

渡辺 三絵子 講師作成の塗 り絵で絵具の着 彩を体験しなが ら、花びら、葉 の書き方を学び、 作画のコツを身

Q

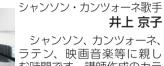
こつけます。 ◆第2・4水曜14:00~16:00 3か月5回17,875円 維持費1,870円 教材費 1,200 円~ 10/22 ~

#### ~3つの編み方を覚えるだけ~ かわいいあみぐるみ

手芸作家 くわはら けいこ 小さいサイズから大きいサ イズまで、基本を押さえれば チャレンジしやすい編み物で



# 笑顔でシャンソン・カンツォーネ



ラテン、映画音楽等に親し む時間です。講師作成のカラ オケと生演奏で往年の名曲を 歌って、楽しく和やかな時間 を過ごしませんか。

◆第1・3月曜13:00~14:30 3か月6回27,150円 維持費 2,244 円 教材費 132 円 10/6 ~

タンカ!タンカ!短歌! 歌人・東京家政大学非常勤講師 吉野 裕之

実作と鑑賞を通して、短歌の 表現技法を基礎から学ぶととも に、日本語や日本文化のすばら しさを再発見していきます。 ◆第2日曜10:30~12:00 6か月6回19.800円 維持費 2,112 円 10/12~



専用のペンを使って美 Thank しいアルファベットを手書きしていきます。まず はペンの使い方から基本 の書体を学んでいきます。

◆第1月曜18:00~20:00 6か月6回20,625円 維持費 2,244 円 10/6~

#### ~タブレット・PC で描こう~ はじめてのデジタルイラスト

イラストレーター 小塚 類子 キャラクターからリア 、ルタッチまで、身近な画材、 タブレットや PC でイラス りを描いてみませんか。

◆第3金曜  $15:00 \sim 17:00$ 3か月3回9,900円 維持費 1,122 円 10/17 ~

#

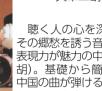
#### 戸塚刺しゅう 戸塚刺しゅう協会師範 有住 昌子

ステッチの豊かさと立 体感のある美しい色彩が 特徴です。基礎的なス テッチから応用まで、わ かりやすく指導します。

◆第 1・3・5 木曜 13:30 ~ 15:30 3か月6回20,625円 維持費 2,244 円 10/16~

#### やさしい二胡(入門・初級)

天華二胡研究会講師 高橋 愛



聴く人の心を深く捉えて、 その郷愁を誘う音色や豊かな 表現力が魅力の中国胡弓(二 胡)。基礎から簡単な日本・ 中国の曲が弾けるまでを指導 していきます

◆第 1・3 木曜 18:45 ~ 20:15 3か月6回23,760円 維持費 2,244 円 教材費 132 円 10/2~

# 旅する城

歴史紀行家 小林 祐一 日本国内の城郭や城



郭跡を 1.100 カ所以 上探訪した講師が、地域や情勢によって異なる 城の性格などを体験を踏まえてお話しします。 ◆第2月曜13:00~14:30

6か月6回19,800円 維持費2,112円 教材費 990 円 10/13 ~

# やさしいイスヨガ

作業療法士 イスヨガ講師 松本 牧絵 イスに座ったままできるやさしい ヨガです。深い呼吸で気持ちよく動 き心と体を整えましょう。シニアや 体力に自信がない方でも安心してご 参加いただけます。

◆第2・4月曜14:00~15:00 3か月6回19,800円 維持費 2,244 円 10/13~

表の見方 ◆①③月は、第 1・3 月曜を意味します

# ドイツ語入門

洋学史学会会員 渡辺 政弥 大森はジャーマン通りで有名 な様に、ドイツとは縁が深い町 です。ゆっくりじっくりドイツ

語を学びましょう。 ◆第2・4火曜16:30~17:30 3か月6回21,120円 維持費 2,112 円 10/14~

## スティーブン先生の やさしい英会話(初級)

よみうりカルチャー講師

スティーブン スペンサー 日常会話を中心に基礎的な 英会話を学ぶクラスです。リ スニングを中心に、英語に親 しむ習慣を身につけましょう。

◆第 2・4 水曜 10:30 ~ 12:00 3か月6回20,592円 維持費 2,112 円 10/8~

#### 健康マージャン

マージャンカフェ楽 主宰 白井 新悟



テーマは「心も体も健康に」。 マージャンは指先と頭を使う知 的ゲームです。実践をとおして、 レベルアップを目指しましょう。

◆第 1・3・5 木曜 13:30 ~ 15:00  $15:20 \sim 16:50$ 3か月7回24,062円

#### 維持費 2,464 円 10/2 ~ 常磐津

常磐津節演奏家 常磐津 千寿太夫 歌舞伎と共に育ち現在ま

で続く常磐津節。三味線と 太夫といわれる語り手が 様々な物語を、語り(唄)、 セリフ、音で表現します。 ◆第1・3火曜13:00~14:30

3か月6回23,100円 維持費 2,244 円 10/7~

#### シニア世代のダンスエクササイズ 宝塚歌劇団出身



生活に活かす書道

楽しいカリグラフィー

月に一度の書道教室

新 寄席文字を楽しむ

美しいペン字・小筆教室

美しい文字を目指す書道

土曜カリグラフィー

週末書道

日曜書道

デザイン&アート書道

カントリーラインダンス

プアナニ高橋のハワイアン・フラ

シニアのためのタップダンス入門

大人のためのクラシックバレエ

新 はじめての大人チアダンス

月 1 回 50 歳からの K-POP ダンス

青春歌謡ダンス

社交ダンス

社交ダンス(初級)

腰掛タップダンス®

魅惑のベリーダンス

金曜夜のフラダンス

タップダンス

とんぼ玉講座

シャドウボックス

グラスリッツェン

カービング (上級)

満 金継ぎ

七宝焼

仏像彫刻

満 金継ぎ入門

満 漆芸入門

初歩から始めるやすらぎの陶芸

表装入門~掛け軸・屏風~

はじめてのカービング

新 初めての籐かご編み

フルーツ&ソープカービング

夜のタップダンス

はじめてのバリ舞踊

鳴上 順のジャズダンス

50 歳からの K-POP ダンス

夜のペン字教室

夜の本格書道教室

かな・実用書道・ペン字(角谷教室)

総合書道・美文字になるペン字(フレックス制)

ダンシング

バレエのためのコンディショニング ①3⑤月13:00

アクティブシニアのジャズダンス ①35金13:30

新朝のディスコダンス&ストレッチ ②④土10:30

満 懐かしのディスコダンス&ストレッチ ②④土13:00

カントリーラインダンス ビギナークラス ②④日10:30

練上(練り込み)陶芸を楽しむ(月1回) ④火13:45

古木明美の紙バンドで作るはじめてのかご編み ④金13:00

山葡萄で作る一生ものの手作りかごバッグ ②日13:00

日常に生かせる筆ペン・ペン字

鳴上 順 マットやイスを使った ストレッチで丁寧に体をほ ぐし、ジャズダンスやいろ いろなダンスの要素を取り 入れたエクササイズで楽し く体を動かします。

①3月16:00

①③火10:30

①③火10:30

④火13:00

②火19:00

木13:00

②4火19:00

②4火19:00

②④木15:00

①③金10:30

①3 ± 10:30

①3 ± 18:00

①3日10:30

月 13:00

②4月13:00

①3月15:00

①③火15:00

①③火19:00

②4本14:15

①③木14:30

②④木15:30

①3木19:00

①3金15:00

②金14:45

①3 ± 13:00

①35±18:15

②4)±18:30

②4月10:30

②④火10:30

②④火13:45

①3/57k 10:30

①③水12:30

①木10:30

①木10:30

③金10:10

③金10:10

③金12:30

①金13:00

②±14:15

 $3 \pm 15:30$ 

①3(5)金13:00

金19:00

 $\pm 10:30$ 

 $\pm 19:00$ 

水14:00

木12:50

②±10:30

①月18:00

火10:30

火10:30

◆第1・3木曜10:30~12:00 3か月6回19,008円 維持費 2,244 円 10/2~

書道・ペン字

## 仏像彫刻

から草会講師 田中 慎二

鎌倉時代から仏師の間で伝わる 正しい基本刀法から始め、仏足、 ― 仏手、仏面、仏頭と段階を踏んで 修行していきます。 ◆第1・3・5金曜

 $13:00 \sim 15:00$ 3か月6回23,100円 維持費 2,244 円 10/3~

### 山葡萄で作る一生ものの 手作りかごバッグ

アトリエ月 かご作家

幸脇 麻由子 国産のヤマブドウを 素材に、初心者の方は 網代編みのかごバッグ から製作します。 ◆第2日曜

 $13:00 \sim 17:00$ 3か月3回18,150円 維持費 1.122 円 教材費 44,000 円~ 10/12 ~

#### バレエのためのコンディショニング IS スタジオダンスイン

バレエの技術に必 要なコンディショニ ングのクラスです。 リラックス、ストレッ チ、筋トレにより、 細く強くしなやかな体に。個別のプログラム

田中 有紀子

員に特典いろいろ

でバレエの体を作ります。 ◆月曜 13:00 ~ 14:30 3か月12回36,960円維持費4,488円

教材費 264 円 10/6~ ◆第1・3・5月曜13:00~14:30 3か月6回18,480円維持費2,244円

教材費 132 円 10/6~ ◆第2・4月曜13:00~14:30 3か月6回18,480円維持費2.244円 教材費 132 円 10/13~

### 日本舞踊・花柳流

日本舞踊花柳流師範 花柳 寿々美緒

日本舞踊の中の端唄・小 唄振りや手ほどきの小曲か 5 長唄・清元などの日本 を代表する舞踊まで一貫し てお教えします。 ◆水曜 13:00 ~ 15:00

3か月12回41,250円 維持費 4,488 円 10/1~ ◆第2・4水曜10:30~12:30 6か月12回42,900円 維持費 4,488 円 10/8

#### 画 俳画優美会主宰

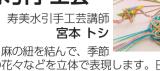
四季変化の情感を略筆 で表す俳画は、わび、さ びといった余情が感じら れます。色紙、はがきな

どにすぐに描ける楽しさ を学びます。

◆第2月曜10:30~12:30 ◆第2火曜10:30~12:30  $13:30 \sim 15:30$ 

各6か月6回21,450円 維持費2,244円 教材費 500 円 10/13 ~ 10/14 ~

## 水引手工芸



の花々などを立体で表現します。日本独特の 水引の概念を越えた新しい手芸です。 ◆第2金曜13:30~16:30 3か月3回14,850円 維持費1,122円 教材費 1,000 円~ 10/10 ~

#### 青春歌謡ダンス ~懐かしの名曲で踊ろう~

レイアダンススタジオ主宰 河野 麻耶 懐かしい名曲に合わせて、一緒

に笑顔で踊りましょう。青春時代 を思い出しみんなでステップを踏 めば、心も体もリフレッシュしま

◆第1・3火曜15:00~16:15 3か月6回19,800円 維持費 2,244 円 教材費 132 円  $10/7 \sim$ 



紅茶講師 国内外紅茶ツアー同行講師 平原 麻子 世界のティータイム文 化を巡る旅へ。紅茶のい

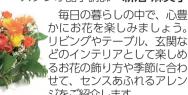
世界紅茶紀行

れ方、産地や歴史など、 基礎知識も学びます。 ◆第4月曜 13:30 ~ 15:00 3か月3回9,900円 維持費 1,122 円

動画

#### 教材費 4,290 円 10/27 ~ スタジオ品子の フラワーアレンジメント

スタジオ品子主宰・監修 スタジオ品子講師 新沼 麻美子



◆第1水曜13:00~14:30 6か月6回20,625円(基礎科)

維持費 2,244 円 教材費 2,200 円~ 10/1~

こいい振り付けをベースに簡単 で楽しく覚えられるようにアレ ンジした振り付けで踊ります。 ◆第2金曜14:45~16:15 3か月3回9.900円

維持費 1,122 円 教材費 66 円 10/10 ~



#### ジャイアンツ ヴィーナスダンススクール 読売巨人軍公式マスコットガール「ヴィーナス」OG 講師陣

踊る楽しさを感じながら、リズム感や体力、柔軟性を高め、協調性を育みます。東京ドー ムなど、ジャイアンツ公式戦では臨場感あふれるグランドに立って踊ります。

◆火曜 16:50 ~ 17:50 リトル1 (小1~小3) 18:00~19:00 リトル2 (小4~小6) 3か月12回26,400円 教材費264円 維持費 4,224 円 10/7~

◆火曜 19:15 ~ 20:45 ジュニア (中高生) 3か月12回33,000円 教材費264円 維持費 4,620 円 10/7~

◆水曜 15:30 ~ 16:30 キッズ(3 歳~未就学) 16:30~17:30 リトル1 (小1~小2)

17:30~18:30 リトル2 (小3~小6) 3か月13回28,600円 教材費286円 維持費4,576円 10/1~ ◆土曜 15:50 ~ 16:50 リトル 1(小 1 ~小 3)

17:00~18:00 リトル2 (小4~小6) 3か月13回28,600円 教材費286円 維持費4,576円 10/4~





スポーツ・健康

※別途スクール登録料がかかります。

# TEL.03 • 5471 • 6311

文芸・教養 ②月13:00 ②月14:30

旅する城 ゼロからはじめる俳句教室 仏像のひみつ ②月15:00 満 ぶひぶひ絵本塾 ①月15:30 「老いと死」について考える ①火10:30 お写経(般若心経)と仏教のおはなし ②火13:00 古文書入門~江戸の町と暮らしを知る①③火18:30 満外 ご一緒に 江戸っ子あるき ④水10:00 久米小百合の「バイブルカフェ」 ①水13:00 外 古地図アプリで歩く江戸 ②zk 13:30 はじめてのドラマリーディング ②④水13:30 満 日蓮聖人を読む(オンライン) ①水18:00 妖怪学入門 ②水19:00 源氏物語入門 ②木10:30 満朗読・語り ③木10:30 語り朗読講座 ②4木10:30 たのしい朗読 ②④木13:00 ③木13:00 オペラの楽しみ 俳句(德田教室 ②④金10:30 句(今瀬教至) ③金13:00 ④±10:00 外 名庭園探訪 外 訪ねて、見て、知る、文化遺産探訪 ①土10:30 外 東京の寺めぐり ③±10:30

タンカ!タンカ!短歌! ②日10:30 新 暮らしに役立つ法律のお話 ①日14:00 外国語 ※クラスのレベルは問い合わせください ①③火11:20 新 基礎英会話(個人レッスン) バーブ・ヒロコ流英会話プライベートレッスン ①③火 14:45 ②④火16:30 ドイツ語入門 やさしく学べる韓国語中級 水10:30 スティーブン先生のやさしい英会話(初級) ②④水10:30 スティーブン先生のかんたん英会話(初級)①③⑤木14:00 新 はじめての台湾中国語(超入門) ②④木14:15 月 1 回シチュエーション別韓国語 ①木11:00 月1回韓国語超入門 ③木11:00 満 韓国語プライベートレッスン ②4金10:30 土曜朝の韓国語初級 2 ②4)±10:30 ニュースで学ぶ最新英語 ①3日10:30

川崎センター募集講座 JR 川崎駅ビル 「アトレ川崎」 5 階 <sub>い込み・問い合わせ〉</sub> TEL 044・221・5590 1 day 20 年ぶりの新シリーズ 「あいことばはあらしのよるに」出版記念

きむらゆういちトークイベント

絵本・童話作家 きむら ゆういち 俳 優 渡部 豪太 オオカミとヤギの 🥡 友情を描いた、シ🥡 リーズ累計発行部数 380 万部を誇るロン グセラー絵本「あら

しのよるに」シリー 🌌 ズの20年ぶりの新刊発表を記念した講演 会。「あらしのよるに」の誕生秘話から新作 絵本の制作秘話まで、奥深いエピソードが満| 載のトークイベント。俳優・渡部豪太さん(音 楽劇「あらしのよるに」オオカミ・ガブ役) の朗読、二人の対談、絵本販売とサイン会な ど内容盛りだくさんの楽しいイベントです。

◆ 11/16 (□) 13:30 ~ 15:00 3.960 円 維持費 220 円 読売新聞東京本社 3 階 新聞教室(大手町駅 C3 出口直結)

水墨画 ①35月13:00 ②月10:30 ほのぼのパステル画&色えんぴつ ①③⑤月10:30 はがきに描く透明水彩スケッチ入門 ③月13:00 日本画の素描術 ④火13:00 ②火 10:30 13:30 水彩画はじめの一歩 ②④火13:30 月1回気軽に描く水彩画 ④火13:30 外 平日に水彩スケッチに出かけましょう②火13:00 新 水彩油絵 4)zk 10:30 ②④水14:00 ぬり絵から始める花の水彩画教室 ②水14:00 水10:15 水曜油絵 四季を楽しむボタニカルアー ①③水13:00 煌めく透明水彩レッスン ②④木14:00 描ける&飾れるアクリル画 ②④木14:00 ①木10:15 絵手紙 はじめてのチョークアート ③木10:30 | 四気軽に巴鉛聿囲 )金 10:30 月1回楽しい水彩色鉛筆画 ④金10:30 4金13:00 曼荼羅お絵描き 手描きがかわいいプチイラスト ④金14:45 仏さまを描く(仏画) ②4金13:00 はじめてのデジタルイラスト ③金15:00 土曜油絵  $\pm 10:15$ 

淡彩 スケッチ入門	③±10:30
がき絵・扇面画入門	②土13:00
手紙	②±18:00
絵を描こう	②④日12:40
1 回気軽に始める絵画入門	④⊟12:40
ひと」を描く	①③日10:30
手 芸	
敵なお繕い ダーニング	②火10:30
みもの	①③⑤火10:15
じめてさんのマクラメ編み	③火10:30
まみ細工	③火13:00
成人式・七五三につまみ細工のかんざしを	作ろう ③火 13:00
裁工房	②④火13:00
こぎん刺し~ハリノヲト~	④火13:00
じめてさんのかぎ針編み	③火13:30
呂刺し」の楽しみ	②水10:30
毛フェルトのオリジナルドール	①3⑤水10:30
じめての洋裁	①③水10:30
物リメイク【3 時間コース】	③水 13:30
国の針仕事「ポジャギとヌビ」	③水 13:00
韓国刺しゅう	③水13:00
本刺しゅう	①③⑤木10:15
編み工房	④木10:15
marshell のニッタオル&ニッポーラ	チ教室 ①木13:00
わいいあみぐるみ	④木10:30
りがみ教室	②④木13:00
塚刺しゅう	①③⑤木13:30
ティングレース	①金10:15
引手工芸	②金13:30
面 (和11%)	1/20 ± 12:00

ツティングレース		① <u>亚</u> I	U: I:
水引手工芸		②金1	3:30
剪画 (切り絵)		①③±1	3:00
	料理		
世界紅茶紀行		④月1	3:30
新 食べてととのう、	ゆるっと薬膳	狄編 ①火1	3:30
香りと味を楽しむ台	湾茶	④水1	3:00

月1回はじめての油絵 ③±10:15 月2回はじめての油絵 ①③±10:15 ④±13:30 パステルで絵を描こう! 00 40 30 00 0030 30 30 30 00 В

タティングレース	①金10:1
水引手工芸	②金13:3
剪画(切り絵) (1	③土13:0
料理	
世界紅茶紀行	④月13:3
新 食べてととのう、ゆるっと薬膳 秋編	①火13:3
香りと味を楽しむ台湾茶	④水13:0

マナー・おしゃれ 20 土曜・着つけ教室  $(1)(3) \pm 12:20$ <昭和100年>知られざる「日ソ戦争」の真実

> 面戦争である日ン戦争。読売·吉野作 造賞、司馬遼太郎賞を受賞した成城 大学法学部の麻田雅文教授が東ア

◆3回11,550円(会員9,900円) オンライン8,250円 1回3,850円(会員3,300円) オンライン2,750円 各維持費3回660円 1回220円 ともに1週間のアーカイブ配信付き ◆会場:読売新聞東京本社13階 ABC会議室



満 シニアのためのピアノ 135水10:20 やさしいウクレレ 247k10:30 楽しいフルート 2(4)7K14:30 午後のピアノ 247k17:30 満 リコーダーと楽しもう! ①③木13:00 新 好きな曲でピアノレッスン ②④木13:00 135木16:00 夕方から夜のピアノ シニアのためのピアノ 135金10:20 アコーディオン ①3金13:00 イングリッシュ・コンサーティーナ ①③金13:00 金曜日のピアノ・こどもピアノ ①3金14:30 今さら聞けない楽譜の読み方 ①③金14:30 栄しいヒアノレツスン 心で歌う声楽 ①3 ± 10:30 はじめてのジャズピアノ ①3(5) H 10:10

満 低中音域のヴォイストレーニング①3⑤日10:10

135 日 10:10

満 歌声・話し声トレーニング

	0000100
麗しのオカリナ・やすらぎのクラリネット・新しいEWI(イー	ウィ) ②④日 13:00
新 はじめてのピアノ弾き語り	135 13:15
生きるための声と心のセミナー	135 日 13:15
趣味・暮らし	,
女性のための麻雀入門講座	①3月10:15
たのしい数秘術入門	③月13:00
鉄道のある風景を撮る(鉄道写真入	門) ④月13:15
外 花の鎌倉・坂道ウォーク	①火10:30
<b>港州 土江戸グリッウェーキング</b>	①水10:00
満外 大江戸グルメウォーキング	②水10:00
<b>港が</b> 土江東が川ノウ・・キング・フン・	, 』 ③水10:00
満外 大江戸グルメウォーキング・アンコ	リール ④水10:00
満外 ぐるり山手線 30 駅の旅	②水10:30
新 大人のためのそろばん教室	②④水10:30
外 四季の鎌倉・自然散策	①木10:30
満外 東京のお菓子を歩く	④木11:00
/#== >\\\.\\\.\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	13:30
健康マージャン	①③⑤木 15:20
生活に役立つ実践手相	①金10:30
新 タロット占い入門	①金12:00
星ホロスコープが語る西洋占星術	①金13:30
写真教室	①③±13:00
外 四季の鎌倉・自然散策	①日10:30
+ O   1.06=142	<b>ΩΠ12.20</b>

新 タロット占い入門	①金12:00
星ホロスコープが語る西洋占星術	①金13:30
写真教室(	①③土13:00
外 四季の鎌倉・自然散策	①日10:30
たのしい腹話術	①日13:30
新 大人の手作りロボット (	2.4 日 15:30
茶道・生け花・フラ!	7—
	①3月18:00
新はじめての茶道	①火13:00
いけばな小原流(初級・中上級)	13:30 18:00
スタジオ品子のフラワーアレンジメント (基礎科・自由科	(13:00 小水)
マミフラワーデザイン	②水18:00
茶花	④木10:15
テーブルセッティング&フラワーアレンジメン	ト①木10:30
ドライフラワー花教室	②木10:30
草月はなのアトリエ(初級・中上級)(フレックスタイ)	4制)金16:30
月1回の楽しい生け花	①±13:30
月に 1 度のテーブル煎茶教室(愛茗流)	③日10:30

( 音楽(グループレッ)	スン)
加藤おさむの歌謡教室	①3月10:15
日本の歌	②4月11:00
笑顔でシャンソン・カンツォーネ	①3月13:00
女性専科・楽しくカラオケ!	②4月13:00
声と健康・ボイストレーニング	①3月15:00
木の笛のやさしい音色「コカリナ」	①③火11:00
新 宝塚ソングを歌いましょう	②④火13:00
楽しいオカリナ・初級	①③火13:15
大人のためのやさしいギター	火15:00
歌うサロン	水12:30
日本語で歌う世界の名歌	①③水14:1!
満 ハーモニカを楽しむ	①③水15:30
新 声楽グループレッスン	②④水15:00
久米小百合さんと歌う「スペシャル合唱団」	②④水18:30
ゼロから始めるウクレレ教室	②④木10:30
はじめてのカリンバ	①③木12:1!
西島三重子と歌う、あの歌この歌	②④木12:1!
ポップス&演歌教室	②④木14:00
あなたのためのカラオケ	②④木16:00
やさしい二胡(入門・初級)	①③木18:4!
(ギター)	18:4
ボサノヴァ(ヴォーカル)	①③木19:4!
(ヴォーカル&ギター)	18:4!
シニアから始める!ピアノ名曲レッスン(少人数制)	
楽しいコーラス	②④金13:30
五城美穂の楽しもう!カラオケ	①③金14:30
ゼロから始めるウクレレ教室 <sup>〈</sup> 初級〜中級〉 〈入門〉	(2)(4) + 10:30
(入門)	12:30
楽しく POPS バンド・アンサンブル	
新はじめての音楽制作入門	①③±15:00
	○ ①日10:10
シニア向け・童謡唱歌をたのしく歌おう(少人数制)	
シニア向け・童謡唱歌をたのしく歌おう (少人数制) キーボードで楽しく!らくらくピアノレッス 魅惑のシャンソン	ン ④日10:30 ②4日13:00

楽しく POPS バンド・アンサンブ	ル ①③土13:00
新 はじめての音楽制作入門	①③土15:00
シニア向け・童謡唱歌をたのしく歌おう(少人数	制) ①日10:10
キーボードで楽しく!らくらくピアノレッ	スン ④日10:30
魅惑のシャンソン	②④日13:00
邦楽・舞踊	
イス席で楽しむ・生田流お琴	①35月12:00
尺八	②④月18:30
漢詩の世界を詠ず	②④火10:30
常磐津	①③火13:00
地唄舞	火15:45
健康的に楽しく踊る盆踊り	①③水10:30
日本舞踊・花柳流 (個人)	②④水10:30
口个好明·10秒加	水13:00
(唄)	15:30
粋な江戸文化 端唄入門(三味線)	②④水16:30
(両稽古)	15:30
しの笛	①③木10:30
詩吟	②④木13:00
はじめての能囃子・小鼓	①③金13:00
高輪派・清元教室	金15:00
はじめての小鼓	②④±10:30
長唄・三味線 <sup>(両稽古)</sup> (三味線)	土13:00
ふるさとを唄う〜民謡・及川教室	土15:30
日本舞踊・紫派藤間流	⊟15:00
口个好叫 *	②④日15:00
キャリアアップ・実務	

#### 新 からだにやさしいめぐる気功 月10:30 楊名時八段錦・太極拳 ①③月10:30 女性のための東洋医学サロン ②4月10:30 ②4月14:00 やさしいイスヨガ リラックスして若返るピラティス&ヨガ 月2回月18:30 満 中高年からのやさしい筋トレ 火10:20 新 中高年からのやさしい筋トレ (②4)隔週クラス) ②4)火11:40 やさしい広池ヨーガ ①35火10:30 新 カラダとココロを整える美しい歩き方 ④火10:30 やさしいバーオソルピラティス ①③火11:45 女性のための「護身術」 ①35火13:00 足腰鍛えるらくらく健康体操 火13:30 水10:15 楽しいピンポン 中高年の音楽体操 水10:30 ヨーガ&呼吸コントロール ①3水18:30 水19:00 合気道 やさしい広池ヨーガ ②④木10:30 シニア世代のダンスエクササイズ ①③木10:30 100 歳まで元気!体刀維持教至 大人の女性のウォーキングエクササイズ ①③⑤木13:00 ピラティス ①③金10:30 いきいき元気健康体操 金11:30 楽しく学ぶホームヨーガ 金12:00 ストレッチ&骨盤底筋ケア ②④金14:00 リズミック・カンフー入門 金18:30 神道夢想流杖道入門 ②④±12:45 月イチゆらぎストレッチ ②±15:45 十曜・空手道 $\pm 16:40$ 痛み解消体操 エゴスキュー ①3日10:30 新日曜の朝に、心とカラダを整えるお灸時間 ②日10:30 戸隠流忍法 ②4日13:00 **⊟16:00** 八極拳 リアル合気道 ②④日16:15 ジュニア

#### 新<sup>キッズダンス・ミュージカル(ジャズ&バレエ)A(4歳~小3)</sup>月 16:45 17:30 新 学生時代に身につける書道 ①3月17:10 ① 3 火 17:00 ジュニアギター ②④火17:00 リトル (小学生) 火 16:50 リトル (小学生) 火 18:00 ジュニア (中高生) ジャイアンツ ヴィーナスダンススクール キッズ (3歳~未就学) 水 15:30 リトル(小学生) 水16:30 水17:30 リトル (小学生) 満 たのしいそろばん教室 zk 17:00 こどもの生け花・草月流 ①③金15:30 月1回のこどもの生け花・草月流 ③金15:30 土10:30 こどものタップダンス ②4 ± 10:30 新 右脳を鍛える! ジュニアそろばん教室 ①③⑤士 10:30 こども将棋教室 $13\pm13:00$ 満 KODOMO アトリエ ②4 ± 15:30 こども空手 土15:40 ジャイアンツ ヴィーナスダンススクール リトル (小学生) 土 13.30 新 こども週末書道 ①3 ± 18:00 満 おもしろ科学実験塾 ①日13:00 FI 14:30 手ほどきこども日本舞踊

# お申し込み・お問い合わせ 03-3642-4301

国立劇場 9月歌舞伎公演 イヤホンガイドと ブログラム付き ブログラム付き 仮名手本忠臣蔵 歌舞伎名作入門と題して、 人間国宝·中村梅玉をはじめ とした豪華な出演者で上演 決定!正に至芸といえる、必見

の公演です。 ◆9/14(日)13:00開演 ▲出演:中村梅玉・中村鴈治郎・中村扇雀ほか ◆9,820円(会員9,320円)(一等席) ◆会場:新国立劇場 中劇場(東京·初台)

今、あらたな伝説がはじまる!『コ イン』が50年の時を経て、日本特別来日2 演決定! 2024年に英国で大成功を収めた 新・演出版。アダム・クーパー出演! 公演前の 見どころ解説付き。 ◆9/17(水) 10:20集合(レクチャー会) 13:30開演

A COMMAN

~現代東アジアの原点を探る~ 1945年8月から9月上旬まで満洲・朝鮮半島・南樺太・千島列島

ジアの現代史の起点として、日ソ戦 古野作歌覧 争を3回にわたり考察します。ナビゲ ーターに読売新聞の前田啓介記者。

トークショー 新井素子と桑原水菜が誘う

家の新井素子さん、桑原水菜さんをゲストに迎え、コバルト 執筆の裏話や他の作家との交

蔦屋重三郎から その後の浮世絵と江戸戯作 江戸文化研究執筆家 櫻庭由紀子

手話教室(応用)

賞状書士養成講座

ラッピングコーディネーター

蔦屋重三郎から先の 江戸の出版界はどのよう に変わっていくのでしょ うか。その後の耕書堂と、 京伝、馬琴、北斎、歌麿と、 次世代作家たちの活躍 と戦いを追います。

◆3.850円(会員3.300円) ともに1週間のアーカイブ配信付き

美術史·科学史研究家 松本佳子 ーナー作「雨、蒸気、速度 グレート・ ウエスタン鉄道」を取り上げ、そこに描 かれたものから、蒸気 機関と蒸気機関車の

絵画で読み解く科学の歴史

歴史と科学をひも解き、絵画の秘密にも迫 ります。美術史の専門 書では得られないユ -クな内容です。 ◆3,850円 維持費220円

京都国立博物館主任研究員 末兼俊彦 ◆10/11、11/8、12/13(いずれも士) 各回11:00~12:30、 14:00~15:30 ◆各回3,850円 維持費

小中学生のための本格書道

ロボットを作ろう!

330円(3回分まとめ払いの定期受講も可。お問 い合わせください) よみカル

日本刀講座

講座は ONLINE 255⇒

刀剣マスター末兼俊彦の

②4 日 14:30

②4日15:30

③日15:00

クチャー会付き ◆会場:東京建物 Brillia HALL(東京·池袋) レクチャー会:としま区民センター(同)

◆18,000円 S席と公演プロデューサーレ

で行われた第2次世界大戦最後の全

◆10/4、11/1、12/6(いずれも土)各回14:00~15:30

『コバルト』の世界 1980~90年代、思春期の少女たちを読書のとりこにし 「コバルト文庫」。発刊から来年で50年を迎える節目に、作

の世界を語り合います。書評家・嵯峨景子さんのナビゲート Copaupal 紹介します。心躍った「あの頃」にタイムスリップしてみませんか。 イム・スリップしてみませんか。 (企画:大宅壮一文庫 協賛:集英社) **◆**10/18(±)14:00~15:30 ◆3,850円(会員3,300円) オンライン2,750円

各維持費220円 ともに1週間のアーカイブ配信付き

◆11/22(±)14:00~15:30 オンライン2,750円 各維持費220円 ◆12/21(日)13:00~14:30

月13:00

①日10:10

(養成コース) ①③火15:30

(スキルアップコース) ①火 15:30

スマホ・パソコンプライベートレッスン②④木 15:00

■ 会場:読売新聞東京本社3階「新聞教室」

土屋 品子

どのインテリアとして楽しめ るお花の飾り方や季節に合わ せて、センスあふれるアレン ジをご紹介します。

月1回50歳からのK-POPダンス よみうりカルチャー講師 洪 載善 K-POP の曲に合わせてダンス &運動しませんか。K-POPのかっ