講座一覧

講座の予約は
お電話やホームページからもできます。

03-3292-8891

よみうりカルチャー荻窪　検索

（表の見方）
NEW は新設講座です。
①③5月10:30/3は第1・3月曜10:30からの講座のことです。
休 1/1 は臨時～日休験可能な講座です。
日程はお問い合わせください。
「満員」は現在満員の講座です。
キャンセル待ちを承ります。
一部の講座を除き、途中入会もできます。
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。お気軽にお電話ください。

入会金と受講料のお支払いのご案内

このチラシに掲載している受講料などはすべて消費税込みの金額です。1dayレッスンで会員料金の表示がない場合は、統一料金です。

よみうりカルチャーは会員制です。
【入会金　5,500円】
70歳以上と小学生以下のお子様は入会金無料
読売新聞購読または購読予定の方には特典があります。70歳以上で読売新聞購読または購読予定の方は、入会金が無料になるほか、受講料割引券1,000円分を進呈いたします。受講料の3か月分以上の前納、増額講座設や通員の修繕、講座運営の環境整備などに充てさせていただきます。教材費、保険料等が必要な講座もあります。

【お支払い方法】
入会金、受講料などのお支払いは、受付またはホームページで承ります。
受付では現金かクレジットカード一括払い、ホームページではクレジットカード一括払いをご利用いただけます。2期目以降の継続手続きは、銀行口座振替(自動引き落とし)もご利用いただけます。

会員特典
ルミネ荻窪5階レストランでの割引やドリンクサービス、読売チケット10%割引、読売旅行が主催販売する旅行代金3%割引など多数あります。詳しくはHPで。

よみカル ポイント
定期講座の受講料(税抜き)200円につき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。たまったポイントは定期講座の受講料のお支払いにご利用いただけます。500ポイントたまると500円を割引いたします。また、競金との交換はできません。

▶▶▶早得ポイント　6月15日(日)まで に初回から継続手続きをされた方に100ポイントをお付けします。

文芸・教養

強い心で生き抜く天風の教え

中村天風財団認定講師 理事　村里 泰由

健康で明るく笑顔の多い人生を誰もが望める、天風の教え。その教えと具体的な方法をお伝えします。

第3火曜13:00 ～ 14:30
3か月3回11,220円
維持費1,155円　7/15 ～　休 1/20

人と人をつなぐコミュニケーション術

公認人材開発協会講師
OES表現技法研究所講師　金子 静子

皆で一緒に楽しく話し方を学んでみませんか。

第1・3土曜15:30 ～ 17:00
3か月6回22,440円
維持費2,310円　7/5 ～　休 1/17

自分らしい朗読を目指して　①③ 月 10:15　満員
古今和歌集をよみとく　① 月 10:30　休 1/19
楽しく知ろう　江戸っ子まなび　① 月 10:30　休 1/19
はじめてのエッセイ　① 月 10:30　休 1/19
百人一首をたのしむ　③ 月 10:30　休 1/19
「古事記」「日本書紀」に親しむ　④ 月 10:30　休 1/19
朗読を愉しみ、本を楽しむ　②④ 月 10:45　休 1/19
川柳おもしろ入門講座　② 月 13:00　休 1/19
句会をたのしむ　③ 月 13:00　休 1/19
歴史の表と裏から日本を知る　① 月 13:30　休 1/19
江戸時代の古文書を読む　①②④ 月 13:15　休 1/19
一からの古文書　③ 月 15:30　休 1/19
朗読セラピー　②④ 火 10:15　休 1/20
NEW シェイクスピアを演じてみよう！　①③ 火 10:30　休 1/20
はんなり短歌　① 火 10:30　休 1/20
こころの俳句　③ 火 10:30　休 1/20
強い心で生き抜く天風の教え　① 火 10:30　休 1/20
「古事記」の魅力　④ 火 13:00
NEW 江戸時代の狂歌・俳諧若の魅力に迫る　① 火 14:00　休 1/20
万葉集入門　④ 火 15:00　休 1/20
宗教と国際政治　① 火 15:30　休 1/20
詩作のあなたの言葉を見つけよう　② 火 17:00　休 1/20
荻窪さんぽん俳句　③ 火 18:30　休 1/20
筆ペンでたのしむ写経と古語　② 水 10:15　休 1/21
エッセイを書こう　④ 水 10:30　満員
近現代文学をたのしむ　① 水 10:45　休 1/21
学び直し大人の国語　①③ 水 13:00　休 1/21
聖武天皇で健康朗読（個人30分）　②④ 水 13:00　休 1/21
もっと知ろう　日本と中国の文化　③ 水 13:00　休 1/21
NEW 音読で楽しく声を磨こう！　②④ 水 13:00　休 1/21
NEW 生老病死の社会学　④ 水 13:00　休 1/21
歌舞伎の楽しみ方　① 木 10:30　休 1/22
朗読でリフレッシュ！　①③ 木 10:30　休 1/22
七十二候と日本の歳時記　④ 木 10:30　休 1/22
源氏物語と和歌　③ 木 12:50　休 1/22
はじめての短歌　① 木 13:00　休 1/22
木曜俳句　④ 木 13:00　休 1/22
読んでみたくなる「絵本・童話」のつくりかた　①③⑤ 木 15:00　休 1/22
NEW シナリオの書き方　①③ 木 15:00　休 1/22
モンゴルの歴史と文化　② 木 15:00　休 1/22
イスタンブールの楽しみ方　② 金 10:15　休 1/23
言葉の紡ぎ方　① 金 10:30　休 1/23
NEW クリエイティブ・ライティングの実践　② 金 10:30　休 1/23
健康寿命を延ばすための朗読　②④ 金 11:15　休 1/23
NEW 和奨式部日記を紐解く　① 金 13:00　休 1/23
とて毎とよく輪から世界を読み解く　② 金 13:00　休 1/23
絵本・物語創作講座　②④ 金 13:00　休 1/23
アナウンサーが教える朗読講座　① 土 10:30　満員
自分に出会う現代短歌　③ 土 10:30　休 1/24
初めて学ぶ神道と仏教　③ 土 10:30　休 1/24
現代イギリス・ファンタジー児童文学の魅力　② 土 11:00　休 1/24
ラジオ朗読劇・ナレーション　①③⑤ 土 13:00　休 1/24
課題の世界史　① 土 13:00　休 1/24
世相を読む「都々逸」　② 土 13:00　休 1/24
NEW ネット感染を民俗学する　② 土 13:00　休 1/24
西洋の美術 より楽しい鑑賞を求めて　③ 土 13:00　休 1/24
原文でたのしむ　知盛卿・頼朝と朝廷の弱代　② 土 13:30　休 1/24
追想 ―間近に見た三島先生　③ 土 15:00　休 1/24
声優養成講座　A ①③⑤ 土 15:00　休 1/24
　　B 17:30
ひとと違う「猫語」の読みかた　② 土 15:20　休 1/24
人と人をつなぐコミュニケーション術　① 土 15:30　休 1/24
「源氏物語」を日英両語で読む　①③ 土 16:30　休 1/24
もっと知ろう イギリスの魅力　① 日 11:00　休 1/25
詩の鑑賞・実作教室　④ 日 11:00　休 1/25
はじめてのマヤ文明と考古学　④ 日 13:00　休 1/25

外国語

やさしい旅行英語と日常会話

東洋大学大学院文学研究科教育学部博攻博士
前嶋深桜様　小野 ゆきテ

英会話に挑戦したいけれど、ネイティブ講師の授業は不安、そんなお悩みのある人向けのクラスです。

第2・4火曜10:30 ～ 12:00
3か月6回21,384円　維持費2,310円　7/8 ～　休 1/20

翻訳家 英語講師　向井 ちぐさ

そして誰もいなくなった

アガサ・クリスティーの作品で最も多く読まれています。中級者向クラスです。

第3火曜13:00 ～ 14:30
3か月3回11,220円 維持費1,155円　7/15 ～　休 1/20

アガサ・クリスティー短編集

ポアロ、ミスマープルの6 編が収められたこの本で世界を堪能しましょう。初級者対象クラスです。

第3火曜14:45 ～ 16:15
3か月3回11,220円　維持費1,155円　7/15 ～　休 1/20

英語

スキルアップ英会話(中～上級)　②④ 月 10:30　休 1/19
ゆっくり英会話(初級)　②④ 月 10:30　休 1/19
自信をつける英会話　②④ 月 12:45　休 1/19
シニアのための入門英会話　毎週 火 10:30　休 1/20
やさしい旅行英語と日常会話　②④ 火 10:30　休 1/20
そして誰もいなくなった　③ 火 14:45　休 1/20
アガサ・クリスティー短編集　(初級A) ③ 火 13:00　休 1/20
中学英語でおとなの会話　(初級B) ④ 火 13:00　休 1/20
NEW パーフェクト英語習プライベートレッスン　①③ 水 14:45　休 1/21
名画「カサブランカ」で学ぶ英会話　②④ 水 14:45　休 1/21
通じる英会話(中級)　毎週 水 15:30　休 1/21
モーニング英会話入門　①③ 木 10:15　休 1/22
エンジョイ英会話(中級)　毎週 木 10:30　休 1/22
ダミアンの英語サロン(中級)　①③⑤ 木 10:30　休 1/22
英会話プライベートレッスン　①③ 木 12:30　満員
ウィッキーさんのワンポイント英会話　①③⑤ 木 14:30　休 1/22
英会話入門(少人数制)　①③⑤ 金 10:30　満員
入門トラベル英会話　②④ 金 10:30　休 1/23
チャッテング・クラス(上級)　毎週 金 12:15　休 1/23
シニアのための超入門英会話(少人数制)　②④ 土 15:00　満員
「プーさん」を原文で読む　① 日 13:30　休 1/25
山本さゆりの洋楽で学ぶ英語表現　① 日 14:30　休 1/25

フランス語

フランス語やり直し(初～中級)　①③⑤ 火 10:30　休 1/20
名作「星の王子さま」をフランス語で読む(中級)　②④ 火 13:00　休 1/20
初級者のためのフランス語会話　①③⑤ 木 10:30　休 1/22
フランス語　はじめの一歩　①③⑤ 木 13:00　休 1/22
NEW 驚こえる！「カタカナ」フランス語の聞きとれるレッスン　①③⑤ 木 15:00　休 1/22
NEW フランス語入門　①③⑤ 土 15:15　休 1/24
土曜日のフランス語　(上級) ①③⑤ 土 11:00　休 1/24
　(初級～中級) 12:45

スペイン語・イタリア語・ドイツ語・ハワイ語

NEW ABCから始めるイタリア語　①③⑤ 月 16:00　休 1/19
Ciao!イタリア語(初～中級)　①③⑤ 水 10:30　休 1/21
午後のスペイン語入門　②④ 水 13:00　休 1/21
ハワイ語＆ハワイアンソング　④ 土 11:30　休 1/24
ドイツ語　2(中級) ①③⑤ 土 13:00　休 1/24
　(初級～中級) 15:00

中国語・台湾中国語・韓国語・ヒンディー語

韓国語入門(月)　①③ 月 10:45　休 1/19
ドラマで楽しく学ぶ韓国語　①③ 月 12:45　休 1/19
韓国語会話トレーニング(初級)　①③ 火 13:10　休 1/20
もっと好きになる台湾中国語(超入門)　②④ 水 10:15　休 1/21
韓国語　入門　③ 水 10:30
　初級　②④ 水 13:00　休 1/21
やさしい中国語会話(中級)　①③⑤ 木 13:00　休 1/22
NEW はじめての韓国語　②④ 木 13:00　休 1/22
中国語　入門　② 金 10:30
　初級　②④ 金 13:00　休 1/23
楽しくヒンディー語　①③⑤ 土 15:00　休 1/24
しっかり学ぶ韓国語初級　①③ 日 10:15　休 1/25

絵　画

自由な画材で描く絵画

二紀会委員（審査委員）　山崎 進

画材は自由に選択できます。技量に応じて指導します。

第2・4木曜13:00 ～ 15:15
3か月6回23,760円
維持費2,508円
7/10 ～　休 1/22

基礎からのスケッチ淡彩

日本美術家連盟会員　清田 悠紀子

鉛筆で写生し、構図、形、明暗などデッサンの基本を学び、透明水彩絵の具で軽く着彩します。

第1木曜14:45 ～ 16:45
3か月3回11,220円
維持費1,254円
7/3 ～　休 1/22

仏画教室　①③⑤ 月 13:00　休 1/19
小さなサイズの風景画　②④ 月 14:00　休 1/19
名画の見方　① 火 10:30　休 1/20
シルクスクリーン　①③⑤ 火 18:00　休 1/20
好きな画材で学べる絵画　①③⑤ 水 10:15　満員
給手紙　1・3 ③ 水 10:30　休 1/21
　2・4 (午前) 10:15
　(午後) 13:00
鳥の描き方(全5回)　② 水 10:30　休 1/21
風景・楽しいスケッチ　②④ 水 12:30　休 1/21
えんぴつで色画　②④ 木 10:30　休 1/22
自由な画材で描く絵画　②④ 木 13:00　休 1/22
ボタニカルアート(木)　②④ 木 13:30　休 1/22
文字で遊ぶ～彩書～　① 金 10:00　休 1/23
気軽にイラスト　④ 金 10:30　休 1/23
はじめての肖像画・似顔絵　② 金 13:00　休 1/23
初めての万年筆画　① 金 14:30　休 1/23
ボタニカルアート(日)　①③⑤ 日 10:30　休 1/25
日曜のスケッチ　② 日 10:30　休 1/25
はじめの楽しい絵画　②④ 日 13:30　休 1/25
写真から描く風景・静物画　① 土 13:30　休 1/24

日本画

これから始める日本画教室　②④ 火 10:15　休 1/20
楽しく学ぶ日本画　②④ 水 13:30　休 1/21
初歩からの日本画　②④ 金 16:00　休 1/23
日曜日本画　②④ 日 13:00　休 1/25
日曜日の日本画入門　①③ 日 13:30　休 1/25

水墨・墨彩画・俳画

水墨・墨彩画　①③⑤ 月 10:15　休 1/19
水墨画・墨彩画で小作品を作ろう(全8回コース)　② 火 10:30　休 1/20
優しい俳画(小野)　① 火 13:00
俳画　(浜野)　②④ 水 10:30　休 1/21
NEW はじめての俳画(中級)　① 金 13:00　休 1/23
俳画(中級)　③ 金 13:00　休 1/23
季節のリース　スタイリング　① 木 13:00　休 1/22

油絵・デッサン

ゆっくり学ぶ油絵　①③⑤ 火 13:30　休 1/20
楽しい油絵　②③ 水 12:50
デッサンと油絵　毎週 木 16:00　休 1/22
油絵・パステル画教室　①③⑤ 金 14:00　休 1/23
じっくりデッサン教室　①③⑤ 金 14:00　休 1/23
初めてのデッサン　①③⑤ 土 13:00　休 1/24
日曜の油絵　①③ 日 10:15　休 1/25

水彩・パステル・アクリル・色えんぴつ

NEW えんぴつ画教室　② 月 11:00　休 1/19
煌めく透明水彩レッスン　①③ 月 13:30　満員
はじめての色鉛筆画　②④ 火 10:15　休 1/20
透明水彩・デッサンを楽しむ　②④ 火 13:00　休 1/20
はじめてのペン淡彩画　①③⑤ 水 13:00　休 1/21
型から始める絵画　～水彩画と日本画のコラボ～　①③⑤ 水 13:00　休 1/21
基礎からの水彩画　①③⑤ 水 15:45　休 1/21
楽しむ色えんぴつ　③ 木 10:15　休 1/22
基礎からのスケッチ淡彩　① 木 14:45　休 1/22
NEW もっとスケッチに透明水彩　②④ 木 10:15　休 1/22
水彩画・アクリル画／絵本・童画・イラスト　(午前) ①③⑤ 金 10:15　休 1/23
　(午後) 13:00
色鉛筆・水彩画教室　②④ 金 10:15　休 1/23
優く水彩＆アクリル画　①③ 金 11:00　満員
水彩・顔彩・パステル　④ 金 13:00　休 1/23
水彩画をはじめよう(金)　②④ 金 15:00　休 1/23
土曜水彩画　②④ 土 10:15　休 1/24
色鉛筆を楽しむ　②④ 土 10:30　休 1/24
パステル・水彩　土　②④ 土 13:15　休 1/24
手軽なすべの水彩イラスト・スケッチ　② 土 15:00　休 1/24

書道・ペン字

女性のためのペン字・かな書道

読売書法会理事 国治会理事　稲葉 淳子

毛筆、万年筆、筆ペン、ボールペン。お好きな道具で日本文化が誇るかな書道を楽しみましょう。

第1・3火曜10:15 ～ 12:15
3か月6回20,460円
維持費2,310円　7/1 ～　休 1/20

美文字に近づく ペン字講座

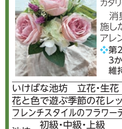
書家　白川 香容

バランス良く文字を書くためのコツを学び、美文字に近づきましょう。

第3火曜13:00 ～ 14:30
3か月3回11,220円
維持費1,155円
7/15 ～　休 1/20

漢字・かな基礎講座(月)　①③ 月 10:30　休 1/19
　②④
漢字・かな・破体書道を楽しもう　②④ 月 13:00　休 1/19
梵字を書く　② 月 10:30　休 1/19
漢字・かな基礎講座(月)　①③ 月 13:00　休 1/19
　②④
やさしい篆刻・篆書　① 月 13:00　休 1/19
実用書道(月曜コース)　毎週 月 14:50　休 1/19
基礎から学ぶ書道(月)　①③⑤ 月 15:30　休 1/19
女性のための ペン字・かな書道　①③ 火 10:15　休 1/20
　②④ 火 13:00　休 1/20
実用書道(火曜コース)　毎週 火 13:00　休 1/20
　①③⑤ 17:50
うまくなる篆書(火)　②④ 火 11:00　休 1/20
NEW 3回完結！筆ペンで上手に名前を書く　① 火 11:00　休 1/20
カリグラフィー　②④ 火 13:00　休 1/20
美文字に近づく ペン字講座(火)　③ 火 13:00　休 1/20
漢字・かな基礎講座(火)　①③ 火 14:50　休 1/20
　②④
月一回の総合書道　④ 火 19:00　休 1/20
かな書道(中村)　毎週 水 10:15　休 1/21
かなと日常の書　(午前)少人数制 ①③ 水 10:15　休 1/21
　(午後) 13:00
実用ボールペン習字　①③ 水 10:30　休 1/21
美しい かな　②④ 水 13:00　休 1/21
隔週ペン習字　②④ 水 13:00　休 1/21
大人のたしなみ ペン字講座(水)　② 水 18:30　休 1/21
月1回の筆ペン　④ 水 15:15　休 1/21
さわやか書道　①③ 木 10:15
　13:15　休 1/22
暮らしに役立つ総合実用書道　②④ 木 10:15　休 1/22
NEW 気軽に通える書道教室(木)　①③ 木 10:30　休 1/22
かな書を楽しむ　②④ 木 10:30　休 1/22
大人のたしなみ ペン字講座(木曜コース)　①③⑤ 木 18:30　休 1/22
王篆を書こう　②④ 金 10:15　休 1/23
初心者からのペン字　①③ 金 11:00　休 1/23
書に親しむ　②④ 金 13:00
　13:00　休 1/23
基礎からゆっくり、大人のペン字　① 金 15:00　休 1/23
初歩から始めるかな書道　②④ 金 18:30　休 1/23
大人のたしなみ ペン字講座(金)　② 金 18:30　休 1/23
月一回の土曜書道　① 土 12:30　休 1/24
暮例・篆書教室　①③⑤ 土 10:30　休 1/24
NEW 写経を学ぼう　②④ 土 10:30　休 1/24
NEW 基礎からの漢字書道　① 土 15:00　休 1/24
飾れる かな書道　③ 土 10:30　休 1/24
週末カリグラフィー　②④ 土 15:00　休 1/24
大人のたしなみ ペン字講座(土)　② 土 15:00　休 1/24
日曜書道　(午前) ①④⑤ 日 10:15　休 1/25
　(午後) 13:00
基礎から学ぶ書道(日)　②④ 日 10:30　休 1/25
気軽に通える書道教室(日)　②④ 日 10:30　休 1/25

生け花・フラワー



カタリーヌ フラワーアレンジメント

カタリーヌフラワー認定講師　平野 雪香

消臭・抗菌に優れた特殊な加工を施したアーティフィシャルフラワーを、アレンジメントなどに仕上げます。

第2木曜13:00 ～ 15:00
3か月3回9,900円
維持費1,155円　7/10 ～　休 1/20

いけばな池坊　立花・生花　④ 月 13:00　休 1/19
花と色でつくる季節のアレッシュ　④ 月 15:00　休 1/19
フレンチスタイルのフラワーデザイン　④ 火 15:00　休 1/20
池坊　初級・中級・上級　②④ 火 18:00　休 1/20
　生花コース
NEW 尻に目の記載から始めるプリザーブドフラワー　④ 木 13:00　休 1/22
気軽に楽しむ草月流　④ 木 19:15　休 1/22
いけばな松花古流　①②④⑤ 木 10:30　休 1/22
未生流いけばな　②④ 木 13:00　休 1/22
季節のリース　スタイリング　① 木 13:00　休 1/22
カタリーヌフラワーアレンジメント　② 木 13:00　休 1/22
フラワーアレンジで花育レッスン　② 木 13:00　休 1/22
花育フラワーアレンジメントレッスン　② 木 15:00　休 1/22
手作りリプリザーブドフラワー　④ 金 15:00　休 1/23
　A 13:00
いけばな　草月流　B 毎週 土 13:00　休 1/24
　C 18:00
初歩からのフラワーアレンジメントのロンドン　② 土 13:00　休 1/24
初歩からのプリザーブドフラワーのロンドン　② 土 13:00　休 1/24
池坊　立花　④ 土 13:00　休 1/24
カジュアル池坊　④ 土 13:00　休 1/24
フラワーアレンジメントのテーブルセッティング　ティーチャーズ　① 土 15:00　休 1/24
NEW 季節のソラフラワー　② 日 10:30　休 1/25

茶道・香道

楽しい煎茶道 テーブルコース（黄葉幽茗流）

煎茶道 黄葉幽茗流家元　三浦 佑晃
　師範代　鈴木 政晃

椅子に座って行うお稽古です。夏には玉露を水で淹れるお手前を楽しみます。初心者でも簡単に学べます。

第2・4水曜10:30 ～ 12:00
3か月6回22,440円　維持費2,508円　7/9 ～　休 1/22

茶道・表千家 (荒木)　毎週 月 10:30　休 1/19
　②④ 月 13:00　休 1/19
茶道裏千家　立礼(月)　④ 月 13:00　休 1/19
はじめての香道 (御家流)　② 火 10:30　休 1/20
テーブルで茶道　裏千家　④ 火 10:30　休 1/20
はじめての茶道　裏千家　A 毎週 水 13:30　休 1/21
　B 16:00
楽しい煎茶道 テーブルコース (黄葉幽茗流)　②④ 水 10:30　休 1/21
茶道・裏千家 (中野)　毎週 水 17:30　休 1/21
立礼で楽しむ香道　① 木 10:30　休 1/22
茶道裏千家　七事式　② 木 10:30　休 1/22
　④
AYU流テーブル茶道　④ 木 10:30　休 1/22
気楽に習める茶道裏千家　②③④⑤ 木 13:00　休 1/22
茶道裏千家　立礼(木)　③ 木 13:00　休 1/22
遠州流茶道教室　毎週 木 18:00　休 1/22
古心流香道～はじめの香りとの出会い～　① 金 10:30　休 1/23
テーブル茶の湯　③ 金 10:30　休 1/23
初心者のための立礼　① 金 13:00　休 1/23
初歩からの茶道　②④ 金 16:30　休 1/23
茶道 大日本茶道学会　①③ 土 10:15　休 1/24
マインドフルネス茶道　③ 土 10:30　休 1/24
男性限定　茶道裏千家　立礼　④ 土 10:30　休 1/24
香道　御家流(入門・初級)　④ 土 10:30　休 1/24
茶道裏千家　立礼(土)　④ 土 13:30　休 1/24
茶道　武者小路千家　①③ 土 14:00　休 1/24
茶道入門・裏千家　②④ 土 17:30　休 1/24
楽しい煎茶道 (黄葉幽茗流)　①③⑤ 土 18:30　休 1/24
裏千家　日曜茶道教室　①②③ 日 10:15　休 1/25
　② 13:30　休 1/25
日曜　茶道裏千家台子稽古　④ 日 10:15　休 1/25
　13:30　休 1/25
初歩からの茶道 (日)　①③ 日 13:30　休 1/25

邦楽・舞踊

楽しく津軽三味線・三味線 (個人)

三味線講師　高宮 絲観

パチや楽器の持ち方からはじめ、童謡や民謡など、さまざまな曲にチャレンジ＆DANCE もおまかせ下さい。1 秒 30 分。

第2・4月曜10:30 ～ 14:30
3か月6回26,400円
維持費2,310円　7/14 ～　休 1/19

楽しく津軽三味線(個人)　②④ 月 10:30　休 1/19
楽しく三味線(個人)　②④ 月 12:30　休 1/19
櫻川流江戸芸かっぽれ踊り　②④ 月 13:30　休 1/19
NEW やさしい長唄　(経験) ①③⑤ 月 12:30　休 1/19
　(個人30分) 13:30
正派西川流日本舞踊　毎週 月 14:00　休 1/19
　(個)
やさしい端唄　(個) ②④ 月 15:30　休 1/19
　(個・三味線)
沖縄舞踊入門　②④ 月 19:00　休 1/19
山田流箏曲 火曜日クラス(個人30分)　①③⑤ 火 10:30　休 1/20
健康のための詩吟　②④ 火 13:00　休 1/20
日本舞踊　藤間流　個人　火曜　①③④ 火 13:10　休 1/20
山田流箏曲 水曜日クラス(個人30分)　①③⑤ 水 10:30　休 1/21
NEW 気軽に楽しく長唄三味線(入門)　①③⑤ 水 10:30　休 1/21
新舞踊市條流　①③⑤ 水 10:30　休 1/21
詩吟　初級　② 水 12:30　休 1/21
　中級　③ 水 13:00　休 1/21
生田宮城流箏曲 (個人)　毎週 水 15:45　休 1/21
長沢会 沖縄三線入門　②④ 水 19:00　休 1/21
須花節をうなってみよう　①③⑤ 木 19:00　休 1/22
洋服で気軽に日本舞踊　②④ 木 19:00　休 1/22
健康的に楽しく踊る盆踊り　①③⑤ 木 10:15　休 1/22
観世流謡曲　初級　毎週 木 10:30　休 1/22
楽しい鼓　①③⑤ 木 10:30　休 1/22
日本舞踊　お座敷舞　①③⑤ 木 12:30　休 1/22
日本舞踊 花柳流　① 木 12:30　休 1/22
楽しい詩吟　②④ 木 15:00　休 1/22
宮廷なしのおこと三絃(個人30分)木曜　①③⑤ 木 15:30　休 1/22
生田宮城流箏曲 (第2・4金曜日)(個人)　②④ 金 10:15　休 1/23
観世流謡曲　中・上級　毎週 金 10:30　休 1/23
はじめての篠笛 (個人)　②④ 金 10:30　休 1/23
観世流仕舞　毎週 金 13:00　休 1/23
日本舞踊 藤間流　個人　金曜　毎週 金 14:45　休 1/23
NEW 詩吟を学ぶ (健友入門)　① 土 10:30　休 1/24
日本舞踊 花柳流　①③⑤ 土 11:00　休 1/24
宮廷なしのおこと三絃(個人30分)日曜　②④ 日 13:00　休 1/25
やさしい尺八 (個人30分)　②④ 日 14:00　休 1/25
楽しい座敷舞　②④ 日 14:45　休 1/25

マナー・おしゃれ

椅子でラクラク！美姿勢&発声で魅力アップレッスン

元宝塚歌劇団 初代宙組組長　大峯 麻友

タカラヅカ流の美顔と発声を取り入れた軽い運動で、アンチエイジングを目指しましょう。

第2・4金曜12:30 ～ 14:00
3か月6回23,100円
維持費2,310円　7/11 ～　休 1/20

NEW 前結び着付け教室　①③ 月 10:15　休 1/19
NEW 学び直し大人のメイク基本のき)　① 火 10:30　休 1/20
月1回の着付け教室　② 火 13:00　休 1/20
大人が知りたいマナーと作法　③ 火 13:00　休 1/20
若さを保つ脳トレーニング　④ 火 13:00　休 1/20
NEW 大人のたしなみマナーレッスン　③ 金 13:30　休 1/23
マナー・礼儀作法＆日本の文化　④ 金 10:30　満員
椅子でラクラク！美姿勢&発声で魅力アップレッスン　②④ 金 12:30　休 1/23
美と健康に　歩き方教室　③ 土 12:30　休 1/24
着付け(入門)　②④ 土 13:30　休 1/24
はじめてさんの着付け講座　②④ 土 15:30　休 1/24
きもの着付け講座　①③⑤ 日 13:00　休 1/25

趣味・暮らし

薬膳の心と体の整え方

国際中医師 薬膳料理研究家　小池 美枝

不調と負け了目からしく元気に過ごすための日々の養生法を、薬膳茶を飲みながらゆったり学びます。

第3金曜10:30 ～ 12:30
3か月3回11,220円
維持費1,155円
7/18 ～　休 1/20

音楽（歌）

～70代から90代の～ 歌と音楽で「フレイル予防」

皇居歌手 食育インストラクター レクリエーション介護士　坂入姉妹

季節の歌や懐かしい歌謡曲を歌います。脳トレ、口腔体操、「第二の脳」といわれる手指の運動などを行い、楽しく健康づくりをしましょう。

第2・4水曜10:30 ～ 12:00
3か月6回18,700円　維持費1,925円　7/9 ～　休 1/20

イタリアを歌う (個人)

声楽家 (ソプラノ)　北園 るみ子

ユネスコ世界無形文化遺産にも登録されたイタリアの伝統的なベルカント唱法で科学的データに基づき、指導します。1 枠 40 分。

第2金曜12:40 ～ 16:00
3か月3回18,150円　維持費1,320円　7/11 ～　休 1/20

歌ってつられてハモりあそびに挑戦　③ 月 10:10　休 1/19
健康寿命をのばすための声と体のトレーニング　①③⑤ 月 13:00　休 1/19
歌声ともしび教室でメンタルアップ！！　④ 火 14:45　休 1/20
～70代から90代の一緒に音楽で「フレイル予防」　②④ 水 10:30　休 1/21
勝手に即興ハーモニー　① 水 12:30　休 1/21
NEW 歌うやすらぎの歌声サロンへようこそ　②④ 水 13:30　休 1/21
歌・うた・歌唱の広場　③ 水 14:30　休 1/21
健康維持の唱歌・抒情歌　毎週 木 10:10　休 1/22
みんなで歌って健康！「楽しい童謡・愛唱歌」　②④ 木 10:30　休 1/22
ポーカルレッスン　②④ 木 12:00　休 1/22
ギター教室(入門)　①③⑤ 木 15:00　休 1/22
夜のヴォイストレーニング　②④ 木 19:20　休 1/22
朝のやすらぎヴォイストレーニング　②④ 金 11:00　休 1/23
楽しいコーラスアンサンブル　②④ 金 13:00　休 1/23
好きな歌で「声」のトレーニング　②④ 金 13:00　休 1/23
歌って楽しくメンタルアップ　②④ 土 11:00　休 1/24
消えゆく童謡唱歌・抒情歌を歌う　②④ 土 12:30　休 1/24
土曜の昼の愛唱歌　②④ 土 13:00　休 1/24
ビートルズ・クロニクル　④ 土 14:30　休 1/24
楽しい日曜日のボイストレーニング　②④ 日 14:45　休 1/25
タフィット 80代の昭和歌謡楽内　② 日 15:00　休 1/25

世界の歌

シャンソン・ポピュラー教室　①③⑤ 月 10:30　休 1/19
オールディーズを歌おう　(増設クラス) ②④ 月 13:00
　14:40　休 1/19
カンツォーネ・シャンソン・ボップスを歌おう　①③⑤ 月 15:30　休 1/19
世界の名曲めぐり　①③⑤ 火 10:30　休 1/20
アカペラコーラスで教会音楽を歌おう　② 火 10:30　休 1/20
懐かしの英語ポップス　②④ 火 10:30　休 1/20
おしゃれにシャンソンを歌う　②④ 火 10:30　休 1/20
シャンソン＆カンツォーネ入門　②④ 火 12:30　休 1/20
「アリアに挑戦」あなたにも歌える　②④ 火 13:00　休 1/20
うたって元気！日本の歌　① 火 14:00　休 1/20
伸びやかな歌声～映画音楽＆カンツォーネ　①③⑤ 火 14:00　休 1/20
ありのまま　ファドを歌う　② 火 14:00　休 1/20
シャンソンで癒やす　② 火 14:00　休 1/20
シャンソンとカンツォーネ　② 火 16:00　休 1/20
ボイストレーニングからオペラアリアまで　①③⑤ 火 16:30　休 1/20
カラオケ＆ミュージカルクラス　②④ 火 17:00　休 1/20
楽しく歌うジャズ　①③⑤ 火 19:20　休 1/20
シャンソンと映画音楽　①③⑤ 水 10:30　休 1/21
カンツォーネと世界の名曲　②④ 水 12:30　休 1/21
シャンソン＆カンツォーネ　②④ 水 15:30　休 1/21
世界の民謡を訪ねて！　①③⑤ 水 18:15　休 1/21
ボイストレーニングからオペラアリアまで　①③⑤ 木 16:30　休 1/22
カラオケ＆ミュージカルクラス　②④ 木 17:00　休 1/22
楽しく歌うジャズ　①③⑤ 木 19:20　休 1/22
シャンソンと映画音楽　①③⑤ 木 10:30　休 1/22
カンツォーネと世界の名曲　②④ 木 12:30　休 1/22
シャンソン＆カンツォーネ　②④ 木 15:30　休 1/22
世界の民謡を訪ねて！　①③⑤ 木 18:15　休 1/22
ボイストレーニングからオペラアリアまで　①③⑤ 木 16:30　休 1/22
カラオケ＆ミュージカルクラス　②④ 木 17:00　休 1/22
楽しく歌うジャズ　①③⑤ 木 19:20　休 1/22
シャンソンと映画音楽　①③⑤ 木 10:30　休 1/22
カンツォーネと世界の名曲　②④ 木 12:30　休 1/22
シャンソン＆カンツォーネ　②④ 木 15:30　休 1/22
世界の民謡を訪ねて！　①③⑤ 木 18:15　休 1/22
ゴスペルアンサンブル　①③⑤ 木 19:00　休 1/22
Jazz Vocal　①③⑤ 日 10:15　休 1/25
　13:00　休 1/25
シャンソン「私のパリ」　①③⑤ 日 14:45　休 1/25
はじめてのドイツリート(歌曲)　②④ 日 13:00　休 1/25

カラオケ

NEW 昭和歌謡ボイトレ　①③⑤ 月 13:00　休 1/19
入門健康カラオケ　②④ 火 16:30　休 1/20
男声歌謡教室　①③⑤ 火 16:30　休 1/20
カラオケテクニッククラス　② 水 16:30　休 1/21
ヒット歌謡ポップス　② 木 14:45　休 1/22
NEW ヒット演歌・歌謡曲　④ 木 14:45　休 1/22
カラオケ初級クラス　②④ 木 16:20　休 1/22
輝く！歌謡レッスン　①③⑤ 木 11:00　休 1/22
「歌のとびら」木曜クラス　②④ 木 13:00　休 1/22
めざせ90点！カラオケ歩人数個別指導　②④ 金 10:30　休 1/23

個人レッスン

カラオケ個人レッスン　①③⑤ 月 17:30　満員
火曜・声楽個人レッスン　①③⑤ 火 10:15　休 1/20
　②④
楽しく歌うための ヴォイストレーニング (個人14:10)　④ 火 14:10　休 1/20
「アリアに挑戦」(個人)　①③⑤ 水 11:00　休 1/21
カラオケ (個人30分)　①③⑤ 木 14:30　休 1/22
楽しい声楽個人レッスン ワークショップ　②④ 火 16:45　休 1/20
カラオケ個人レッスン (増設クラス)　①③⑤ 水 18:30　休 1/21
ポーカルレッスン (個人)　②④ 木 10:15　休 1/22
カラオケ・歌謡曲個人レッスン (40分)　①③⑤ 木 10:30　満員
カラオケパーソナルコーチ (個人30分)　②④ 木 10:30　休 1/22
「アリアに挑戦」(個人)　①③⑤ 木 11:45　休 1/22
歌のプライベートレッスン (個人)　①③⑤ 木 15:00　休 1/22
木曜日のやさしい声楽レッスン (個人)　②④ 木 15:00　休 1/22
ヴォイストレーニング・個人　②④ 金 11:00　満員
イタリアを歌う (個人)　② 金 12:40　休 1/23
月1回の45分集中ヴォイストレーニング (個人)　④ 金 12:40　満員
ヴォイストレーニングと名曲を歌う (個人)　④ 金 13:30　休 1/23
ヴォイストレーニング・個人30分　(1)(3)⑤ (2)(4) 金 14:50　満員
金曜カラオケ個人レッスン　②④ 金 15:30　休 1/23
声楽個人　A ①③⑤ 金 15:20　休 1/23
　B ②④ 18:00
心に