を飲み比べます。ビールのうんちくを学びながら、あなたのお気に入りを見つけましょう。会場は「つむぎ」。

■12/18 (日) 13:00~14:00
 4,400円 (会員3,850円)
 550円 (テイスティングセット)

三次元コードマ 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。

お腹スッキリ骨盤エクササイズ **New**
 骨盤調整インストラクター さら



気持ちよく骨盤を動かしながら、お腹周りもスッキリ。全身のゆがみを整えることで、腰痛、冷え性、下半身太りの解消も期待できます。

■第1・3火曜10:30~11:45
 ■3か月5回17,160円 / 1/17スタート
 ■事前体験会12/20 (火) 3,817円

読売・日本テレビ文化センター 柏駅「ビックカメラ」が入るビル8F

よみうりカルチャー 柏

つながり、ひろがる **よみカル ONLINE**

フォローはこちらで

気軽に脳トレ **New**
 キューパズル六面攻略

昭和50年代に大流行したあの玩具です。立方体の六面の色を揃える速さを競うだけでなく、近年は「大人の脳トレ」道具としても注目されています。バラバラになった面をじっくり観察し、考えながら手を動かします。難しそうですが、8つの手順を覚えるだけで誰でも簡単に六面完成をすることが出来ます。お友達に披露する一芸にも最適です。

■第2日曜10:30~12:00
 ■3か月3回11,055円 / 1/8スタート

50歳からのK-POPダンス(水曜) **New**
 ジャズダンサー 洪 載善 (ホン・ジェソン)

振り付けは少し簡単なのに、激しいモーションも抑えにして、好きな音楽のリズムを体で楽しむダンスレッスン。ストレス発散、運動不足解消、心も爽快に!

■第1・3水曜 15:00~16:30
 ■3か月5回16,500円 / 1/18スタート
 ■事前体験会12/21 (水) 3,718円

2階のクラフトビール屋つむぎ

南柏駅西口ロータリーを左手に徒歩1分、メガネ店の2階にひっそりとお店がある。「新しい味を知るワクワクと、ビールのおいしいさを提供したい」と笑顔の大江信明さん。お店にはクラフトビール用のビアサーバーがあり、運りすぐりの8種類の樽出しビールが楽しめます。

はじめてのデジタルイラスト

イラストレーター 小塚 類子

キャラクターからリアルタッチまで。身近になったタブレット端末でイラストを描いてみましょう。デジタル作画は意外に簡単。まずは事前体験会をお試しを!

■第1・3水曜10:15~12:15
 ■3か月6回19,800円 / 1/16スタート
 ■事前体験会12/19 (月) 3,685円

BOXOUT (ボクシングエクササイズ) **New**

野口ボクシングジムトレーナー 野口 詩延

骨格を意識して動き、ボクシング動作で効率よく体を鍛えます。老舗ボクシングジムの指導者とエレガントとタフな、実年齢と反比例の体作りを体験します。

■第1・3水曜12:30~13:30
 ■3か月6回18,150円 / 1/5スタート
 ■事前体験会12/22 (木) 3,421円

御食園から伝わる食の探求2023

前日、大好評をいただいた教育者講演会を2023年も実施します! 「孤独のグルメ」の漫画原作者である久住昌之さんと料理研究家のかわこ直子さんのコンビが戻ってきます。御食園とは、古くから皇室や朝廷へ食材を貢いだ国のことで、福井県の教育者や地域は若狭湾の豊富な海産物を提供してきました。今回も二人から教育者や地域の食、地元食材を使った料理のメニューなどを紹介します。地元特産品のお土産付き。

■3/18 (土) 12:15~13:45
 ■3,190円 (会員2,640円)

バーテンダーから教わるカクテルの基本

「Bar Calma」オーナーバーテンダー 飯嶋 裕樹さん

クリスマス華やかに、ワインカクテルで彩りましょう。ムード的なバーを会場に、プロおススメのカクテルを試飲いただくほか、参加者一人ずつシェーカーを振る体験も。自分が作ったカクテルを自分の舌で味わいます。ご自宅での作り方のコツをお伝えするほか、幅広いカクテルの魅力や、カクテル文化の歴史なども紹介します。カクテル4杯を味わうことができるお得な講座です。

■12/3 (土) または12/10 (土)
 各回5人限定
 時間はいずれも17:00~18:30
 4,400円 (会員3,850円)
 1,100円 (カクテル4杯)

和歌や俳句で楽しむ日本の歳時記

和歌文化講師 加藤 澄江

季節に寄り添いながら生きる先人たちの暮らしを歳時記と味わい深い和歌や俳句を通して学ぶ講座です。

■第4・6水曜13:00~14:30
 ■3か月3回10,890円 / 1/28スタート
 ■事前体験会12/24 (土) 4,015円

EVEREST 世界の頂に魅せられて **New**

エベレスト。言わずと知れた世界最高峰で、「世界の頂」とも呼ばれています。多くの冒険家を強烈に惹きつけてやまないその山に、土田優紀さんは写真家として2021年登頂を果たしました。険しい道のり、そこから見えた言葉を失うほどの絶景、登頂後に感じたこと、様々な困難に打ち勝ち、命を懸けて挑んだエベレストの全貌を、写真や映像とともに語ります。

■1/29 (日) 13:00~14:30 3,850円 (会員3,300円)
 ※講師はオンラインで出演します。

「花の水彩画」はじめませんか? 初級コース **New**

洋画家、日本美術家連盟会員 渡辺 三絵子

主題となる花に植物画のようなタッチを与えつつ、全葉で咲きそうな花を描く。講師独自の「花ある世界」透明水彩を使った作風のテクニックをお教えます。上級コースもあります。

■第1・3水曜10:10~12:00
 ■3か月6回21,450円 / 1/5スタート
 ■事前体験会12/15 (木) 4,015円 (会員3,100円)

Bar Calma

Calmaは「静けさ・のんびりゆっくり」との意味を持つヨーロッパの方言。各種コンテストで入賞歴を多数持つ飯嶋裕樹さんが作るカクテルを求め常連客が集う「大人の隠れ家」のようなお店。柏駅東口からハウディーモールをまっすぐ徒歩7分。

春かおるワイン講座 **New**

日本ソムリエ協会認定ワインエキスパート 日本ワインマスター 藤川 百々英

ロゼやオレンジなど、春カラーのワインの試飲を楽しみます。味わいは辛口から甘口までさまざま。色とりどりの花々が咲き出す季節、春の食材にぴったりのワインで乾杯しませんか? 会場はよみカル柏。

■3/29 (水) 13:00~14:30
 4,180円 (会員3,630円)
 1,650円 (ワイン数種)

冬の新設講座のご案内

4回コース 着物リフォーム~道行コートジャケットに **New**

装束礼法きもの学院院長 駒井 ゆき子

着なくなった道行(みちゆき)コートを、ほぼ必ず形を生かしてジャケットに仕立て直します。ラグランリーブなどの肩幅はフリーサイズ、和洋裁が苦手な方でも簡単に作製できます。

■第1・3水曜15:15~17:15
 ■3か月4回12,980円 / 1/18スタート

足・ひざ・腰・首 足から末病対策 **New**

カラハラ認定講師 山本 雅典

体のバランスを保つ土台「足裏」から、全身のバランスを整えるメソッドを指導。外反内反・浮き足・足へバーン(仮病)など、足から始まる体の不調改善を目指します。

■第2金曜 14:30~16:00
 ■3か月3回10,560円 / 1/13スタート
 4,950円

子どもの書初め教室 **New**

東京書芸協会総務 塚原 月華

冬休みの宿題に対応します。講師と一緒に作品を仕上げます。毎年人気。お早めにお申し込みを。

■12/24 (土) 10:30~12:00 3,410円 (会員2,860円)

楽しくはじめる脳活音読&舌舌講座 **New**

KOTOSE式脳活音読インストラクター 大和田 なおこ

「脳活音読」は、文章や詩、早口言葉などをリズムや簡単なアクションを繰り返して脳を活性化させ、清音が良いこと、防しんも効果が期待できます。

■第2・4水曜10:30~12:00
 ■3か月6回19,800円 / 1/12スタート
 ■事前体験会12/22 (木) 3,795円

エレガントな宮廷バレエ **New**

ワグネルメソッド教授法ディプロマ取得講師 金子 珠美

基礎に忠実に、ヨーロッパの民族舞踊や宮廷舞踊の優雅な動きを加えたバレエを学びます。舞踊の歴史もレッスンを通して体感することが出来ます。

■第1・3土曜 12:45~14:00
 ■3か月5回16,500円 / 1/7スタート
 ■事前体験会12/17 (土) 3,762円

はじめてのケーナ **New**

ケーナ奏者 吹野 邦博

名曲「コンドルは飛んでい」の主役を奏する楽器です。南米アンデス地方の縦笛ですが、私たち日本人の心にも響きます。癒やしの音色を奏しませんか?

■第2・4日曜14:00~16:00
 ■3か月6回19,470円 / 1/8スタート
 ■事前体験会12/25 (日) 3,751円

クリスマステーブルツリー **New**

風花ブザーフラワー協会代表 河原 由美

生のグリーンをたっぷり使用した「ブザーフラワー」で、シックなツリーアレンジをクリスマステーブルに飾りましょう。作品サイズ=高さ約25cm

■12/12 (月) 13:00~15:00 3,850円 (会員3,300円)
 ■12/12 (月) 13:00~15:00 3,800円

切絵で2023年カレンダーを作ろう **New**

剪画アート&スペース主宰 小野寺 マヤノ

切絵であなただけのカレンダーを作ります。千支のウサギ=卯(う)には、「一周期の始まり・物のスタート」という意味があるといわれています。手作りのカレンダーでよい一年を過ごしませんか?

■12/19 (月) 13:00~15:00 3,960円 (会員3,410円) 600円

KEIKO先生とレッツダンス! **New**

LA KEIKO ミュージカル、ショーダンスなどの舞台出演とインストラクター経験した後、音楽、ダンスで15年間有名パフォーマンスに所属。帰国後、ダンスチームを主催し、ショーのほかイベントとしても活動。日本ジャズダンス協会理事。

魅惑のパレオダンス **New**

■第2・4土曜14:00~15:30
 ■3か月6回19,800円 / 1/14スタート
 ■事前体験会12/10 (土) 3,718円

ジャズダンス **New**

■毎週月曜15:00~16:30
 ■3か月11回36,300円 / 1/16スタート
 ■事前体験会12/19 (月) 3,718円

日本語で歌うシャンソンと世界の歌 **New**

日本シャンソン協会正会員 久野 恵み

講座のモットーは「いつまでも若く美しく」。声を出して心身の健康に効果的です。ピアノ伴奏に合わせ、あなたの普段の声で美しく歌いましょう。

■第1・3水曜13:00~14:30
 ■3か月6回19,470円 / 1/5スタート
 ■事前体験会12/22 (木) 3,696円

新年を飾るいけばな **New**

池坊華道会総務委員 池坊 美穂

お正月花を生けて、華やかに新年を迎えましょう。

■12/28 (水) 10:15~12:15
 3,300円 (会員3,190円)
 3,300円

「詩吟」入門 **New**

千葉県吟詩連盟副連盟理事長 石井 桃苑

漢詩や和歌などの詩歌に節をつけて詠(うた)います。深い呼吸で大きな声を出すことで心身の健康維持に役立ちます。また、美しい日本語と正しいアクセントも身につきます。作者の生涯や、作品の時代背景といった歴史も学びが出来ます。

■第1・3水曜10:30~12:30
 ■3か月4回13,200円 / 2/6スタート
 ■事前体験会1/16 (月) 3,696円

のどを鍛える「健康声磨き®」レッスン **New**

日本語声磨き普及協会認定インストラクター 間瀬 凛

のどの不調や声の衰えは、誤嚥性(ごんげんせい)肺炎などの危険につながります。全国各地の自治体などで開催されている「健康声磨き®」トレーニングで明日の健康を手に入れましょう。

■第2・4水曜10:15~11:45
 ■3か月5回17,187円 / 1/23スタート
 ■事前体験会1/9 (月) 3,822円

風美まい・昭和歌謡ヒットソングを歌おう **New**

歌手・ボイスターチャー 風美 まい

プロ歌手による、フットネスとボイストレーニングを組み合わせたレッスンです。レッスンの方法・リズムの取り方なども指導します。最初に取り組むのは昭和を代表する名曲「時代」。3か月間でじっくり仕上げます。

■第1・3日曜13:00~14:30
 ■3か月6回21,120円 / 1/15スタート
 ■事前体験会12/18 (日) 3,938円

平安時代のお正月 **New**

香道師 松崎 尚香

お香と宮中行事を中心に平安時代の貴族のお正月について学びます。源氏物語や枕草子などに描かれた様子も紹介しながら、最後には「御香(みかぐら)」と「薫物の香りも味わっていただきます。

■12/20 (火) 15:30~17:30
 4,070円 (会員3,520円) 660円

「詩吟」入門 **New**

千葉県吟詩連盟副連盟理事長 石井 桃苑

漢詩や和歌などの詩歌に節をつけて詠(うた)います。深い呼吸で大きな声を出すことで心身の健康維持に役立ちます。また、美しい日本語と正しいアクセントも身につきます。作者の生涯や、作品の時代背景といった歴史も学びが出来ます。

■第1・3水曜10:30~12:30
 ■3か月4回13,200円 / 2/6スタート
 ■事前体験会1/16 (月) 3,696円

1枠30分・集中して学ぶプライベートレッスン **New**

バイオリン個人レッスン **New**
 聖徳大学音楽院センター講師 丹野 明子

■第2・4木曜17:00~20:00 1枠30分
 ■3か月6回24,420円 / 1/12スタート
 ■事前体験会12/22 (木) 4,521円

らくらくピアノ® 土曜クラス **New**

全日本551校/協会11校認定講師 庄司 由美子

指番号を使う独自のテキスト&メソッドで、誰でもピアノが弾けるようになります。指先の運動で脳を活性化、シニアに好評のレッスンです。

■第2・4土曜10:15~14:00 1枠30分
 ■3か月6回24,420円 / 1/14スタート
 ■事前体験会12/24 (土) 4,521円

スワッグで作るお正月飾り **New**

マミフラワーデザイナー講師 池田 美千代

ドイツの壁飾り「スワッグ」。リースと同じように壁やドアをおしゃれに飾ります。水引やドライフラワーなどを活用して作ります。水引を取れば、お正月を過ぎてもお使いいただけます。

■12/18 (日) 14:30~17:00
 3,740円 (会員3,190円) 3,000円

「詩吟」入門 **New**

千葉県吟詩連盟副連盟理事長 石井 桃苑

漢詩や和歌などの詩歌に節をつけて詠(うた)います。深い呼吸で大きな声を出すことで心身の健康維持に役立ちます。また、美しい日本語と正しいアクセントも身につきます。作者の生涯や、作品の時代背景といった歴史も学びが出来ます。

■第1・3水曜10:30~12:30
 ■3か月4回13,200円 / 2/6スタート
 ■事前体験会1/16 (月) 3,696円

クラリネット個人レッスン **New**

クラリネット奏者 五十嵐 優子

■第1・3金曜10:15~13:00 1枠30分
 ■3か月6回26,400円 / 1/20スタート
 ■事前体験会12/16 (金) 4,851円

「Hark! The Herald Angels Sing&Gloria」を歌う **New**

この時期にぴったりのゴスペル。おためしませんか?

■12/14 (水) 15:00~16:30 4,070円 (会員3,520円)

講座の詳細、受講予約はウェブでもどうぞ! **New**

よみカル ONLINE ZOOM 開催日時に参加 会場 講座会場で参加

チャラシの見方 **New** この冬から新しく始める講座 **New** 現在開かれていて途中からお入りいただける講座 **New** 会員でない方も受講いただける講座 (一部会員割引あり)

よみカル ONLINE ZOOM 開催日時に参加 会場 講座会場で参加

お年玉キャンペーン **New**

事前体験後、12月中に入会なら **New** 入会金が無料または半額 (5,500円)

①体験当日に受講手続きをいれたと「入会金無料」
 ②体験翌日以降に受講手続きの方は「入会金半額」
 ※1月期からの受講者が対象です。一部の講座を除く

メールが届いたらチャンス! **New** ちんちん丸

よみカルポイント 2000P 当たるかも!? **New**

12月28日17時までに1月期講座の受講手続きを、メールアドレスを登録済みの会員に応募メールを送信。応募された方に抽選で2000Pプレゼント!

プライベートレッスン **New**

「練習法を伝授するピアノ」【大人のためのおためしレッスン】
 「トランペット」「ウクレレ&ギター」「打楽器いろいろ」「カラオケ」など。詳しくは裏面一頁表をご覧ください