

4月期講座のご案内 ☎048-255-3085

全講座一覧の見方

左から 講座名・曜日 (①③月日は第1・3月曜)・開始時間の順です。
New 新たに募集する講座です。
● 事前体験ができる講座です (要予約)。日程や料金はお問い合わせください。

文芸・教養	
公開 般若心経を学ぶ 薬師寺住主 加藤 朝胤 お釈迦様の慈愛に満ちた心に に触れる事ができる講座です。 ■4/10(木) 15:00~16:30 受2,750円 雑330円	
楽しい短歌実作	②土 10:00 ●
俳句講座(柳生)	④月 13:00 ●
俳句入門	③火 10:30 ●
はじめての俳句入門	②木 13:00 ●
夜は俳句であそぼう	③金 18:30 ●
描写力を高める 小説講座	②④木 13:00 ●
小説の書き方	①③水 13:00 ●
楽しいエッセイ入門	②火 10:30 ●
通読源氏物語	②火 10:30 ●
徒然草を読んでみよう	④火 13:00 ●
「三十六歌仙」を読んでみよう	②火 15:00 ●
清少納言と紫式部	②火 13:00 ●
New 和泉式部日記を紐解く	④月 13:00 ●
くすしで読む江戸文芸	①③⑤金 15:15 ●
相模武士と武蔵武士	①③⑤金 15:30 ●
遺跡から探る飛鳥時代	④火 10:30 ●
江戸の古文書を楽しむ	①③火 10:30 ●
歌異抄で生きている	①水 13:30 ●
歌舞伎の基礎と鑑賞	②土 12:30 ●
歌舞伎の楽しみ方	①金 13:00 ●
New もっと知りたい イギリスの魅力	③木 13:00 ●
百年続く成功哲学、中村天風を学ぶ	④火 18:45 ●
New 日本昔ばなしからはじめる朗読	④④土 10:15 ●
朗読で学ぶ好印象な話し方	①③金 15:00 ●
自分の声づくり・語り・朗読	①火 19:00 ●
声優アーティストをめざそう	①③月 19:00 ●
声から始める演技術	①③土 10:30 ●
朗読・読み聞かせ・ラジオドラマ講座	②④木 10:30 ●
外国語	
★の数はレベルの目安です ★が揃えば上ります	
エンジョイ英会話 ★★★★★	②④火 10:00 ●
英会話個人レッスン40分	②④火 12:00 ●
	②④木 14:35 ●
中学英語で英会話 ★	②④木 13:00 ●
英会話セミプライベートレッスン ★	②④火 12:50 ●
	New ②④火 14:10 ●
自信をつける英会話 ★★★★★	木 19:00 ●
アフタヌーン英会話 ★★★★★	金 13:00 ●
New はじめてのフランス語 ★	①③木 15:30 ●
New スペイン語会話入門 ★	②④木 17:30 ●
ドイツ語初級 ★★	②④土 14:30 ●
ドイツ語(個人45分)	②④土 16:15 ●
気軽に学ぶ韓国語 ★★★★★	②④木 13:00 ●
「オンライン」ベトナム語中級 ★★★★★	①③土 11:40 ●
タイ語入門講座 ★★	①③日 13:00 ●
タイ語初級講座 ★★	①③日 15:00 ●
「オンライン」のタイ語・中級 ★★★★★	②④土 15:30 ●
インドネシア語初級 ★★	②④日 13:30 ●
アラビア語初級 ★★	②月 18:30 ●
絵 画	
誰でも描ける鉛筆画 現代美術家協会準会員 塩田 二郎 ■第3土曜 10:30~12:30 ■4/19~ 3か月3回 受9,900円 雑1,155円 事前体験 3/15	
初心者のための絵画教室	②④水 13:00 ●
すきな題材で描く絵画入門	②④土 13:00 ●
絵画テクニック教室	①③月 13:00 ●
たのしい日本画	②④土 12:30 ●
土曜絵画教室(油絵・水彩・デッサン・パステル)	①③土 13:00 ●
俳句からの水彩画	①③金 13:00 ●
俳画・はがき絵	③木 13:00 ●
月曜の水彩画	②④月 10:00 ●
初心者のための水彩画	①③火 10:30 ●
小さな水彩の風景画	①③火 13:00 ●
写真で描く水彩・色鉛筆	①③金 13:15 ●
いろいろな描く色鉛筆画	①③土 13:15 ●
色鉛筆画をはじめてよう	②金 10:30 ●
デッサン・水彩画入門	②④木 10:15 ●
大人のイラスト・マンガ研究部	①日 13:00 ●
New めぐめ絵を楽しむポップアップカード	②土 10:30 ●
淡彩スケッチ	②④火 10:30 ●
はじめての淡彩スケッチ	午前 ①③火 10:30 ●
	午後 ①③火 13:45 ●
だれにでも描ける似顔絵講座	④水 10:30 ●
モデルを描く人物画	金 10:00 ●
仏画教室	②④水 10:00 ●
New はじめての絵手紙	②木 13:00 ●
楽しい絵手紙	②金 12:30 ●
心伝わる絵手紙	①③月 10:30 ●
月1回の絵手紙	④金 10:30 ●
New マスキングテープアート	③日 10:00 ●
チョークアート	①③月 13:00 ●
Zentangle®(ゼンタングル®)	③土 10:00 ●
書道・ペン字	
生活を楽しむ書	①③⑤日 10:30 ●
基礎から始める毛筆	②④日 10:30 ●
大人のための書道	②④水 13:00 ●
総合書道	A ①③水 10:30 ●
	B ①③水 12:30 ●

初歩からの漢字・かな・破体書道	②④火 10:30 ●
月1回の「大人の小筆習字」	③土 15:30 ●
美しい親書を学ぶ	①水 18:30 ●
小筆に親しむ	②④金 13:30 ●
「かな」と「実用」の書	②④金 10:30 ●
かな書道(初級)	
公益財団法人書壇院展審査員 田村 房子 ■第2・4木曜 10:00~12:40 ■4/19~ 6か月12回 受39,468円 雑4,620円 事前体験 3/13-27	
はつとる実用書道	①③月 10:00 ●
一から始める書道	①③⑤月 19:00 ●
永田妙恵の花咲く書道*	①木 13:00 ●
筆字の書き方	①③木 13:30 ●
己書で、味のある字を楽しく書こう!	①③金 13:00 ●
デザイン書道	①③⑤月 19:00 ●
月1回のペン字・書道	①木 13:30 ●
好きな時間に書道とペン字	①③木 15:30 ●
基礎から学ぶボールペン字	①水 10:30 ●
カリグラフィー	②④土 10:30 ●
茶道・生け花・フラワー	
季節を楽しむ フラワーアレンジメント ベルフィオーレ・フインストラクター 井口 貴美子 ■第2・4木曜 10:30~12:30 ■4/9~ 3か月6回 受19,734円 雑2,244円 事前体験 3/12-26 ※月1回クラスもあります。	
茶道・裏千家	水 13:30 ●
おためし開きの茶道入門 裏千家	木 19:00 ●
茶道・表千家	①③土 10:20 ●
煎茶道 東阿部流	①③月 10:00 ●
月に1度のテーマ別煎茶教室	②土 12:30 ●
これから始める煎茶道	①日 10:30 ●
いけばな華月流(金曜)	②④金 10:30 ●
いけばな 池坊	①③金 15:30 ●
	②④金 18:30 ●
土曜いけばな池坊	①③土 15:30 ●
	②④土 15:30 ●
New バリの花	④木 10:30 ●
	①③月 15:30 ●
おしゃれなフラワーアレンジ	①③木 10:30 ●
マミフラワーの花あれんじ	①③月 13:00 ●
四季のフラワーアレンジ	①③金 10:30 ●
ハワイアンレイ・メイキング	②火 13:00 ●
ポタニカルフラワーアレンジ	③火 13:00 ●
アレンジとエッセイを学ぶフラワー	②日 13:00 ●
プリザーブドフラワーレッスン	④火 13:00 ●
邦楽・舞踊	
宝生流	(仕舞) 火 14:50 ●
(謡曲)	火 16:00 ●
	金 15:00 ●
金春流	(仕舞) 水 16:00 ●
(謡曲)	月 10:30 ●
	月 11:30 ●
観世流	(仕舞) 月 11:30 ●
同種古(個人50分)	金 10:00 ●
	金 10:00 ●
長唄・三味線教室 長唄のみ(個人20分)	金 10:00 ●
三味線のみ(個人30分)	金 10:00 ●
New 日本の伝統民謡	①③土 10:30 ●
民謡と三味線 (唄と三味線)	②④火 15:00 ●
詩吟~漢詩と和歌に親しむ~	(唄のみ) ②④火 15:30 ●
長精流・詩吟	(謡のみ) ①木 13:00 ●
岳精流・詩吟	①③水 13:00 ●
グループで楽しむお教室 (中・上級)	①③月 10:00 ●
グループで楽しむお教室 (基礎)	①③月 11:40 ●
グループで楽しむやさしい三絃	①③月 13:45 ●
初めのお琴と三絃 (山田清孝・個人30分)	②④水 13:00 ●
三絃・個人30分	②④水 13:00 ●
はじめての沖繩三味線(個人40分)	①③火 10:30 ●
沖繩の三絃と島唄	①③土 10:00 ●
沖繩三味線を弾いてみよう!	①③木 10:00 ●
New せらからはじめる三味線(個人30分)	②④金 13:00 ●
土曜日の沖繩三味線(個人30分)	②④金 10:00 ●
宵に奏でるしの笛	②④火 18:00 ●
しの笛	①③木 10:30 ●
都山流尺八入門(個人40分)	②④月 13:00 ●
琴古流尺八入門	②④土 10:00 ●
藤間流・日本舞踊	土 13:00 ●
市條流 新舞踊	①③木 10:00 ●
上方舞 吉村流	②④金 13:00 ●
健康的に踊る盆踊り・民舞	②④火 13:00 ●
New 楽しく学ぶ日本の踊り	①③金 14:30 ●
マナー・おしゃれ	
社会人のマナー 小笠原流	②土 13:00 ●
ゆくり学ぶ着付け	②④水 13:00 ●
着付け(個人50分)	①金 12:30 ●
着付け教室	②④木 10:00 ●
趣味・暮らし	
囲碁中級講座	火 13:00 ●
女性のための将棋レッスン	②④水 13:00 ●
脳トレ女性マージャン入門	①③火 10:30 ●
脳トレ健康マージャン教室(男性可)	①③火 13:30 ●
脳トレ女性マージャン教室	①③木 10:00 ●

今すぐ使える「実用マシニング入門」	④日 13:00 ●
慶話術	①土 13:00 ●
講義入門	②火 18:30 ●
大人の手作りロボット	②④土 13:00 ●
鉄道模型を作ろう	①③⑤日 10:15 ●
	①③⑤日 13:00 ●
手相占い入門	③木 13:00 ●
New たのしい数秘術入門	③火 13:00 ●
九星気学	③日 10:30 ●
New 算命学を使い自分を振り返ろう	①木 10:00 ●
初心者からの四柱推命	②④水 11:00 ●
New 心が軽くなる西洋占星術	①日 10:00 ●
デジタル一眼をはじめてよう	①③木 15:30 ●
New プログラミング入門	④木 13:30 ●
New 自分のスマホで習うスマホ教室	③木 10:00 ●

音 楽

ハーモニカ(個人40分)	
日本ハーモニカ芸術協会師範 島崎 忠 ■第1・3金曜 10:00~16:10 ■4/4~ 3か月6回 受22,308円 雑2,310円 事前体験 3/7-21	
中島伸子のブラインドタッチで弾く	①③月 10:00 ●
ゼロからのピアノ(個人20分)	①③土 13:00 ●
楽しみたいピアノ(個人30分)	②④木 10:00 ●
ピアノ弾き語り(個人30分)	①③金 16:00 ●
好きな曲で弾くピアノ(個人30分)	①③木 16:00 ●
朝のピアノ(個人30分)	①③火 10:00 ●
New シニアのためのピアノ(個人30分)	①③水 10:00 ●
希望曲で弾くピアノ(個人30分)	②④月 14:00 ●
希望曲で弾くピアノ(個人30分)	②④月 14:00 ●
カシオーン教室	①③月 10:20 ●
カシオーンアドバンス	①③月 12:00 ●
	①③月 13:45 ●
アコースティック(個人30分)	①③土 10:00 ●
	①③金 10:00 ●
マイペースで楽しむフルート(個人30分)	①③金 10:00 ●
リコーダーアンサンブル	③月 10:00 ●
木の笛カリンガを吹く	②④木 15:00 ●
アンデスの笛ケーナを吹く	②④金 15:15 ●
ハーモニカ入門~中級	②④水 14:30 ●
パンフルート入門(個人40分)	①③木 13:00 ●
New はじめてのギター教室	②④火 10:30 ●
カタンで楽しむギター(個人30分)	②④火 10:20 ●
マンドリン教室	②④土 10:00 ●
New マンドリン入門	②④月 13:30 ●
マイペースで楽しむフルート(個人30分)	②④日 10:30 ●
メロディで楽しむウクレレ	①③金 13:30 ●
はじめてのウクレレソロ(個人30分)	①③火 10:30 ●
バイオリン(個人30分)	①③日 10:00 ●
優美な音色 二胡(中国胡弓)	①火 10:30 ●
新しい弦楽器・ヴィオラ(個人30分)	①③木 10:00 ●
New ライターの音色ビギナーズ	①③木 10:30 ●
ミュージックペルを奏でよう	①③金 10:30 ●
はじめてのカリンバ	③火 10:30 ●


陽気にカンツォーネ

東京芸術大学音楽科、 イタリア国立バル音楽学院卒 日向 由子 撮影：藤原 宋治 ■第1・3月曜 13:30~15:00 ■4/7~ 3か月6回 受19,734円 雑2,244円 事前体験 3/3-17-31	英語で健康ボイトレ(個人40分)	①③水 13:00 ●
風美まのフィットボイス(個人30分)		②④火 10:30 ●
月1回の体験・健康ボイトレニング	①月 10:00 ●	
New シニアのためのボイトレニング(個人30分)	①③水 10:00 ●	
New はじめてのボイトレニング(個人30分)	②④日 10:00 ●	
New はじめてのコラス	②④日 10:30 ●	
大人のボイトレニング(個人30分)	②④日 12:15 ●	
女性のための声楽入門	②④木 10:30 ●	
楽しい声楽(セミプライベート)	木 12:50 ●	
楽しいコーラス	②④水 10:30 ●	
ようこそ大人の音楽室へ	②④月 10:30 ●	
美しい日本の歌・世界の歌	①③水 10:30 ●	
歌って健康意識を高めよう	②④火 10:45 ●	
歌って健康意識を高めよう	②④火 12:10 ●	
懐かしの抒情歌・愛唱歌	②④水 9:50 ●	
歌おうララ! 世界の名曲	①③月 10:30 ●	
米田まりのシャンソン・ポピュラー教室	①③木 10:30 ●	
やさしく歌えるシャンソンのカンツォーネ	③金 15:30 ●	
シャンソン(個人30分)	②④月 10:00 ●	
シャンソン・カンツォーネ・ポピュラーを歌おう	②④木 15:30 ●	
おなじみの人気ポップスを歌おう	①③木 13:00 ●	
J-POPをかつてよく歌おう	①③木 19:00 ●	
人気ポップスを歌いましょう(個人30分)	①③木 15:00 ●	
ミュージカルは世界の名曲を歌いましょう	①③水 11:00 ●	
水曜ジャズボーカル	①③水 15:30 ●	
あなたも高音が出る! ヴォイストレーニング	A ①③火 18:00 ●	
	C 火 18:00 ●	

昭和世代のための 大人ジョーククワイア

大人のボーカル倶楽部所属ボーカルコーチ

伊藤 澄子



■ 第4金曜 13:00～14:30

■ 4/25～ 3か月3回

受9,900円 雑1,155円

事前体験 3/28

黒木美帆のカラオケ教室	①③月 15:00 ●
ヴォイストレーニング&歌唱指導	①③⑤月 12:30 ●
New 夜のヒットメロディー②火	②火 13:15 ●
月に1回からでいい人生演劇(個人25分)	①火 13:00 ●
プロが教えるボイトレからのカラオケ講座	②④月 10:30 ●
演劇カラオケ教室・グループ	①②③金 10:30 ●
楽しい口笛教室	②④水 13:00 ●
カエルパペット型電子楽器 ココロミン	③土 13:00 ●

ダンシング

日曜クラシックパレエ

大貫 千尋

■日曜 10:30~12:00

■4/6~ 3か月11回

受37,752円 雑4,235円

事前体験 3/2・9・16・23・30

初めての中高年入門 フラメンコで認知症予防

丁野真一・井上望の社交ダンス(個人30分)	②④土	10:00	●
社交ダンス(土)	①③⑤土	15:00	●
楽しい社交ダンス	①③⑤金	13:00	●
ラテンのリズムでエクササイズ	①③⑤金	19:10	●
クラシックスタイル・タップダンス	月	19:00	●
ビッグタップダンス	木	19:00	●
タップサイズ	①③土	13:30	●
シニアの楽なジャズダンス&ストレッチ	②④金	13:00	●
ジャズダンス	土	15:00	●
ストレッチ&ジャズダンス	金	10:30	●

初めての中高年入門 フラメンコで認知症予防

鶴見ラズグラスフラメンコスタジオ主宰 宮島 厚子

- 第1・3・5水曜 15:30～16:30
- 4/2～3か月7回
- 受 23,023円 経 2,695円 **事前体験 3/5-19**

鶴見のふたば・ラズグラス・フラメンコ・スタジオ(厚子)主宰
 ①③⑤金 13:00 ● ②④土 15:00 ● ①③⑤土 15:00 ● ①③⑤金 19:10 ●
 ②④土 10:00 ● ①③⑤土 16:30 ● ①③⑤金 19:10 ● ①③⑤土 15:00 ●

初めての中高年入門 フラメンコで認知症予防

エンジョイフラ	土	10:10	●
カラダづくりからはじめる本格フラ	①③水	15:00	●
上原まきのハイアンフラ	②④火	10:30	●
井上ケイのアロハフラ	①③月	12:00	●
笑顔と心のフラダンス	①③水	19:00	●
スマイル・フラ	①③月	19:30	●
初心者向けのベリーダンス	①③金	15:00	●
神楽 / 里島の手唄	①③土	10:30	●
New! ウズベキスタン舞踊	①③火	16:00	●
50歳からOK-POPダンス	②④土	15:00	●

初めての中高年入門 フラメンコで認知症予防

ス・メ・の・ホ・ル・ト・リ・ン・グ	②④水 12:30 ●
スポーツ・健康	
心と身体が喜ぶ骨盤調整ヨガ	
NPO法人日本予防医学療術協会認定 ヨガインストラクター 新原 みゆき	
■木曜 10:30~11:45	
■4/10~ 3か月10回	
受32,890円 羅3,850円	
事前体験 3/13・20・27	
	
心と身体が喜ぶ	木 12:30 ●