

公開講座

●入会金は不要です。
●別途、設備維持費がかかります。

年越しそばを打とう

稲城市花子茶屋藤田総本店代表 藤田 敏夫

2019年をおいし
そばで締めくくり
ましょう。自ら打つ
た二そばを家族や
友人にふるまってみ
ませんか。
◆12/15(日)
13:30～15:30
◆受講料:会員 2,750円、一般 3,080円
◆教材費:1,100円

羊毛フェルトで作る ネズミお餅のお雑煮

手芸作家 吉川 雅子

羊毛フェルトを針で
刺して、色鮮やかな食
材のついたかわいいお
雑煮を作ります。碗に
は指輪などの小さなも
のが入れます。
◆12/21(土)
13:00～15:30
◆受講料:会員・一般
ともに3,300円
◆教材費:1,000円

おしゃれでモダンな正月飾り

Flowerdesign angelique 主宰
フラワー装飾技能士
高野 容子

新年を迎えるのにかか
るお正月飾り。ミニサイ
ズの門松作り挑戦してみ
ませんか。門松の大きさは
縦35cmです。
◆12/27(金) 10:30～12:30
◆受講料:会員 2,200円、
一般 2,530円
◆教材費:3,850円

多摩川の野草を愛でる「春の七草」

多摩川野草会主宰・野草愛好家
365日野草生活のん
多摩川の野草を学
び、七草粥と粥に合う
料理を作りおいしく
いただきます。(現地集
散)
◆1/12(日)
10:00～13:00
◆受講料:会員 一般ともに 2,860円
◆教材費:1,320円

ハワイアンキルトでミトン作り

ハワイアンキルトスクラブカオセナニ公認
インストラクター 眞庭 奈津

意やしの効果
があるといわれ
ているハワイ
アンキルトで、キ
ッチンで使っても
飾ってもかわい
いミトンを作り
ましょう。
◆1/15(水)
19:00～21:00
◆受講料:会員・一般ともに 2,860円
◆教材費:1,500円

ブーケバッグ

手芸作家
くわはら けいこ

高級感のあるサテ
ン布を使って、バラ
のブーケのようなバ
ッグを作ります。リ
ボンがアクセント
としてお使いい
ただけます。
◆1/25(土)
13:00～16:00
◆受講料:会員・一般
ともに2,530円
◆教材費:9,800円

切らずに作る「帯結び」

革工房「遊創」主宰・和裁師
増川 湖子

帯を切らずに糸で数カ
所を留めてお太鼓結
びに仕上げます。お
持ちの帯を気軽に
装うことができます。
◆12/19(水)
13:00～16:00
◆受講料:会員・一
般ともに4,950円
◆教材費:682円

ミニ寄せ植え体験

ガーデンデザイナー
庄子 由紀

秋冬のお花、
ガーデンシラメン
やビオラ、パン
ジーなど、数種類
のお花を器に寄せ
込みます。
◆12/22(日)
11:00～12:30
◆受講料:会員・一
般ともに2,200円
◆教材費:1,650円

花文字で「LOVE」を描いてみよう

日本花文字の会公認講師 作家 桜

一つひとつに
意味のある吉祥
絵を組み合わ
せ、パレソール
ンションに好
きな人へ愛を伝
える「LOVE」の
文字を描いてみ
ましょう。
◆1/31(金) 10:30～12:00
◆受講料:会員 2,750円・一般 3,080円

3色パステルで季節を楽しむ 「あたたかまわりの ポストカード」

グリーンペリー認定インストラクター
RENA (レナ)

たった3色のソ
フトパステルで
て様々色を生み
出す3色パステ
ルアート。2月は
ポカポカ暖かく
ほっこりしたか
まわりのカードで
す。玄関やお部屋に飾って季節を楽しんだり、フォト
フレームに入れて素敵なプレゼントに。
◆2/15(土) 10:30～12:00
◆受講料:会員 一般ともに 2,530円
◆教材費:550円

笑い体操

笑い体操管理士
河村 聡枝

最近笑って
ない、笑えな
いという方、落
ち込みやすい
方、ストレスを
溜めやすい方、
声で笑って、ス
キリしませんか。
◆12/17(火) 13:30～15:00
◆受講料:会員 一般ともに 2,530円

体育マスター

ドリームスポーツ専任講師
サッカー教室はリフティングのコツとドリブル
とフェイントの個人技をレッスン。逆上がり教室
は逆上りのコツを伝えます。かけこ教室は足、腕の
動きから、接地の方法、スタートダッシュを
レッスンします。(幼児～小学生対象)
◆1/27(月) 逆上がり編
2/10(月) サッカー編
3/23(月) かけこ編
ともに16:00～16:50
◆受講料:各日
会員・一般ともに2,750円

整理収納アドバイザー 2級認定講座

ハウスキーピング協会整理収納アドバイザー
2級認定講師 石川 友美

整理収納が苦手
な方、仕事のスキ
ルアップを考えて
いる方に人気の講
座です。理論的に
「片付かない理由」
を探り、整理の理
論とテクニックに
沿って整理収納の
ノウハウを学びま
しょう。
◆3/7(土) 10:15～17:00
◆受講料:会員・一般ともに17,600円
◆教材費:6,000円

ブルーデコ

日本ブルーデコ協会認定講師 渋谷 秀子

スワロフスキーでフ
リーサイズのエク
スリントを作ります。
表面と裏面の2面
の仕上げが得意な
方におすすめ。
◆1/8(水)
10:30～12:30
◆受講料:会員・一般ともに2,750円
◆教材費:3,080円

ガラススタイルの 壁掛け一輪挿し

タイルクラフト作家
渋谷 秀子

好きな色のガラス
スタイルで壁掛
け一輪挿しを作
ります。
◆1/14(火) 10:00～12:00
◆受講料:会員・一般ともに
2,750円
◆教材費:3,080円

さよなら! ほろい線と二重あご

笑顔トレーナー 栗原 明美

表情筋の衰えは顔のたるみの
原因となります。ほろい線と
二重あごに重点をおき、さら
に気になる箇所トレーニング
します。
◆1/30(木) 13:00～14:30
◆受講料:会員 2,750円
一般 3,080円
◆教材費:300円

いちばんやさしい! はじめてのスマホ体験

スマートフォンアドバイザー

いまだに人に聞けない、そ
ろそろスマホにしたい、持
っているけどよくわからない
と思う、実際にスマホを
触って解決しましょう! 基本
的な使い方から日常よく
使う機能まで、楽しく分か
りやすく学びます。受講者
限定の特典など、耳寄り情
報もあります。

肉まん作り

点心マイスター
宮崎 美咲

肉まんを皮から手作りし
ます。具材や生地作り、
包み方は、仕上げの
コツもお教えします。
◆1/7(火)
10:30～12:30
◆受講料:会員・一般ともに2,750円
◆教材費:1,705円

くまのチョコとちぎりパン

教室主宰
三谷 良子

食べたい分をち
ぎって食べるス
タイルが人気のち
ぎりパン。今回はかわい
くまちゃんの中に手
作りチョコクリーム
を包みます。
◆1/19(日) 10:00～12:30
◆受講料:会員 2,750円、一般 3,080円
◆教材費:1,870円

スパイスワイン de 温活

スパイスコーディネーター
香田 柚子

スパイスの正しい知識ととも
に、寒くて縮まった体の内
側から温めるワインを作
ります。寒い冬の足や手の
指先の冷えの改善が期
待できます。
◆1/22(水) 18:30～20:00
◆受講料:会員・一般と
ともに2,750円
◆教材費:660円

たった1日で身に付く! ジャグリング

プロジャグラー
しのすけ

忘年会や新年会で使
える宴会芸「皿回し」と「3
ボールジャグリング」を
伝授します。なにか1つ
持っていてお楽しみな
場面で役に立ちます。
◆12/16(月) 18:30～20:30
◆受講料:会員・一般と
ともに2,750円
◆教材費:550円

らくらく超入門編

◆12/12(木) 13:00～15:00
◆らくらく入門&便利編
◆12/26(木) 13:00～15:00
◆各回会員・一般ともに1,100円

奉納舞台『一粒萬倍』より 日本神話から紐解く 日本のこころ

「一粒萬倍 A SEED」作・演出 松浦 靖
日本の神話をベースにした舞台「一粒萬倍
A SEED」の映像と共に、神話(五穀の起源)
に込められたメッセージを紐解いていき、日
本人の感謝の心の源を探っていきます。
◆2/15(土) 10:30～12:00
◆受講料:会員・一般ともに2,530円

組紐アクセサリー

組紐細工士 高橋 美香里

神奈川県産の津久井組紐を材
料にして、道具を使わずに手
だけで組むアクセサリー。
◆第1・3水曜 10:30～12:00
◆1/15～
◆3か月6回 17,160円
◆体験日 12/8(水) 要予約

～冷凍野菜のライフフーズ献立～ おいしいヘルシー冷凍野菜活用術

管理栄養士・料理研究家 中村 裕子

ごはんの代わりになる話題の
糖質オフ食材「カリフラワー
ライス」をはじめ、ブームのタ
ピオカなど、冷凍野菜を使
った調理に時間をかけず、
ヘルシーで美味しいレ
シピをご紹介します。
冷凍野菜のお土産付きです。
◆講師のデモンストレーション
もご試食いただけます。
◆1/30(木) 13:00～14:30
◆受講料:2,200円(会員・一般)
◆教材費:330円

会員に特典いろいろ
読書公演チケット20%割引、読書旅行が主催販売する
旅行代金3%割引など。詳しくはHPで。
よみカル・ポイント
定期講座の受講料200円(税抜き)につき1ポイント
(クレジットカード利用は400円につき1ポイント)
となります。
早得ポイント 12月15日までに継続手続きをされた
方に100ポイントお付けします。

台湾に残る日本統治時代の歴史建築

総督府(旧台湾
総督府)など現役
の庁舎や、カフェ、
ショップとして生
まれ変わった建
物。歴史建築の
数々を紹介する
今、今大切に使
われている
建物に思いを
語ります。
【日 時】12月14日(土) 14:00～15:30
【会 場】読売新聞東京本社3階「新聞教室」
【講 師】片倉佳史(作家)
【受講料】会員・一般ともに2,310円

魅惑のウズベキスタン探訪 ～注目高まるシルクロードと美しい青の都～

世界遺産の古都の街
並みや、青色のタ
イル装飾を施した
建築に魅せられ
る旅行者が急増
しています。日本
のお土産作り
を紹介します。
【日 時】1月18日(土) 13:00～14:30
【会 場】読売新聞東京本社3階「新聞教室」
(東京・大手町)
【講 師】高橋彦(ジャーナリスト、NPO法人
日本ウズベキスタン協会会長)
【受講料】会員・一般ともに2,420円

今日からスタート 大人のための健康ピアノ講座 (演奏付き)

音符の読み方から指の
ストレッチ法まで、
ピアノを弾くた
めの基本知識を
伝えます。歌謡曲、
ジャズ、クラシッ
クなど講師の演奏
も紹介します。
【日 時】2月7日(金)
19:00～20:15
【会 場】読売新聞東京本社3階「新聞教室」
(東京・大手町)
【講 師】内田ゆう子(ピアニスト)
【受講料】会員・一般ともに2,200円

アフタートーク付き観劇講座 歌劇「紅天女」

コミックスの大ヒ
ット作「ガラスの仮
面」の中で、幻の名
作とされる歌劇「
紅天女」をオプ
レラしました。
原作者美内すず
さんの脚本。
【日 時】1月15日(水)
14:00開演
【会 場】Bunkamuraオーチャードホール
(東京・渋谷)
【受講料】会員・一般ともに12,600円
(5席チケット、パンフレット付き)

なでしこの踊り 早春 2020

新橋の芸者さんや
お座敷遊び、超一流
のおもてなしを
お見せします。交
流の時間もあり
、記念撮影や直
接お話しがで
きる特典も。
【日 時】2月27日(木)、
28日(金)、29日(土)
3月1日(日)、
2日(月)
＝毎部 12:00開演
【会 場】新橋演舞場(東京・東銀座)
【受講料】会員・一般とも
12,000円(5
席チケット、会席弁当付)

事前レクチャー付き観劇講座 国立劇場・文楽

観劇前に、文楽の見どころや
お話を聞けるレクチャー付
き。
公演より一層お楽しみいた
だけます。
【日 時】2月18日(火) 11:00開演予定
【会 場】国立劇場(半蔵門)
【受講料】会員・一般とも
9,500円(1席チケット代・弁
当代含む)

講座一覧

受講の予約は
電話やインターネットでも
出来ます。
044-221-5590
よみカルチャールーム 検索

●入会制です。別途入会金がかかります。
●会員登録は無期限有効です。65歳以上の方と小学生以下のお子様は無料です。
●10/3日10:00は第1・3日曜10:00からの講座のことで。●設備維持費、教材費は別途納入してください。
●一部の講座を除き、途中入会もできます。
●●●は随時1日体験可能な講座です。日程はお問い合わせください。
●ほとんどの講座は随時、無料で見学できます。
●講座日程などを記載した詳しい資料を無料でお送りします。お気軽に電話ください。

入会金と受講料 ●入会金と受講料のお支払いは、窓口またはホームページで承ります。窓口では現金クレジット
カード、ホームページではクレジットカードのみのお取り扱いとなります。
お支払いのご案内 ●2日科目以降の受講継続の手続きは、銀行口座振替(自動引落)ともご利用いただけます。

よみカル体験日 受講料 1,100円

通常半額程度
体験日 または●がついている講座が
「よみカル体験日」の対象講座です。
必ず事前にご予約ください。要予約

「定期講座を申し込む前に体験してみたい」という方におすすめです。ほとんどの講座
が指定の日に通常の半額程度の1,100円でお試しいただけます。指定日は表をご覧ください。
一部対象外の講座や、別な教材費がかかる講座があります。当日のお申し込みでは
お受けいただけません。必ず事前にお申し込みください。チラシ折込日
より前に終了している場合はご容赦ください。ホームページもあわせてご覧ください。

期間 12月1日(日)～28日(土)

講座名	曜日	開始時間	体験
短歌をたのむ	③木	13:00	●
句会をたのむ	④土	13:00	●
ことわざの俳句	②火	13:00	●
俳句と暮らし	③月	10:30	●
俳句日記	③土	10:30	●
川柳	②土	16:00	●
小説を書く	③土	10:30	●
エッセイを書く	①月	10:15	●
シナリオの書き方	①金	19:00	●
心で読む「古事記」	④火	10:30	●
源氏物語	②火	10:30	●
江戸の古文書を読む	②火	13:30	●
東京の守護神と関連めぐり	①月	10:30	●
歴史研究家と楽しむご朱印ツアー	②土	10:00	●
東京の隠れた歴史散歩	④木	10:30	●
江戸・東京「いのちの水」を歩く	③土	10:30	●
大江戸散歩と老舗めぐり	②土	10:00	●
ホッと癒やしの神社めぐり	④金	10:30	●
大江戸タイムスリップウォーキング	③火	10:30	●
「江戸名所図会」ゆかりの地を巡る	①月	10:30	●
はじめての文藝	③土	10:30	●
土曜空想	②火	16:00	●
やさしく学ぶ古書・仏像入門	①水	13:30	●
星と宇宙のふしぎ	②水	10:30	●
初めての朗読	①③⑤月	19:00	●
絶対うまくなる朗読	②④木	19:00	●
ラジオ朗読講座・ナレーション	②④木	13:00	●
心に届く朗読教室	②④木	13:00	●
楽しい朗読・実践的ナレーション	②④木	15:45	●

講座名	曜日	開始時間	体験
油絵	月	18:00	●
水彩色えんぴつ画	①③⑤水	10:00	●
はじめての水彩絵画	②④木	10:30	●
基礎デッサン	②④金	19:00	●
好きな画材で絵を描こう	②④金	19:00	●
水彩スケッチを始めよう	④火	13:00	●
水画で描く顔絵講座	①③⑤水	13:00	●
植物画(ボタニカルアート)	②④木	13:00	●
仏画教室	①③⑤水	13:15	●
絵手紙	②④木	10:30	●
心遣い・言葉遊び 絵手紙	③土	13:00	●
はじめてのチョークアート	①土	10:00	●
消しゴム版画を楽しむ	①土	10:00	●
筆遣い・彩書・SAISHO	①月	10:30	●
裁縫(きりかみ)を施す	①③⑤水	19:00	●

講座名	曜日	開始時間	体験
ブリザーピング&ソラフラー & トロッキングセラピー	②木	13:00	●

邦楽・舞踊

長唄・三味線(唄のみ)	火	15:30	●
詩吟 岳風流	①③⑤水	13:30	●
山田流浄曲・三絃	金	14:15	●
生田流浄琴・三味線教室	②④木	12:00	●
水琴窟体験	②④木	12:30	●
やさしい大正琴	②④金	10:00	●
大正琴を楽しむ 高等科	②④火	10:30	●
長唄・三味線(三味線のみ)	火	15:30	●
沖繩三味線(木)	②④木	19:00	●
津軽三味線	③月	15:30	●
藤本流三味線	水	14:30	●
腕流の笛	①③⑤水	10:00	●
八景楽奏(個人)	②④木	12:00	●
和太鼓教室☆雑座	②④金	19:00	●
①③日	15:45	●	
②④日	15:45	●	
③月	15:45	●	
花柳流日本舞踊	②④金	13:00	●
坂東流日本舞踊	②④木	15:00	●

マナー・おしゃれ・キャリアアップ

(基本科)	①土	18:00	●
土曜日の着付け(研究科)	①土	18:00	●
(実務科)	①土	19:00	●
やさしい着付け	②④木	15:30	●
美しい姿勢と歩き方教室	①土	19:00	●
着こなし 着付け士養成講座	①③⑤水	10:30	●
着こなし 着付け士養成講座	①③⑤水	10:30	●
楽しい手紙&初級	木	19:00	●

趣味・暮らし・料理

囲碁教室入門	①③⑤水	18:30	●
たのしい麻雀	②④木	10:30	●
シェフの講座	①③⑤水	13:00	●
はじめての四柱推命	②④火	19:00	●
はじめてのタロット占い入門	①③⑤水	15:30	●
デジカメ教室	②④木	13:30	●
季節のお菓子作り	①③⑤水	10:00	●
日曜写真教室	①③⑤水	10:30	●
サンデーガーデニング	④日	13:00	●
花紙&草紙とびこ	④金	11:00	●
四季の鎌倉自然散策	②④木	10:00	●
里山のんびりウォーキング	④水	10:30	●
車窓と散歩を楽しむ月一に一度の鉄道旅	②④木	9:00	●
鎌倉今昔散策&歌謡指導	②④木	10:15	●
東京のお菓子作り	①③⑤水	11:00	●
楽しく作る韓国家庭料理	④月	13:00	●
房総のた巻作り	④水	10:30	●
パン作りの基礎を学ぶ	④火	10:00	●
「はじめてさんのための手ごねパン講座」	①月	13:00	●
英国紅茶サロン	④金	13:00	●
季節を楽しむ台湾茶	④金	13:00	●
倉庫紀行部の古典酒場	①土	16:00	●
日本のワインを楽しむ	④水	19:00	●

音楽

火曜ピアノ教室	②④火	13:15	●
ポピュラー&クラシックピアノ(個人)	①③⑤水	13:00	●
60歳からのピアノ(個人)	①③⑤水	10:30	●
たのしいピアノ(個人)	②④木	14:30	●
ピアノを弾こう(個人)	①③⑤水	16:00	●
のんびりピアノ(個人)	②④木	10:00	●
ブライダルタッチ体験	②④木	13:40	●
全く初めてのピアノ(個人)	②④木	13:40	●
大人のためのピアノレッスン(個人)	②④金	15:00	●
中高年の楽しいギタート	①③⑤水	14:30	●

これから始める 大人の健康ハーモニカ	②④火	12:45	●
たのしいフルート(個人)	②④火	16:00	●
たのしいリコーダー(個人)	②④火	16:00	●
楽しいオカリナ 初級	②④火	10:30	●
やさしいオカリナ	①③⑤水	10:30	●
楽しいギター(入門)	②④火	10:30	●
ハーモニカを楽しむ	②④木	10:30	●
ハーモニカ入門	①③⑤水	13:00	●
楽しいサンボニヤ	②④火	12:45	●
初めてのギター	①③⑤水	13:30	●
15:00	●		
ギターを楽しく	②④日	13:45	●
15:00	●		
ギターを弾いてみませんか	①③⑤水	19:00	