2026年1月期

JR錦糸町駅南口直結「テルミナ」6階

よみうりカルチャー錦糸町

おかげさまで 25周年 kinshicho

受講者募集

▲HP

☎03-5625-2131

受付時間9:30〜20:30(日曜〜17:00)

ほとんどの講座で、今すぐに受講を始めることができます。見学（約20分無料）、一日体験（有料）も随時ご利用いただけます。

公開 は公開講座。NEW は新設講座。維 は維持費。事前体験 は入会前に体験受講が可能です。※金額は消費税込み　別途、教材費や音楽著作権使用料、保険料が必要な講座もあります。

より良く生きるための健康法
きくち体操

きくち体操インストラクター

きくち体操は「鍛えない、人と比べない、うまくできなくていい」自分で自分をよくしていく生涯体操です。

毎週月曜13:00〜14:15
3か月10回35,200円
維 3,740円
初日1/12　事前体験 12/22

NEW
「BEYOND THE REEF」の手編みバッグ

ビヨンドザリーフ
ワークショップ認定講師
miho

事前体験会ではワンハンドルバッグの"ミニコラン"を作ります。

第3月曜18:30〜21:00
3か月3回11,550円
維 1,122円
初日1/19　事前体験 12/15

NEW 壊れた器が蘇る
金継ぎ（入門・講師養成）

監修　漆芸伝承の会主宰
栗原 蘇秀
本会認定講師　杉浦 傑

割れてしまった部分を継ぎ、欠けた部分は形成し、金や銀の化粧を施して、器を修復します。講師養成クラスも始まります。

- 講師養成クラス（初級編）　第1木曜16:15〜18:45
- 入門クラス　第1木曜18:15〜20:45

各3か月3回12,540円　維 1,122円　初日のみ第5週1/29

NEW
おとなの鍵盤ハーモニカ

SUZUKIケンハモ認定講師　阿部 小の実

小さな楽器ですが、音楽表現が豊かで、大人が十分に満足できる音色を奏でることができます。

第4火曜10:00〜12:00　3か月3回13,200円
維 1,122円　初日1/27
事前体験 1/27　ミニコンサート付

NEW 心に伝わる歌
よみカル ミュージカル部

ヴォイストレーナー　高木 真里子

ミュージカルの舞台の興奮を、気持ちを歌で表現する素晴らしさを体験してみませんか。

第2・4水曜10:30〜12:00
3か月6回21,780円　維 2,244円
初日1/14　事前体験 12/24

超初心者の麻雀教室

日本プロ麻雀連盟認定アマ二段　冨川 智史

ルールが分からない、難しそうという方を対象にじっくりゆっくりとレッスンを進めます。

NEW ●第2・4水曜16:00〜18:00　3か月6回21,120円
維 2,244円　初日1/14　事前体験 12/10
●第1・3木曜19:00〜21:00　3か月5回17,600円
維 1,870円　初日1/15　事前体験 12/18

誰でも楽しく！
歌おう！ゴスペル!!
The Voices of Japan（VOJA）　水橋 香織

お腹の底から声を出す爽快感と一体感、仲間と歌い上げる喜び、心を通わせる感動をぜひ体験してください。

第2・4土曜13:30〜15:00
3か月6回19,800円
維 2,244円
初日1/10　事前体験 12/27

オペラの楽しみ
都留文科大学専任講師　声楽家　中村 仁

講師がピアノを弾き、自ら歌いながら、さまざまなオペラ作品の魅力をわかりやすくご紹介します。

第4月曜10:30〜12:30
3か月3回10,890円
維 1,122円
初日1/26　事前体験 12/22

歌がうまくなる！歌声教室
東京藝術大学卒　テノール歌手、声楽家　河野 浩亮

腹式呼吸、声帯の使い方など発声のコツを覚え、今よりもっと楽に、美しく歌えるようになりましょう。

第1・3木曜15:10〜17:10
3か月6回19,800円
維 2,244円
初日1/15　事前体験 12/18

心地よい音色 カリンバ
おてがるカリンバ協会®認定講師
元木 美砂／竹林 晴美

音楽経験がなくても親指だけで弾けます。心地よい音色と合奏を楽しみましょう。

- 第2・4月曜13:30〜14:45　初日1/12　事前体験 12/22
- 第2・4火曜10:15〜11:30　初日1/13　事前体験 12/23
- 第2・4土曜10:00〜11:15　初日1/10　事前体験 12/27

各3か月6回21,120円　維 2,244円

女声合唱クラス
やさしいハーモニー
国立音楽大学声楽科卒業　川合 真奈美

様々なジャンルの中からやさしい曲を選び、自然で正しい声の出し方を練習します。女声合唱クラスです。

毎週木曜10:30〜12:00
3か月12回39,600円
維 4,488円　初日1/8　事前体験 1/8

桐朋学園大学チェロ科卒、チェロ音楽教室講師　福田 えり

管楽器、弦楽器を持ち寄って合奏〜メンバー募集
よみカルアンサンブル！〜初心者から〜

管楽器、弦楽器を持ち寄って合奏しませんか？ 希望の楽器パートをお伝えください。

第1・3火曜12:30〜14:00
3か月6回26,400円
維 2,244円　初日1/6　事前体験 1/6

基礎から学べるチェロ講座
はじめまして、チェロ♪（個人40分）
人の声にとても近いと言われるチェロの音色。美しい音とひびきを体感してください。

- 第1・3火曜10:00〜12:00　3か月6回33,000円
維 2,244円　初日1/6　事前体験 12/16
- 第1・3金曜9:45〜13:45　3か月6回33,000円
維 2,244円　初日1/16　事前体験 12/19

NEW
キリスト教音楽の文化史〜バラッドと讃美歌

元青山学院大学講師　声楽家　竹内 智子

讃美歌の旋律が日本の童謡で親しまれているように、キリスト教音楽の広がりを背景の歴史、文化と共にたどります。特にケルトから欧米の流れに注目し、音源や映像の鑑賞を多用します。

第3火曜15:00〜16:30　3か月3回11,550円
維 1,122円　初日1/20　事前体験 1/20

たのしく弾こう
津軽三味線
細川流津軽三味線名取　細川 義月

気軽に津軽三味線を始めてみませんか。経験者の方も大歓迎です。

- 第2・4月曜10:00〜10:40 A　10:45〜11:25 B　初日1/12　事前体験 12/22
- 第2・4水曜19:00〜19:40 A　19:45〜20:25 B　初日1/14　事前体験 12/24

各3か月6回23,100円　維 2,244円

NEW 20kgのダイエットに成功した講師が教える
「やせ脳」を作る！メンタルダイエット
心理カウンセラー　元グラビアアイドル　小阪 由佳

ダイエットは意思より仕組みです。生活サイクルを見直し、脳と心を整えてダイエットを成功させましょう。

第3土曜15:00〜16:30　3か月3回16,500円
維 1,122円　初日1/17　事前体験 1/17

NEW
スポーツウエルネス吹矢（初級）
日本スポーツウエルネス吹矢協会
上級公認指導員　鈴木 孝枝

腹式呼吸を中心とした吹矢の呼吸法は楽しみながらでき、なおかつ健康にも役立ちます。

第2・4水曜13:30〜15:00　3か月6回18,975円
維 2,244円　初日1/14　事前体験 12/24

NEW 筋肉と笑いは裏切らない
なべやかんの「笑って鍛えるボディメイク」
全日本パワーリフティング王者　ベストボディジャパンプロレス王者　なべやかん

元パワーリフティング日本代表・芸人なべやかん氏による「楽しく・無理なく・続けられる」体づくり講座です。

第2・4土曜11:40〜13:00　3か月6回23,100円
維 2,244円　初日1/10　事前体験 12/27

NEW 優しさと激しさを秘めた現代の古武道
新道夢想流杖道入門

杖道教士七段　青木 卓弥

128センチの杖を使う伝統武術。健康法　護身用に幅広い年代の方が楽しんでいます。道具レンタルで、お勤め帰りに気軽にご参加いただけます。

第2・4木曜20:00〜21:30　3か月6回17,820円
維 2,244円　初日1/8　事前体験 12/25

〜自分で自分を整える〜
姿勢改善 エゴスキュー体操
エゴスキュー・ジャパン協会認定Eサイズ
トレーナー　中舘 まりこ

姿勢を改善していくことで、不調や痛みを自ら解消へ導きます。無理せず、頑張らず、どなたでもできるシンプルな体操です。

第2・4火曜11:30〜13:00　3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/13　事前体験 12/23

のどを鍛える「健康声磨き®」レッスン
(一社) 日本声磨き普及協会　認定インストラクター
加藤 真梨子

声が出づらい、かすれる等の悩みを抱える方、呼吸法や発声法を改善し、心と体の健康を目指しましょう。

第1・3木曜10:00〜11:30　3か月5回17,187円
維 1,870円　初日1/15　事前体験 12/18

NEW
太極らせん棒エクササイズ
NPO法人日中文化交流センター理事長
陳式太極拳大家18世馮志強老師入門弟子
林 杰

螺旋棒を使ってツボを刺激しながら螺旋運動をします。太極拳前の準備動作としても、無理なく続けられる運動です。

第2・4月曜14:00〜15:30　3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/12　事前体験 12/22

はじめての太極拳
台湾の太極拳総会国際級教練　坂井 美恵

ゆったりとした動きと深い呼吸。運動が苦手な方でも形や流れを覚えていくうちに自然と足、腰、体幹が鍛えられます。

毎週金曜15:00〜16:30
3か月11回34,787円
維 4,114円　初日1/9　事前体験 12/19

ボディバランスストレッチ

JBBダンススタジオ
インストラクター　谷口 美奈

体を動かして健康な体を維持したい方向けのクラスです。

第1・3木曜18:30〜19:45　3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/15　事前体験 12/18

大人の美容バレエ
舞踊家　滝沢 美保子

美しい音楽に合わせて大人リーナを目指しましょう。

第1・3・5水曜
9:45〜11:15
3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/7　事前体験 12/17

朝からZUMBA®
ZUMBA®インストラクター　荒川 真美

ラテンのリズムで楽しく体を動かしましょう。講師の振り付けを見よう見まねで、ダンス初心者でも大丈夫。

第2・4金曜10:00〜11:00　3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/9　事前体験 12/12

ベルシャンダンス
国際アラビアンダンス協会専属
インストラクター　Zita

軽やかな足のステップに優雅な手の動きを合わせ、女性の持つ美しさや可愛らしさを表現します。

第2・4木曜 18:30〜19:45　3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/8　事前体験 12/25

NEW 季節を感じる、空気をきれいにするインテリアづくり
空気をキレイにする造花アレンジ
フラワーデザイナー協会フィエルテ代表理事　村山 友栄

体験ではクリスマスにぴったりな「LEDライト付き赤薔薇の北欧リース」を作ります。

第2木曜13:00〜15:00
3か月3回9,900円　維 1,122円　初日1/8　事前体験 12/11

NEW ルナブランカ
香りの花せっけん
ジュンコ・フローラル・スクール　専任講師　鈴木 香織

ハーブの香りに癒されながら、せっけん粘土で可憐なお花を作ります。

第1・3金曜9:45〜11:15
3か月6回26,400円
維 2,244円　初日1/16　事前体験 12/19

おしゃれな雑貨づくり
はじめてのモザイクタイル

Hiro mosaic主宰　山下 裕美

カラフルなタイルやシックな天然石、ガラスを使って実用的なオリジナルの作品を作ります。

第4日曜13:00〜15:00　3か月3回9,240円
維 990円　初日1/25　事前体験 12/28

モラ〜カリブの民族手芸〜
宮崎ツヤ子モラ研究所講師　後藤 尚子

中米パナマの島々に住む先住民の伝統手芸です。鳥や動物、花などをモチーフにした作品を作ります。

第2・4月曜12:00〜14:00　3か月5回16,500円
維 1,870円　初日1/26　事前体験 12/22

NEW 出雲の地よりご縁をつなぐ
宍道湖産しじみで作るエシカルアクセサリー
しじみアーティスト　イラストレーター　中嶋 正恵

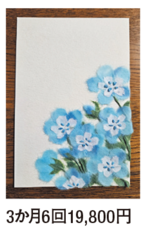
出雲の地、宍道湖産しじみの貝殻で、オリジナルのエシカルアクセサリーを作ります。布で貝を縫い包む時間を楽しみましょう。

第1水曜12:30〜14:30
3か月3回11,220円　維 1,122円　初日1/7　事前体験 1/7

ハワイアンジュエリーを作ろう
Stu'dio　nina主宰　平山 仁菜

幸せを呼ぶハワイアンジュエリーを、最も扱いやすい粘土を使って毎回1作品仕上げます。

第2月曜19:00〜21:00
3か月3回11,550円　維 1,122円　初日1/12　事前体験 12/8


ちぎり絵で脳トレ！
ちぎり絵講師　中田 恵美

教本を使い、紙のちぎり方やコツから始めます。指先を使って色紙を様々な形にちぎることは脳トレにもなります。

第2・4月曜10:00〜11:30
3か月6回19,800円　維 2,244円　初日1/12　事前体験 12/22

マクラメで作るジュエリーと雑貨
楽習フォーラム本部専任講師　川船 まき

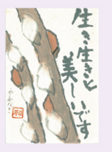
マクラメ編みとビーズを組み合わせて作るジュエリーや基本の編み方で作る雑貨を作りましょう。

第4火曜10:00〜12:00　3か月3回12,375円
維 1,122円　初日1/27

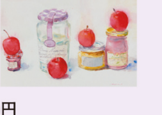
グラスリッツェン（手彫りガラス工芸）
日本手工芸指導協会 認定師範　山田 由岐子

グラスリッツェンとは針の先にダイヤモンドのついたペンでガラスの表面に薄く美しい模様を彫る工芸です。

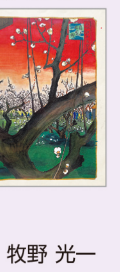
第2・4木曜10:00〜12:00
3か月6回20,625円　維 2,244円
初日1/8　事前体験 12/25

心の絵手紙（月）
日本絵手紙協会公認講師　高橋 和子

花や野菜を自分の目でみつめて、素直に描きましょう。自分らしさの出る絵手紙が描けるよう指導します。

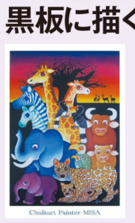
第1・3月曜10:00〜12:00　3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/5　事前体験 12/15

すてきに描ける透明水彩画
水彩画家　守田 篤博

透き通った色合いが魅力の水彩画は初心者でも学びやすく人気があります。基礎から始めませんか。

第2・4月曜10:15〜12:15　3か月6回22,440円
維 2,244円　初日1/12　事前体験 12/22

NEW
浮世絵の世界へようこそ
武蔵野美術短期大学デザイン科卒　宮本 るか

トレース台を使い、上からなぞって彩色します。あなただけの浮世絵を楽しみましょう。

第1・3・5火曜12:30〜14:30
3か月6回22,440円　維 2,244円
初日1/20　事前体験 1/6

おしゃれな黒板アート
黒板に描くチョークアート

チョークアートインストラクター　町田 美佐

カラフルなオーストラリア生まれのチョークアートを始めませんか。

第2・4木曜10:00〜12:00
3か月6回21,450円
維 2,244円　初日1/8　事前体験 12/11

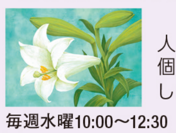
大庭アトリエ教室

大庭英治個展会場

立軌会同人　日本大学芸術学部
非常勤講師　大庭 英治

ある程度経験のある方が対象。自らの主題を決めて制作し大作や展覧会へ出品を目指す方まで個々に指導。

第1・3・5金曜10:00〜12:30　3か月6回24,750円
維 2,244円　初日1/16　事前体験 12/5

楽しい日本画の世界
武蔵野美術大学造形学部日本画学科卒業　牧野 光一

日本画を基礎から学べます。人物・静物・風景など各自の個性とペースに合わせて制作します。

毎週水曜10:00〜12:30　3か月12回41,250円
維 4,488円　初日1/7　事前体験 12/17

公開講座

1回から数回完結型の講座です。会員の方も初めてよみうりカルチャーをご利用の方も、どなたでもご受講いただけます。公開講座の参加費は受講料と維持費の合計金額です。会員の方は参加費が割引になる講座もあります。教材費や保険料が必要な講座もあります。

会員 ＝会員参加費
教 ＝教材費

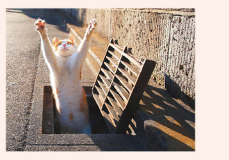
公開
タブレット純の昭和歌謡案内

撮影:御堂義乗

歌手・芸人　タブレット純

昭和の名曲の独唱を交えつつ昭和歌謡の曲にまつわるエピソードなどお話しします。

2/15（日）14:30〜16:00
参加費4,884円（会員 4,488円）

公開 「にゃんとビックリ!?」
ネコラマン関口の野良猫撮影術
報知新聞社　スポーツ報道カメラマン　関口 俊明

街中で遭遇した野良猫をどのように撮影しているか、お気に入りの写真を紹介しながらそっとお教えします。

12/20（土）15:00〜16:30
参加費4,224円（会員 3,674円）

公開 プロ野球現役スカウトから学ぶ
巨人をつなぐ心—木佐貫洋が語る『人を見抜く力』

提供：読売巨人軍

読売巨人軍 スカウト部　木佐貫 洋
Creative2　楢崎 豊

プロ野球という舞台で結果だけでなく"人間性"を重視し続けてきた木佐貫さん。本当に伸びる人材をどう見極めているのか。組織のリーダーや経営者、指導者に必聴です。"人を見抜く力"、人材育成の本質を話します。

12/8（月）19:00〜20:30　参加費5,302円（会員 4,752円）

公開
女優・源川瑠々子と作る絵馬のお香袋

女優　源川 瑠々子

和小物作家二代目卯庵(うあん)としても活動中。干支モチーフの絵馬型お香袋を制作しましょう。

1/12（月）15:30〜17:30
参加費4,774円（会員 4,224円）
教 4,500円

公開 年末年始を彩る
アーティフィシャルフラワーの壁飾り

国家資格　フラワー装飾一級技能士　きほ

アーティフィシャルフラワーで年末年始を彩る壁飾りを作ります。

12/22（月）14:30〜16:30
参加費4,114円（会員 3,564円）　教 4,000円

公開 初心者でも安心
老後にトクする お金の教養講座

人気のファイナンシャルプランナー

人生100年時代を楽しく安心して暮らすために正しいお金の知識を身につけましょう！

2/7(土)14:00〜16:00　参加無料（要予約）

公開
手作りパールネックレス
Kobe Pearl Collection代表　所神根 孝二

「神戸の真珠屋さん」が用意した様々な真珠を使って、貴方だけのネックレスを作ります。

1/23（金）14:00〜16:30
参加費4,180円（会員 3,630円）　教 4,000円から

公開
中学英語で学ぶクリスマス英会話
マークグライス

中学校で学ぶ英文法を使って、クリスマスを彩る英語表現を学びます。イギリス出身の講師による英国のクリスマス文化も紹介します♪

12/10（水）10:30〜12:00　参加費3,982円

公開
お得な退職金の受け取り方
神猿学園専任講師　兒島 靖浩

自分に合った退職金の受け取り方法をレクチャーします。

1/17（土）10:30〜12:00
参加費3,630円（会員 3,080円）教 330円

公開
福を巻き込む　恵方巻

管理栄養士　三幣 周子

手作りの恵方巻で、今年の福を呼び込みませんか?

1/27（火）10:30〜12:30
参加費3,344円　教 2,750円

公開 北海道の地名から学ぶアイヌ語
アイヌ語入門

千葉大学名誉教授　中川 裕

北海道の地名の8割はアイヌ語起源です。地名を探索しながらアイヌ語を学ぼう。

12/5（金）19:00〜20:30
参加費4,224円　教 55円

公開 積立枠？成長枠？ 私に合っているのはどっち？
新NISA活用法

神猿学園専任講師　渡辺 晶子

年代やライフスタイルで選ぶべき商品は変わってきます。最適な商品の選び方をレクチャーします。

2/21（土）10:30〜12:00
参加費3,630円（会員 3,080円）　教 330円

公開
冬のこどもアート　紙粘土でクリスマスツリーをつくろう
東京未来大学　通信教育課程
特任教授　森高 光広

ふわふわの紙粘土で楽しくクリスマスツリーをつくります。対象：年長から

12/14（日）15:00〜16:00
参加費4,224円（会員 3,674円）　教 660円

公開 小さなアートを楽しもう
ミクロモザイクのクリスマスツリー
日本ミクロモザイク協会認定講師　あこ

クリスマスツリー型の木枠の中にピンセットで小さなガラスのパーツを並べ可愛いツリーを作ります。

12/12（金）10:00〜12:00
参加費3,674円　教 4,400円

公開 2回で完成
和風の布ぞうりを作ろう！
はっぴぃ布ぞうり主宰　創作手芸作家　小石 淑子

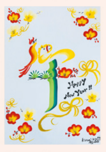
鼻緒作りから編み上げまで2回で1足制作。自分だけの室内履きを作ります。プレゼントにも最適です。

2/15、3/15（日）14:00〜16:30
参加費8,723円（会員 7,623円）　教 3,000円

公開 履歴書に書ける資格
ソーシャルマナー3級認定講座
日本マナー OJTインストラクター
協会認定講師　斎藤 栄子

試験なし、3時間の受講のみで履歴書に記載できる資格が取得できます。

2/8（日）13:00〜16:00　参加費5,830円
認定証発行手数料1,650円

公開
干支を花文字で描こう
日本花文字の会公認講師　高橋 久美子

縁起の良い絵柄，松竹梅と来年の干支を用いて花文字を描き2026年の開運を呼び込もう。

12/5（金）12:30〜14:00
参加費4,361円（会員 3,811円）　教 500円

公開 冬休みの課題に
こども書き初め教室
東洋書道芸術学会常任理事　太田 旭峯

冬休みの各自の課題・宿題に合わせて指導します。対象は小学生〜。作品が仕上がり次第終了となります。

12/28（日）15:00〜16:30
参加費3,960円（会員 3,410円）

公開
占い個人鑑定会（各15分）
鑑定料 各3,520円（会員 2,970円）要予約

易占

日本占術協会
認定占術士・参与
乾象
1/6（火）
15:00〜17:55

四柱推命・九星気学

Fortune
Jyujyu 主宰
伊東 寿珠
1/16（金）
13:30〜18:05

タロット・西洋占星術

開運先生☆
fortune 沙織
池田 沙織
1/16（金）
13:30〜18:05

数秘術

たまゆら
開運師
平田 純子
1/16（金）
13:30〜18:05

手相
福呼び師
Happy bell
萬弐夢(まんにむ)
1/16（金）
13:30〜18:05

韓国手相
福運先生
Fortune
朴 美花
1/16（金）
13:30〜18:05

ルノルマンカード 紫微斗数
鑑定士
さてら
1/26（月）
15:00〜17:15

タロット・西洋占星術
タロット・
西洋占星術師
榊 その
1/30（金）
10:30〜13:45

入門から点数計算まで
初心者マージャン教室
日本健康麻将協会認定レッスンプロ　鈴木 奈緒

女性レッスンプロが基本ルールから点数計算まで分かりやすく指導します。

第2・4火曜 ●A 10:15〜12:15
●B 12:30〜14:30
3か月6回18,975円　維 2,112円　初日1/13　事前体験 1/13

初めてのコントラクトブリッジ
日本コントラクトブリッジ連盟所属
坂田 恵美

年齢を問わず記憶力や集中力が鍛えられるトランプゲームを楽しみましょう。

第1・3水曜13:00〜15:00
3か月6回21,120円　維 2,244円
初日1/7　事前体験 12/17

はじめての手作りお香〜和のアロマテラピー〜
薫物屋香楽認定教授香司　橋本 由佳

お香の歴史や天然香料を学びながら、匂い袋、練香、お線香、インセンスなどのお香を調合し作ります。

- 第1火曜10:15〜11:45　初日1/6　事前体験 1/6
- 第1木曜18:45〜20:15　初日1/8　事前体験 1/8

各3か月3回9,900円　維 1,056円

NEW 一年を暦とともに
運気を味方につける暦の読み方
Fortune Jyujyu主宰　伊東 寿珠

暦の見方を学びましょう。仕事始めの良い日や手術をしてはいけない日、今月の吉方位などを知ることができます。

第2土曜13:30〜15:00　3か月3回13,200円
維 1,122円　初日1/10　事前体験 1/10

横浜夢座五大路子監修
はじめての演劇 〜横浜夢座〜

演劇企画『円端』主宰・俳優・演出家　端本 宇良

ワクワクするような物語の中で生きてみたい！演劇は、それを可能にしてくれます！

第2・4日曜14:00〜15:30　3か月6回23,100円
維 2,112円　初日1/11　事前体験 1/11

美術館を3倍楽しむ秘密！
アートナビゲーター　日下 真美

作品の見どころ、作家の裏話、背景、美術史、カフェやグッズ情報など、美術館を楽しむコツをレクチャーします。

第1日曜12:00〜13:30　3か月2回7,700円
維 704円　初日2/1　事前体験 12/7

ドラマで知るコリアの歴史と人物
コリア社会歴史ライター　呉 成浩

韓流時代劇でコリアの歴史を知り、史実、韓流映画・ドラマの視聴ポイントを映像と共にご伝授します。

第3日曜13:30〜15:00　3か月3回9,900円
維 1,056円　初日1/18　事前体験 12/21

七七七五は楽しい
世相を詠む「どどいつ」

戯作者　松崎 菊也

お笑いトレーナー松崎菊也と今の世の中を、七七七五に詠んで笑って頭のストレッチをしましょう。

第1木曜13:00〜14:30　3か月2回6,600円
維 704円　初日2/5　事前体験 12/4

NEW
はじめての旅行英会話（初級）
マーク グライス

第2・4水曜10:30〜12:00
3か月6回21,780円
維 2,112円　初日1/14
事前体験 1/14

やさしい英会話（初級）
ダミアン ベイフォード

毎週金曜
10:00〜11:30
3か月11回40,656円
維 3,872円
初日1/9
事前体験 12/12

超実用英会話（初級〜中級）
渡辺 真理子

第1・3水曜
18:30〜20:00
3か月6回19,800円
維 2,112円　初日1/7　事前体験 12/17

レベルアップをめざすタイ語（中級）
藤田 洸星

第1・3水曜
19:00〜20:30
3か月6回22,440円
維 2,112円　初日1/7　事前体験 12/17

楽しいフランス語（初級〜） オンライン
ファビエンヌ ギュマン

第2・4火曜
19:00〜20:30
3か月6回19,800円
維 2,112円　初日1/13
事前体験 12/23

NEW 初歩から学ぶ
筆ペン・ボールペン
暁書法学院講師　三森 風和

筆ペン・ボールペンを基本から指導いたします。ゆっくり楽しく学びましょう。

第1・3木曜10:00〜12:00　3か月5回16,500円
維 1,870円　初日1/15　事前体験 12/18

美しい文字を書くため
初めてのペン習字

読売書法会参与　高見 初子

基本から順を追って学習し、正しく美しい文字に挑戦してみませんか。

第2・4火曜10:30〜12:00
3か月6回19,800円
維 2,244円　初日1/13　事前体験 12/23

心を届けるエッセイ
エッセイを書いてみよう
木村治美エッセイストグループ所属　浜根 美紀

自分の気持ちや思い出を誰かに届けるために、エッセイを書いてみましょう。書くことは楽しい！

第2水曜10:00〜11:30　3か月3回10,560円
維 1,056円　初日1/14　事前体験 12/10

都会の鳥のくらしを探る

自然観察大学
前学長　唐沢 孝一

都市鳥の生存に重要な「ねぐら」など、夜の生態について紹介します。野外での観察会も実施します。

第1火曜10:30〜12:00　3か月3回11,550円
維 1,122円　初日1/20　事前体験 1/20（第3）

楽しいパン教室
料理研究家　伊藤 靖子

美味しく楽しいパン作りを気軽に学びます。できたてのパンをお持ち帰りできます。

第1月曜13:00〜16:00　3か月3回11,550円
維 1,320円　初日1/5　事前体験 12/1

薬膳をご家庭に
おいしい台湾ごはん&スイーツ
国際中医師　国際中医薬膳師　日本国際薬膳養生協会理事長　箕山 育恵

おいしい台湾薬膳ごはん＆スイーツを作りましょう。

第3水曜13:30〜15:30　3か月2回7,040円
維 880円　初日1/21

美と健康のための
中国茶サロン

中国国家職業資格高級茶芸師、
中国茶葉流通協会中級評茶員　高月

美と健康は中国茶から。季節にあったオーガニックな銘茶を楽しみながら、中国茶の淹れ方も学びます。

第2土曜13:30〜15:30　3か月3回9,900円
維 1,320円　初日1/10　事前体験 12/13

男の料理入門
料理研究家　蓮本 宣子

米のとぎ方、だしの取り方、魚の切り方など、基本から教えます。旬の素材を使っておいしい料理作り！

第4木曜10:30〜13:00　3か月3回10,692円
維 1,320円　初日1/22

公開
香取・鹿島の両神宮へ初詣&佐倉散策

千葉地理学会元会長　鎌田 正男

房総の地理歴史の専門家で町歩きの達人と一緒に、祈りと学びとグルメを楽しみます。絶景の北浦鉄橋とナマズ料理も体験。

1/8（木）9:30〜17:30　JR成田駅集合・解散
参加費4,720円　教 550円

樹木と花の楽散歩
樹木医・森林インストラクター　石井 誠治

身近に生えている樹木や草は、生きる知恵を教えてくれます。植物の情報を読み解いてみませんか。

その他金曜10:30〜13:00　3か月2回8,008円
維 440円　初日1/9　事前体験 1/9

古地図と浮世絵でめぐる東京

歩き旅応援舎　岡本 永義

古地図を見ながら歩き、目の前に見える風景を浮世絵や古写真と見比べ現在の町のルーツをさぐります。

第4火曜10:00〜13:00　3か月3回10,692円
維 660円　初日1/27　事前体験 1/27

大江戸散策と老舗めぐり
編集者・トラベルライター　山田 うに

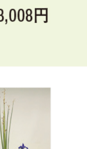
江戸時代、気晴らしの遊歩とは丸一日を目一杯遊ぶことでした。江戸の趣きを残す遊歩エリアを訪ねます。

第1水曜10:30〜13:00　3か月3回10,725円
維 660円　初日1/7　事前体験 1/7

着物の基礎知識を身につける夜の着付け教室
装道きもの学院分院　大村きもの教室主宰　大村 美保子

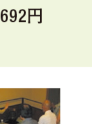
きものについての基礎知識を身につけ、ひとりで装えるようになることを目指します。

第2・4土曜18:30〜20:30　3か月6回19,800円
維 2,112円　初日1/10　事前体験 12/13

いけばな池坊

華道家元池坊教授　東京生成会支部
支部長　望月 文子

伝統様式の＜生花＞と個性豊かに表現する＜自由花＞を伝書に基づき指導します。

毎週火曜15:00〜17:00　3か月11回34,787円
維 4,114円　初日1/6　事前体験 12/23

茶道・江戸千家

江戸千家　家元教授
安部 宗菖

一服のお茶が心を豊かにしてくれます。初心者も経験者も段階にあわせそれぞれに指導します。

第2・4土曜15:00〜17:30　3か月6回19,800円
維 2,508円　初日1/10　事前体験 12/27

NEW
キッズあみもの
日本手芸普及協会
手編み准師範　miho

かぎ針編みに楽しくチャレンジ！

第3月曜16:30〜18:00
3か月3回10,230円
維 2,112円　初日1/19　事前体験 12/15

楽しい着付け
着付け教室「タナ」主宰　田中 千代子

箪笥にしまったままの着物を思い切って着てみませんか？ 紐3本だけで楽に、着崩れのない着付けをします。

第2・4日曜12:00〜14:00　3か月6回19,800円
維 2,112円　初日1/11　事前体験 1/11

これから手話を学ぶ方へ
楽しく始めよう！手話教室

手話通訳士　熊谷 千恵

これから手話を学びたいという方向け。伝わる手話をゆっくり学びます。

第2・4木曜13:00〜14:30
3か月6回18,150円
維 2,112円　初日1/8　事前体験 12/25

こども書道教室（木）
読売書法会理事　笹井 芝雪

書写から芸術まで、書道を楽しんで上達を目指しましょう。級・段・公募展などにもチャレンジできます。

第2・4木曜17:00〜18:00
3か月6回16,500円
維 2,112円　初日1/8　事前体験 12/11

花柳流日本舞踊（ジュニア）個人
花柳流師範　花柳 真寿輔

踊りを覚える中で、着物の着こなし、邦楽の知識、花鳥風月への興味、礼儀作法などが自然に身につきます。

毎週金曜17:30〜18:30　3か月12回42,900円
維 4,224円　初日1/9　事前体験 12/12,19