よみカル体験 よみカル

期間 9月からの講座指定日（要予約）

通常の半額程度1100円の受講料で体験可能

※対象外の講座もあります。講座によっては教材費などが別途必要です。

よみうりカルチャー公式キャラクター チャチャ丸

お楽しみ抽選会

1,000円の商品券が1000本！（直営センターの合計です）

受付開始～9月末（景品がなくなり次第、終了となります）。10月期定期講座の受講手続きを初回からされた方全員（継続・新規）が抽選できます。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、細心の注意を払って講座を運営します。

- ◆人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空けてください。受付周りや教室内でのご協力をお願いします。
- ◆教室内でもマスク着用をお願いします。
- ◆講座の前後に手洗いを、30秒程度かけてしっかりと。
- ◆講座中も教室の扉を開けるなどし、換気をよくします。
- ◆風邪の症状がある方や体調に不安がある方は受講をお控えください。

よみうりカルチャー

公開講座

入会金不要

※一部講座を除き別に設備維持費がかかります。

公開講座 世界一癒やされる般若心経 ～お釈迦様の教えを学ぶ～

奈良美師寺管主　加藤 朝胤

自然界は、互いに与えあい、美しく存在しています。これを「無所得」と言います。私たち人間は、損得を計算して行動します。心から相手に寄り添う行動こそ人生に豊かさと幸せを贈すでしょう。清らかな心の発見のために釈迦様の教えを学び、お互いに忘れている家庭の幸せの道を求める講座です。

★10/31（土）10:30～12:00
受 会員:2,200円　一般:2,530円　教 110円

公開講座 下北沢病院 理事長・医師　久道勝也 ～足の病気と予防法～

アジアで唯一の足の総合病院 理事長・医師が皆さんと一緒に人生100年時代のための「足」と「歩行」について考えていきます。また、足の病気の正しい知識と予防法などについてもお話しします。「足」と向き合っていただけで、日常が大きく変化するはずです！

★10/29（木）10:30 ～12:00
受 会員:2,970円　一般:3,300円　教 110円

公開講座 ウィリアムモリスの布で作るマスクケース

mysig ompu主宰　吉澤 由美子

マスクのお供にカルトナージュのマスクケースはいかが。マスクを外した時におしゃれに保管できます。

★10/4（日）13:00～15:00
受 会員:2,750円　一般:3,080円
教 2,300円　教 110円

公開講座 手編みのマスク

手編み作家　清水 芳子

マスクをかぎ針で編んでみませんか。着け心地が良く快適です。内側に不織布を入れます。

★9/30（水）
10:30～12:30
受 会員:2,750円　一般:3,080円
教 800円　教 110円

公開講座 素敵なクリスマス・アイシングクッキー

東日本アイシングクッキー協会代表、シュガーアーティスト　田中 弥生

あらかじめお焼きしたクッキーに色とりどりのアイシングでクリスマスモチーフをデコレーションします。

★12/18（金）
15:30～17:30
受 会員:一般:2,750円　教 2,500円　教 110円

公開講座 ゆず胡椒作り

日本アロマ環境協会インストラクター・ハーバルエステシャン　中澤 田鶴子

手に入りにくい青柚子を無駄なく使い、柚子胡椒、ポン酢のほか柚子の種でハンドローションも作ります。

★10/9（金）18:30～20:30
受 会員:一般:2,750円　教 3,300円　教 110円

公開講座 ザクロオイルを知ろう！手作り美肌石鹸

手作り石鹸スタジオCiao*soap主宰・シニアオイルソムリエ　Ameo

お肌の乾燥が気になる季節に向けて、美容効果の高いザクロオイルについて学び無添加石鹸を手作りします。

★12/18（金）
10:30～12:30
受 会員:一般:2,750円
教 3,300円
教 110円

公開講座 天使のリボン

風花プリザーブドフラワー協会代表　河原 由美

人気のMOKUBAリボンとパールをふんだんに使い天使のチャームを作ります。

★10/31（土）
13:00～15:00
受 会員:2,640円
一般:2,970円
教 2,420円　教 110円

オンライン 創業40年記念講座 公開講座 おうち時間を思いっきり楽しむ よみカル合唱団

ソプラノソリスト　北野 里沙

「新しい生活様式」で合唱を楽しみませんか？ ソプラノ歌手がZoomを使って楽しく指導します。ウェブ上で合唱を発表しましょう。初めてオンライン講座に参加する方を対象としたサポート講座も。詳しくは二次元コードから。

★9/27、10/11、10/25、11/8、11/22 ①14:10～15:10 または ②15:30～16:30
★参加費　5回13、860円（音楽著作権料含む）、教材費別
★お問い合わせ　事業担当 03-3642-4301

公開講座 恋するドライフラワー薔薇

ホームメイドフリザーピング協会主宰
厚生労働省認定一級フラワー装飾技能士　きほ

ドライフラワーを使って雑貨屋さんやカフェインテリアのような花作品を作りましょう。（ドライフラワーは天然素材の為イメージ写真となります）

★10/31（土）15:00～17:00
受 会員:2,640円
一般:2,970円
教 4,000円～5,000円（花材費）
教 110円

公開講座 ～はじめてのZoom体験～ オンライン講座の学び方

プログラミングスクールTENTO代表　竹林 暁

オンラインレッスンに参加するために必要な機材、パソコンのセッティング方法、受講の仕方を学びます。新しい生活様式のライフスタイルを取り入れてみませんか。

★10/23（金）10:30～11:30
受 会員:2,200円　一般:2,750円　教 220円

公開講座 はじめてのスマホ体験

スマートフォンアドバイザー

実際にスマートフォンを触って体験してみましょう。基本的な使い方をわかりやすく楽しく学べます。

★9/29（火）やさしい基本編
★10/30（金）かんたん入門編
★11/30（月）やさしい基本編
★各13:00～15:00
受 会員:一般:1,100円

公開講座 1日速修　間取りプランンナー初級講座

一般社団法人日本間取り協会　日神山 ルイ

過ごしやすい住宅の間取りづくりを提案する、間取りプランナー養成講座です。住宅の間取りを、ご自身で提案できる知識を身につけます。

★10/25（日）13:00～15:15　受 会員:一般:4,400円　教 1,100円　教 110円

公開講座 ヨグマタ相川圭子講演 ～こころの曇りを取って晴れやかに生きる～

わたしたちの心には、いつのまにか欲や執着、不安や不満、怒りや怖れなどがたまっていきます。この、どんよりとした心の曇りをはらい、あなたの心に晴れやかな空を広げていきましょう。深く輝く本当の自分に目覚めて、心豊かに成功する生き方を、究極の瞑想マスターで作家でもあるヨグマタ相川圭子さんが伝えします。

★11/30（月）13:30～15:00
受 会員:3,300円　一般:4,400円　教 110円

公開講座 田代親世が韓流ブームの変化と取材のエピソードを語る

韓国エンターテインメント・ナビゲーター&脚本家　田代 親世

1999年から韓流の取材をしてきたフリーアナウンサーの田代親世が、韓流ブームの前と後でどのような変化を遂げてきたのか解説します。また、どのような経緯で韓流に出会い仕事になるまでに至ったから様々なエピソードを交えて語ります。

★10/18、11/1（日）13:00～14:30
受 2回で会員:8,140円　一般:8,800円　教 220円

《プロフィール》CSチャンネル衛星劇場で「田代親世の韓流総決算」などの韓流番組のMC、ドラマ・ミュージカル解説をはじめ、韓流イベントでの司会などを務める韓国エンタメナビゲートの第一人者。著書は「韓国ドラマが教えてくれる　心が強くなる40の言葉」（中経出版）など多数。

1900年代の模型飛行機を作ろう

アートウィング・シーシー主宰　柳澤 飛鳥

1機づつ作成し、その飛行機の歴史と物語を学べます。36機揃えば空飛ぶ歴史博物館の館長さんに。

★第1日曜10:30～12:30　★6か月4回11,000円 10/4～　★事前体験 10/4

お勤め帰りのハーブ&アロマ

日本アロマ環境協会インストラクター・ハーバルエステシャン　中澤 田鶴子

アレルギーやストレスによる病気が急増している今、ハーブと精油を効果的に使う方法を具体的に指導します。

★第2金曜19:00～20:30
★6か月6回16,500円
10/9～　よみカル 9/11

手作り石鹸を作ろう

手作り石鹸スタジオCiao*soap主宰・シニアオイルソムリエ　Ameo（あめお）

「肌活」を始めませんか？基礎的な知識や原料についても学びます。健やかなお肌作りを目指しましょう。

★第3金曜15:00～17:00
★6か月6回17,820円 10/16～　よみカル 9/18

大江戸玉すだれ

大江戸玉すだれ　佃川 えん光

変幻自在の玉すだれは誰でも簡単にできる伝統芸です。年齢、性別を問わず、見る人にも喜ばれます。

★第2・4月曜15:30～17:00
★3か月6回15,840円 10/12～　★事前体験 10/12

スワロフスキーを使った総合大人デコ

日本デコアーティスト協会認定
総合デコアーティスト　大浪 愛美

スワロフスキーを使ったデコ雑貨、フェイクスイーツ、デコパーシュ、レジン等わかりやすく指導します。

★第2日曜15:00～17:00
★6か月6回16,500円
10/11～　よみカル 9/13

脳トレ！ 大人の“そろばん・暗算”教室

さんすい珠算教室主宰　ふかの みつか

指先を使った反復運動で脳の活性化を図ります。

★第1・3水曜15:30～17:00
★3か月6回17,160円 10/7～
★事前体験 10/7

はじめてのモダン盆栽

琳葉盆栽教室主宰　岸本 千絵

現代のインテリアにあうモダン盆栽を創り、飾り、育て、日本の四季を楽しみましょう。

★第4金曜13:00～15:00
★6か月6回19,140円 10/23～

趣味・暮らし

鉄道模型を作る

「サークル混合列車」会員　桜井 孝信

真鍮製キットを手間暇かけて作る大人のホビー。仲間同士ワイワイを交換しながら楽しく作りましょう。

★第2・4土曜10:30～12:30
★3か月5回15,400円 10/10～

女性のためのデジタルカメラ講座

フリーランスフォトグラファー・日本写真家協会会員　勝山 基弘

カメラを始めたい女性のためのデジカメ入門講座です。コンデジ、スマホカメラでの受講も可能です。

★第2・4水曜19:00～20:15
★3か月6回17,160円 10/14～

季節のポプリ

熊井明子ポプリの会講師　桐井 美智子

花や草木の香りを生かした貴女だけのポプリを作りませんか。インテリアにお茶に、香る時間を楽しみましょう。

★第4水曜13:00～15:00
★6か月6回16,500円 10/28～　よみカル 9/23

読売・日本テレビ文化センター よみうりカルチャー北千住

北千住駅ビル ルミネ9階

よみうりカルチャー創業40年
講座やイベント　集う6万人
未来へ紡ぐストーリー
チャチャ丸も応援中！

☎03-3870-2061

2020年10月期

掲載している講座は、新型コロナウイルスの影響で、休講または延期する場合があります。ご了承ください。

New 基本から学ぶ「野菜栽培」

JVEC野菜栽培アドバイザー　庭野 省三

化学肥料や化学農薬を使用せず、より安全で安心な野菜栽培の基本を知れば失敗も少なく、手間ひまをかけずに収穫できます。「育てる楽しさ」と「収穫の喜び」「味わう喜び」を満喫できます。経験豊富な栽培アドバイザーがルミネ北千住の屋上菜園を参考に栽培メイドを分かりやすくご指導させていただきます。

★第1・3水曜13:00～14:30
★3か月6回16,500円
10/7～
★無料説明会 9/16（要予約）

New 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講師　間瀬 凜

のどを鍛える健康声磨き®は、呼吸法や発声法が改善されるだけでなく、顔のたるみや歪み、姿勢改善、誤嚥性肺炎の予防など、身体の健康に効果が期待できます。

★第2・4火曜13:00～14:30
★3か月6回16,500円 10/13～
★事前体験 10/13

New 誰でもカンタンに柔らかくなる！魔法のストレッチ講座

柔軟性改善ストレッチ インストラクター　大村 佳子

痛くない&効果絶大のオリジナルストレッチです。ストレッチの概念が変わります。

★第2水曜14:00～15:30
★3か月3回11,880円
10/14～
★事前体験 10/14

New カサハラ式 足裏バランス改善法（実践編）

カサハラ式フットケア整体亀有　院長（柔道整復師）　加賀 章乃

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、首の痛みや不調も改善できます。

★第1水曜10:30～12:00
★6か月5回13,750円 10/7～

New 五條流日本舞踊 個人

五條流師範　五條 真寿菜

今更…今の時代…伝統文化の稽古事は少し特別？そんなイメージを持たれている方ばひ受講してください。（30分）

★第2月曜17:30～20:00
★3か月3回8,580円 10/12～
★事前体験 10/12

New しょうちゃんちのベビーサイン（基礎）

日本ベビーサイン協会認定リーダー、フィンガーペイントアートクラス認定インストラクター　いけがみ しょうこ

赤ちゃんの“今”が今より もっと楽しめるものになるようにベビーサイン育児を応援サポートしていきます。

★第2金曜10:20～11:50
★6か月6回17,820円
10/9～　よみカル 9/11

New 子どもプログラミング教室

プログラミング教室SOLUR（ソラ）　高橋 梨絵ほか

子どもたちの学習の基礎となる「考える力」を、楽しく育むことを目標とした講座です。

★（小1・2年生）
第2・4月曜17:00～18:00
3か月6回13,200円 10/12～
★（小3～6年生）第2・4月曜18:15～19:45
3か月6回16,500円 10/12～
★合同無料説明会 9/28（月）17:00～18:00（要予約）

New ハッピーカラーマンダラ（午後）

ハッピーカラーリストSACHIKO　幸田 さちこ

幸運を願って鮮やかな色のマンダラを描きましょう。筆を使わないので、絵心がなくても簡単に始められます。

★第1・3土曜
13:00～15:00
★3か月6回17,820円
10/3～　よみカル 9/19

New 初歩からの楽しい水墨画

日本墨画協会理事　笠原 嗣空

水墨画は墨と硯、筆と紙があれば、どなたでも気軽に楽しむことのできるアートです。

★第1・3火曜
13:00～15:00
★3か月6回15,840円
10/6～　よみカル 9/29

New チベット体操

ピラティスインストラクター　野口 恵永

呼吸法に基づきながらおこなう身体ストレッチで、心身エネルギー浄化、活性化を促します。

★第1・3・5木曜14:00～15:00
★3か月7回17,710円 10/1～
★事前体験 10/1

New 朝のリフレッシュヨガ

ヨガインストラクター　土屋 来夢

朝の ヨガは頭と体の目覚めを促し、自律神経を活発に活動できる交感神経に変えてくれます。年齢関係なく出来ます。

★第2・4金曜
10:30～11:30
★3か月6回16,500円 10/9～　よみカル 9/25

New ライアー（竪琴）に親しむ

ライアー奏者　久松 ゆき

ドイツ生まれのライアーは膝の上に乗せて弾く小さな竪琴です。楽器の持ち方から丁寧に指導します。

★第1・3火曜17:15～18:45、19:00～20:30
★各3か月6回15,400円 10/6～

New 座っても楽しめる盆踊り

新英流新英会会主　新英 美紗信

脚力に自信のない方でも腰掛けてお稽古できます。服装も自由ですので、お気軽にご参加ください。

★第1・3火曜11:40～12:20
★3か月6回15,180円 10/6～
★事前体験 10/6

New ～体の不調をおうちで改善～ 免疫力を高める「食養生」

漢方タイリスト・薬膳アドバイザー　さら

どんな食材をどんな風に取り入れたら免疫力が上がり、健康維持につながるのかを学びます。

★第2土曜
13:00～14:30
★6か月6回16,500円 10/10～

New 空海と「易経」

内神道宗家、足利学第一人者　長尾 豊喜

足利学校には国宝の「周易注疏」があり、これは空海が伝授した「周易正義」の注釈本です。日本の易学の原点とされるこの「足利易」の深い世界を身につけます。

★第1木曜13:00～15:00
★3か月3回16,500円 10/1～
よみカル 9/17（第3木）

New パステル&油絵

（一・社）新樹美術協会副会長、アトリエ「麗」主宰　朴 正文

人生の楽しみと夢を求める方、これから夢中になれる何かを求めている方、そんな思いを絵画の世界を通して実現してみませんか。

★第4火曜13:00～15:00
★6か月6回19,800円 10/27～　★通常体験 9/22

New 鉛筆で描く風景画スケッチ

日本美術院　院友　松下 雅寿

自然な風景の写真や資料を基に、室内で鉛筆スケッチをする講座です。旅行先や思い出の風景を作品にしましょう。

★第1・3月曜10:30～12:30
★3か月6回16,500円 10/5～　よみカル 9/21

New SAM（TRF）の Dancing The 美Body 夜クラス

一般社団法人 ダレデモダンス認定インストラクター　Mayu

いつまでも引き締まった美しい体型に過ごしたい全ての方へ。とにかくダンスで汗をかき、楽しみながら美Bodyへ！ 振付までしっかりと学べるクラスです。

★第2・4水曜19:00～20:20
★3か月6回16,500円
10/14～
★事前体験 10/14

New 中高年からの輝くフラダンス

Studio Ka Makani 主宰　渡邊 由美

優雅にそして軽やかに、ハワイアン音楽に合わせて楽しく踊りましょう。

★第2・4月曜13:00～14:30
★3か月6回15,840円 10/12～
よみカル 9/28

New らくらくピアノ® 認定講師養成講座

一般社団法人 全日本らくらくピアノ®協会本部1級認定講師　久田 美恵

大人向けのピアノ指導者を目指す養成講座です。半年～1年程度でらくらくピアノ®認定講師の資格申請が可能です。

★第1・3木曜10:30～12:00
★3か月6回26,400円 10/1～
★無料説明会 9/17
12:15～12:45（要予約）

New ドイツリートの楽しみ

声楽家　中村 仁

ドイツリートの歴史や歌曲で必要なドイツ語発音法を学び、一緒に楽しく歌ってみませんか？

★第2日曜13:00～14:30
★6か月6回17,160円 10/11～

New みんなで挑戦！「クイズで脳トレ」

一般社団法人日本クイズ協会代表理事　斉藤 喜徳

テレビ番組のような「早押しクイズ」が誰でも体験できます。記憶力、ひらめき力、推理力、瞬発力を駆使して誰よりも早く正解したときの爽快感は最高です。

★第2・4水曜15:00～16:30
★3か月6回19,800円 10/14～

New はじめての英会話

森田 澄子

中学レベルの英会話でも大丈夫、日本人講師が丁寧に指導しますので、安心して受講出来ます。

★第2・4水曜19:00～20:30
★3か月6回16,500円 10/14～　よみカル 9/23

New 超入門フランス語会話

山田 好美

まずは発音の基礎からスタートして、挨拶や数の数え方などを学びます。

★火曜17:00～18:00
★3か月12回26,400円 10/6～
よみカル 9/29

New はじめてのロシア語会話

ユリヤ・トゥルバコア

アルファベットの読み方、発音からスタートして、ロシア語会話の基礎を学びましょう。

★第2・4火曜15:00～16:30
★3か月6回17,160円 10/13～　★事前体験 10/13

占い

初めて学ぶ四柱推命

日本・推運学会専務理事
（一社）日本占術協会相談役　清水 誠

四柱推命を基礎から学び、自分や家族の運勢を知り開運方法をみつけましょう。

★第2・4火曜10:30～12:00
★3か月6回15,180円 10/13～　よみカル 9/22

開運気学基礎

全国開聖道学会　日本易学承聖会師範鑑定士
青木 耀令

プロを目指す方への第一歩です。生年月日から宿命・運勢を精密分析し、判断していきます。

★第1・3火曜19:00～20:30
★3か月6回15,840円 10/6～　よみカル 9/29

手相入門～西洋と東洋～

文学博士・人体科学会学術会員　岡田 人鷹

西洋式手相と東洋式手相を中心に運命学・成功哲学なども加え、その他の占術も学んでいきます。

★第3月曜12:45～14:15
★6か月6回15,840円 10/19～　よみカル 9/21

ティーラ版マルセイユタロット入門

占い講師　聖智 ティーラ

タロットカードは心を映し出す魔法の鏡。伝統のマルセイユタロットを可愛くリメイクしました。

★第3火曜18:15～20:15
★6か月6回16,500円 10/20～　よみカル 9/15

よみうりカルチャー北千住　検索
kitasenju@ync.ne.jp
受付時間 月曜～金曜10:00～20:30（土曜～20:00、日曜～18:00）※12月29日（火）～2021年1月4日（月）は休業します

New 初めて募集の講座　公開講座 入金不要・要予約
公開講座の 受 受講料　教 教材費　設 設備費　保 保険料

◆受講料の他に設備費、教材費、保険料、音楽著作権料が必要
◆ほとんどの講座で見学（20分程度無料）、体験（有料）が可能

入会金と受講料お支払い等のご案内

- ●入会金 5,500円
- ●65歳以上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（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）
- ●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。窓口では現金かクレジットカード、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。
- ●2期目以降の受講継続の手続きでは、銀行口座振替（自動引き落とし）もご利用いただけます。

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円で1ポイント）たまります。《早得ポイント》9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。