

# よみカル体験日

期間 **12月1日(日)~28日(土)**

受講料 **1,100円** (通常の半額程度)

要予約 (詳細は裏面をご覧ください)

公式キャラクター **チャチャ丸** **楽しくなくっちゃ!** **よみうりカルチャー**

- 入会金 5,500円
- 65歳以上の方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(購読の方で、入会金無料の65歳以上の方には、受講料割引券1,000円分を進呈)
- お友達紹介 紹介して下さった方には受講料割引券1,000円分を進呈。紹介された「お友達」は入会金半額(2,750円)になります。
- 表示の入会金、受講料等は消費税を含む金額です。

読売・日本テレビ文化センター JR川崎駅ビル アトレ川崎 5階のカルチャースクール

# よみうりカルチャー川崎

2020年1月期募集

044-221-5590

受付 午前9時30分~午後8時 (日曜は午後4時30分まで)

5F アトレ川崎 JR川崎駅

よみうりカルチャー川崎 検索

## むせるって!歳のせい? 公開講座

### 誤嚥性肺炎予防トレーニング

食べて、飲んで、声を出して みんなで楽しくごっくん!

臨床下トレーニング協会認定講師 岡本 直樹

喉の上げ方とは、ごっくん筋はどこ、生涯おいく食事をするには。専門家の医師とオペラ歌手が、「将来誤嚥性肺炎を予防したい」と考える人へ考案したトレーニングです。

◆12/24(火) 13:00~14:30  
◆会員・一般ともに2,750円

## New 手回しオルゴールの作曲!

オルゴール演奏家・作曲家 宮本 由利子

「オルガニート」は1台で何曲も奏でられる手回しオルゴールです。専用の紙に穴をあけてカードを作り、演奏を楽しみましょう。

◆第4土曜 10:30~12:00  
◆3か月3回 8,250円 ◆1/25~

## New みんなで歌おう! もう一度歌いたい! 懐かしの童謡・愛唱歌

童謡歌手 坂入姉妹 (姉・恵美 妹・真紀)

誰もが口ずさんだことのある「懐かしの童謡唱歌」を中心に「昭和歌謡」の名曲など毎回15曲程度を、ピアノ伴奏でみんなで一緒に歌います。

◆第1木曜 10:30~12:00  
◆3か月2回 5,720円 ◆2/6~  
◆事前体験会 1/30

## New ミャンマーストーンジュエリー

ジュエリーコーディネーター クルムティオジュエリーアカデミー講師 谷 恭子

宝石の国ミャンマーの約480種のオリエントルパワーストーンでオリジナルジュエリーを作ります。

◆第2火曜 13:00~14:30  
◆3か月3回 9,900円 ◆1/14~

## New はじめてのインテリア盆栽

園芸研究家・野口美知子インテリアフラワーズ 佐々木 久満

盆栽の基礎からゆっくり学べる内容で、現代のインテリアにあうモダン盆栽を削り、飾り、育て、日本の四季を楽しみましょう。

◆第2金曜 13:30~15:00  
◆3か月3回 9,570円 ◆1/10~

## New 手編み ~かぎ針・棒針~

手芸作家 かわはら けいこ

結城式で使うリング crochet、披露宴でゲストをお迎えするウェルカムボードなど全5点を作ります。(4回コース)

◆第1・3火曜 10:00~12:00  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/7~  
◆第3土曜 13:00~15:00  
◆3か月3回 5,500円 ◆2/15~

## 腰掛タップダンス®

腰掛タップダンス®公認インストラクター 藤村 安奈

イスに腰掛けたままのタップダンスなので、転倒の心配もなくシニア世代にピッタリ!足首、太ももを中心に無理なく下半身全体の筋肉を鍛えることが可能です。

◆第2・4月曜 11:30~12:30  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/13~  
休曜日 12/23

## New みんなで輪踊り (盆踊り)

舞踊家 藤枝 智津政

おなじみの曲に合わせて体を動かします。若々しく、美しく健康のためにもみなさまと一緒に楽しく踊りましょう。

◆第2・4水曜 10:30~12:00  
◆3か月5回 11,550円 ◆1/22~  
◆事前体験会 1/8

## New かつぼれ踊り

桜川流江戸芸かつぼれ師範 櫻川 梅縄

美容と健康にもちろんのこと、踊って楽しく、見て美しい粋な踊りが江戸芸かつぼれです。お座敷踊りの隠し芸としても大変人気でも手軽に踊れる伝統芸です。

◆火曜 10:30~12:00  
◆3か月10回 27,500円 ◆1/21~  
◆事前体験会 1/14

## New ドール Bag チャーム ルルベちゃん

vanille ヴァニージュ主宰 井手 靖子

針と糸を使わず、かわいいドール Bag チャームを作ります。1回のレッスンで1作品作ります。限定6名様です。

◆第1火曜 10:30~12:30  
◆3か月3回 7,590円 ◆1/7~

## New ウェディング 準備講座

手芸作家 かわはら けいこ

結婚式で使うリング crochet、披露宴でゲストをお迎えするウェルカムボードなど全5点を作ります。(4回コース)

◆第1・3金曜 10:30~12:30  
◆3か月4回 10,120円 ◆1/17~

## New オザワトモ

楽しく技術を身に付けながら、ステキな手編みの作品を作ります。

◆第1・3火曜 10:00~12:00  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/7~  
◆第3土曜 13:00~15:00  
◆3か月3回 5,500円 ◆2/15~

## New 気持ちも体も軽くなる 痛み解消体操エゴスキュー

エゴスキュージャパン協会認定 Eサイストレーナー 白石 和子

エゴスキューはアメリカ生まれの歪み・腰痛改善メソッドを基にした簡単な体操です。「無理をしない、頑張りたくない」がルール。運動が苦手な人にも最適です。

◆第1・3火曜 13:00~14:30  
◆3か月6回 15,840円 ◆1/7~  
◆事前体験会 12/17

## New ストレッチ&呼吸で 筋力アップ

ストレッチ講師 金刺 わたる

体の余計な力みと歪みを調整し、芯を意識した健やかな体づくりのサポートをいたします。

◆第1・3・5木曜 10:00~11:30  
◆3か月5回 13,750円 ◆1/30~  
◆事前体験会 1/16

## New 気功& ストレッチ

気功講師 神山 由美子

体を使ってエネルギーをコントロールすることを気功といいますが、簡単な動作で気をコントロールすることにより免疫力を高め健康体へ導いていきます。

◆第1・3日曜 12:00~13:15  
◆3か月5回 12,650円 ◆1/19~

## New はじめてさんの 手編み靴下

編み物作家 三好 結子

カラフルで履き心地の良い履き心地のいい靴下を編んでみましょう。基本の編み方から丁寧にレクチャーします。

◆第2・4土曜 10:00~12:00  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/11~

## New ミクロモザイク

ミクロモザイクインストラクター 石井 ゆみ

18世紀頃のイタリア・ローマ発祥の伝統工芸です。色とりどりのガラスパーツをカットし、自由に並べて、世界に一つだけのガラスモザイクアート・アクセサリーを作ります。

◆第3木曜 13:00~15:00  
◆3か月2回 5,500円 ◆1/16~  
休曜日 12/5

## New 和服地の簡単リメイク

リメイク工房「茶風鈴」主宰 下田 弘子

思い出のつまった着物を楽しくリメイクして蘇らせましょう。着物の一枚を基本にした、洋裁仕立てとはひと味違う簡単リメイクです。

◆第2土曜 10:00~13:00  
◆3か月3回 12,540円 ◆1/11~  
休曜日 12/14

## スポーツウェルネス吹矢

日本スポーツウェルネス協会公認指導員 野村 俊明

腹式呼吸で呼吸を調整し、一気矢を飛ばします。血液循環や肺や腸などの器官の活性化に効果があります。

◆第2・4土曜 16:30~18:30  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/11~  
休曜日 12/14、28

## New カサハラ式足裏バランス 改善法【実践編】

カサハラフットケア整体 横浜本院・専属講師 三浦 たけし

現代人に激増する「外反内反」「浮き指」「アーチ不足」。足裏のバランスを整えることで、足・ひざ・腰・首の痛みや不調も自分で改善できます。

◆第4火曜 13:30~15:00  
◆3か月3回 8,250円 ◆1/28~

## New ピラティスマット エクササイズ

ピラティスマット・メントスペース所属トレーナー 自分の体の内側に目を向けてイメージし、気づき、感じることから入ります。体の芯(しん)から動くことで、しなやかに柔軟かつ、ストロングな体になります。

◆土曜 10:00~11:00  
◆3か月12回 36,960円 ◆1/11~

## New 季節のお花で楽しむ フラワーアレンジメント

「お花 sorahana」オーナーフロリスト 戸部 秀介

お花を飾るのが初めての方でも、「不器用だから」「センスがないから」「センスがないから」と思っている方も大丈夫。お花の扱いから丁寧にレクチャーします。

◆第2金曜 13:00~14:30  
◆3か月3回 8,250円 ◆1/10~

## New 練り切り和菓子

日本サロネーゼ協会練り切りアート認定講師 的場 万里

日本の伝統的な和菓子、その中でも季節の移ろいを感じる練り切りを楽しみます。

◆第4土曜 10:30~12:30  
◆3か月3回 9,570円 ◆1/25~  
休曜日 12/28

## New 大久保蓉子の細方眼編み

細方眼編み協会顧問 田野 準子

大久保蓉子先生考案の「細方眼編み」は細編みと鎖編みを交互に繰り返して編むかぎ針編みです。伸縮性に富み着心地の良い作品が出来上がります。

◆第1・3金曜 13:30~15:30  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/17~  
休曜日 12/6、20

## New 日本画

日本美術連盟会員・横浜美術協合理事 品川 成明

日本画の材料を制作の中で理解し、現代日本画の認識と見識をもつよう学びます。

◆第1・3・5水曜 13:00~15:00  
◆3か月6回 17,160円 ◆1/15~  
◆事前体験会 12/18

## New 心と体をつなぐヨガ

ヨガインストラクター miwo

初心者でも安心してできるクラスです。ご自身が気持ちいいポーズを探して無理せずに行っていきます。

◆第2・4火曜 10:30~11:30  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/14~  
休曜日 12/10、24

## はじめての社交ダンス入門 初級

Balloon Dancing Rondo 三浦 悟

一流のプロフェッショナルが世界で通用するダンスを指導します。

◆木曜 12:45~14:00  
◆3か月12回 31,680円 ◆1/9~  
休曜日 12/5、12、26

## New いけばな小原流

小原流一級家元教授・研修士 山岸 直子

500有余年の歴史をもつ季節の植物を器にいけて楽しむ「いけばな」は日本の伝統文化です。その「いけばな」を日常の暮らしの中に取り入れ四季の移ろいを感じてみましょう。

◆第1・3・5土曜 13:00~15:00  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/18~

## New 手打ちそば・うどん

稲城市花子茶屋藤田本店代表 藤田 敬夫

そば打ちには奥が深いものです。そして自ら打ったそばを家族や友人に味わってもらい喜びを発見し啓蒙する。本格的なそば作りをどうぞお交えながら指導します。

◆第3日曜 13:30~16:00  
◆3か月3回 8,250円 ◆1/19~

## New 癒やしのめり絵タロット

タロット・占星術師 榊 その

タロットに彩色し、自分のカードを作ってみましょう。不思議な絵柄のタロットを彩色するうちに自分自身を発見し、自信が高まります。

◆第1・3・5火曜 13:00~14:30  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/7~  
休曜日 12/3、17

## New 楽しく描こう 水彩色鉛筆画

日本美術連盟会員・横浜美術協合理事 品川 成明

花や果物、野菜など身近にあるものを題材に写生から始めて、水彩色鉛筆画の描き方を学びます。

◆第1・3・5水曜 13:00~15:00  
◆3か月6回 17,160円 ◆1/15~  
◆事前体験会 12/18

## New 週末・夜の絵画教室

画家 阿曾 昭 明

週末・金曜日の夜7時に気分転換に絵を描き、上達させていきましょう。デッサン、水彩画、パステル画、色鉛筆画と自由に選択して学べる講座です。

◆第2・4金曜 19:00~21:00  
◆3か月6回 15,840円 ◆1/10~  
◆事前体験会 12/13

## New 中高年のストレッチ&音楽体操(木)

日本体育協会公認スポーツ指導者 北野 知恵

軽やかなリズムに乗って行う体操とストレッチで、自分のペースでできる体に無理のないプログラムです。

◆木曜 15:30~16:45  
◆3か月12回 30,360円 ◆1/9~  
休曜日 12/5、12、19

## New 楽しいおりがみ

おりがみ会館講師 大原 サキ子

おりがみを暮らしに取り入れてみましょう。季節の訪れを表現したり、実用品として使ったり、四季折々の行事やイベントに活かすなど、楽しみが広がります。

◆第4金曜 13:00~15:00  
◆3か月3回 8,250円 ◆1/24~  
休曜日 12/27

## New はじめてのジャグリング

プロジャグラー しんのすけ

ボールや棒を自在に操っていきましょう。ジャグリングは見るよりも操るほうがもっと楽しいものです。

◆第2・4水曜 19:30~21:00  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/8~  
休曜日 12/25

## New 伊勢型紙を彫ろう

野面工房主宰 田部 久美子

和紙を糊液で加工した独特の型紙に、彫刻刀で図柄を彫り抜いていきます。

◆第3火曜 10:30~12:30  
◆3か月3回 9,900円 ◆1/21~  
休曜日 12/17

## New ジャズヴォーカル

ジャズヴォーカリスト 坪井 紀美江

気軽にスウィングしながら、スタンダードなジャズナンバーを歌ってみませんか。誰でも知っている名曲を選んでレッスンします。

◆第2・4土曜 14:30~16:30  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/11~  
休曜日 12/14、28

## New 楽しく学ぶ日本画

日本画家・創画会所属 長谷川 誠

日本人の美意識が育ててきた日本画を基礎から学びます。

◆第2・4金曜 10:00~12:30  
◆3か月6回 17,820円 ◆1/10~  
◆事前体験会 12/13

## New 大人のための書道

日本書道院・同人講師 九里 采色

お勤め帰りや学校の帰りなど、忙しい方も通える月2回の夜の書道教室です。漢字・かな・ペン字など個人の希望にそって指導していきます。

◆第1・3月曜 19:00~20:30  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/6~  
休曜日 12/2、16

## New 一閑張りを楽しむ

一閑張りを楽しむ会主宰 鏡原 利子

竹や木の籐などに和紙を貼り重ね、糊液を塗り丈夫な作り。伝統工芸として昔から日常生活の壊れたカゴなどの補修技術として用いられてきた技術です。

◆第2火曜 10:30~12:30  
◆3か月3回 9,900円 ◆1/14~  
休曜日 12/10

## New 金継ぎと蒔絵(金)

漆伝承の会主宰 (監修) 栗原 蘇秀 漆伝承の会認定講師 高松 節子

これた陶磁器の割れた部分を継ぎ、欠けた部品を成形して、その部分に金や銀の化粧を施します。

◆第1金曜 10:00~13:00  
◆3か月3回 10,560円 ◆1/31~  
休曜日 12/6

## New 日曜のおもてなし&接客英会話

YKエンタープライズ代表 横尾 淑子

外国人に話しかけてあげて嬉しかった経験はありますか。その場に相応しい表現を分かりやすく解説いたします。

◆第1・3日曜 10:30~12:00  
◆3か月5回 13,200円 ◆1/19~

## New 大正琴を楽しもう(初等科)

日本大正琴協合理事 小林 絃裕

大正琴は誰でも気軽に始められる楽器です。琴の置き方やピックの持ち方など本音のはじめの1歩からスタートし、ご自身音を出す楽しさを感じて頂きます。

◆第2・4火曜 10:30~12:00  
◆3か月6回 14,520円 ◆1/14~  
休曜日 12/10、24

## New ペン字・筆ペン(火)

文部科学省検定一級・毛筆検定一級 三木 みゆき

文字を書いた人の人柄を表し、相手に心を伝えます。美しく読みやすい字を習得し、生活に彩を添えましょう。

◆第2・4火曜 10:00~12:00  
◆3か月6回 15,840円 ◆1/14~  
休曜日 12/10、24

## New 笑顔が広がる「笑い文字」

笑い文字普及協会トレーナー 宮前 周子

誰でもすぐに書けるようになる「笑い文字」の魅力。感謝の気持ちやメッセージをすぐその場で書けるようになるためのレッスンをを行います(お一人30分の個人レッスン)。

◆第1・3・5月曜 12:30~14:00  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/6~

## New 朗読認識法・初めの一步

OES表現技法研究所講師 小口 優子

声の出し方や、意味の取りやすさの区切り(間)、メリハリの付け方などの表現方法を学びます。

◆第2・4日曜 10:30~12:00  
◆3か月6回 16,500円 ◆1/12~  
休曜日 12/8、22

## New 俳句入門

俳人協会会員 パティオ俳句会主宰 環 順子

俳句は日本人が培ってきた心の文学です。自然と季節を大切にしている言葉の結晶を、五七五の定型とリズム(調)で表現します。俳句を始める前の心構えや約束、歴史、表現方法などを楽しく分かりやすく学んでいきます。

◆第4火曜 13:00~15:00  
◆3か月3回 7,590円 ◆1/28~  
休曜日 12/24

## New 土曜朝の英会話レッスン

ハッチ横浜英語教師 山田 よえ

基礎的な英会話スキルを習得するためのクラスです。基礎力を身につけて、英語を話す楽しさを実感して下さい。

◆第2・4土曜 10:30~12:00  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/11~

## New 楽しい民謡教室

キングレコード専属民謡歌手 ピクチャー専属民謡歌手 武花 烈子 武花 千草

民謡は日本人の心のふるさとです。はじめは合奏でお稽古して、仕上げは一人ずつ、一曲ずつ仕上げしていきます。

◆第1・2・3月曜 10:00~12:00  
◆3か月9回 23,760円 ◆1/13~  
休曜日 12/2、9、16

## New 筆ペン・ボールペンが同時に学べる講座

書道学院講師 野上 由美子

筆ペンとボールペンを同時に学ぶことで、相乗効果により上達できます。

◆第1・3土曜 10:00~12:00  
◆3か月5回 13,200円 ◆1/18~  
休曜日 12/7、21

## New こどものための ピアノレッスン(個人)

Junior 国立音楽大学卒業 西岡 美千代

楽しく、長く続けられるピアノ!をモットーに基礎に上乗せクラシック、ポップス、アニメなど色々なジャンルから選曲し、好きな曲がステキに弾けるようになるためのレッスンをを行います(お一人30分の個人レッスン)。

◆第2・4金曜 15:00~20:30  
◆3か月6回 19,800円 ◆1/10~  
休曜日 12/13、27

## New 楽しい文字絵てがみ(己書)

日本己書道場講師 河村 聡枝

筆ペンで味のある文字が描けます。くせ字や絵が苦手という悩みを解消!楽しく続けられる書道教室です。

◆第1・3火曜 10:30~12:00  
◆3か月6回 15,180円 ◆1/7~  
休曜日 12/3、17

## New キッズ・ダンシング

Junior ダンスインストラクター 尾崎 聡美

取り入れ楽しいダンス。ダンスの基礎と共にリズム感や柔軟性も養います。(A: 年長~小学3年生/B: 小学4年生~6年生対象)

◆土曜 10:00~11:00(A)  
11:00~12:00(B)  
◆3か月12回 27,720円 (A・B共通)  
◆1/11~  
休曜日 12/7、14、21、28

## New 夜英会話入門★

よみうりカルチャー講師 スレーター唯子

音学校で習った語彙や文法を思い出しながら、やさしい日常会話を学ぶクラスです。まずは基礎力を身につけて、英語を話す楽しさを実感して下さい。

◆第2・4木曜 15:00~16:30  
◆3か月6回 15,840円 ◆1/9~

講座のご予約はお早目に、先着順で受け付けます。◆会員制です。別途入会金がかかります。65歳以上の方と小学生以下のお子様は無料です。◆講座案内の金額は受講料です。このほかに設備維持費、教材費などが掛かります。