

初回からの継続受講者向け早得ポイント 200 Pに倍増!(3月15日まで)

キャンペーン 回転返回 の詳細は フランド こちらから⇒ 回じる



検索 よみカル横浜





マルイシティ

New … 新しく始まる講座とカリキュラム変更などによる新規募集講座。 🕬 … 会員でない方もご受講いただけます。 🏻 🎟 … 維持費です。 □ …各ジャンルの頭文字です。 例 🖺 …音楽、💆 … ダンス

※申し込みの人数が少ない場合などは開講できないことがあります。 ※表示の受講料などは消費税込みの金額です。

(New) 夢をかなえる演劇講座(前期) 🗵

監修 横浜夢座 五大 路子 女優・ナレーター 由愛 典子



6か月で1本の作 品を仕上げます。憧れ の舞台を夢見て、あな たの可能性を引き出 してみませんか? ❖ 第2·4十曜 10:30~12:00 4/12~ 3か月6回23.100円 羅2.244円

New あなたが書くエッセイ図

木村治美エッセイストグループ所属 手塚 由紀

日常の小さなできごとも、 過去の大切な思い出も、素 直に、あなた自身の言葉で 書いてみましょう。 ❖ 第3木曜10:30~12:30 4/17~ 6か月6回22,440円

2,244円 New 30分の個人レッスン スマホ・パソコンプライベートレッスン 選



スマホやパソコンの 超入門から応用まで、 一対一で何度でも丁寧 にご説明します。 ❖ 第1·3木曜 13:00~17:00 4/3~

3か月6回25.080円 2.310円

New 掌上の世界 貝合わせを作る 💷

星の工房主宰 日本画家 星野 勝 貝の下処理の

仕方から、胡粉を 盛り上げる技法、 金箔の押し方、絵 の具の扱い方な ど一通りの制作工 程を学びます。

❖ 第1火曜15:30~17:30 4/1~ 6か月6回26,400円 2,310円

干ャ干ャ丸

New バードカービング 国 日本バードカービング協会 理事 星野 利香

木を削って本物 そつくりの鳥を作り ます。木彫りを楽

しみ、鳥を涌して 白然をより身近に 感じませんか。 ❖ 第1·3·5月曜 10:30~12:30

3か月6回23,100円 2,310円

チンライン Dr.新井のめまい改善講座



横浜市立みなと赤十字病院 めまい平衡神経科部長 医学博士 新井 基洋 めまいの主な原因や正 い知識、改善のための 体操などを動画内で解説

」ます。 4/1~6/30まで 動画配信(約2時間) 6.600円 220円

(New) 夢みる花テディベア® 個



花テディベア協会本部 講師 菅野 純子 アーティフィシャル フラワーを使って世 界に一つだけの花テ ディベアを作りましょ う。毎回1作品が出 来上がります。

❖ 第1木曜10:30~12:30 4/3~ 3か月3回9,900円 21,155円

(New) あなたも絵師気分 墨絵入門 🕾

国際墨画会師節 村松 美月

国芳や鳥獣戯 画、四君子、風景 画などを描き、墨 絵のイロハを楽し く学びます。 第1水曜 13:00~15:00

6か月6回 23.100円 2,376円

(New) 役に立つ心理学図



東邦大学名誉教授 田崎 美弥子 人は人間関係に悩み、様々な影響 を受けてトラウマを抱えたり、自信を 喪失したりすることもあります。心理 学の知識は問題を改善するために役 に立ちます。心の健康に密接に関わ りのある食材についても解説します。

❖ 第4水曜10:30~12:00 4/23~ 3か月3回11.550円 曜1.122円

New ディープヨコハマを映画とあるく🗵

三浦半島散策と戦争遺跡を訪ねて 💩 三浦半島に点在する戦争遺跡の数々を エリア毎に訪ね、周辺の自然や歴史もご案 内します。

❖ 第3木曜10:00~13:00 4/17~ 6か月4回15,400円 圖880円 保険料400円

公開 横須賀ノスタルジートリップ | 軍港横須賀」 裏道まち歩き 横須賀といえば、軍港めぐりや戦艦三笠、海軍カレーなどで知ら れる「海軍のまち」。そこから一歩裏道に入り、地元の人でも知らな いような軍港横須賀のディープな歴史をご案内!

東京湾要塞研究家 デビット 佐藤

鍋島尚子

💸 4/5(土)10:30~12:30※雨天の場合は4/6(日)に延期。 3,850円 220円 保険料100円

『ディープヨコハマをある

く』の著者が映画をとおし て横浜をレクチャーします。 港都横浜はドラマティック な映画の舞台となってきま した。映画のロケ地をめぐ る街歩きにも出かけます。

6か月6回19,800円 2,244円

《プロフィル》出版社勤務を経てフリーの編集・文 筆業、映画評論家としても活動。著書に有隣堂伊 勢佐木町本店で週刊売上4週連続1位を記録した エッセイ『ディープヨコハマをあるく』(辰巳出版)

New 歌仙絵とともに味わう「百人一首」 🗵

古典文学研究家 中ノ園 友里子 美しい歌仙絵と合わ せて、『百人一首』の内 容をご一緒に味わって まいりましょう。

💠 第2月曜 10:30~11:50 6か月6回19.800円 2,244円

「金継ぎ」は、 壊れた陶器や漆 器を金や銀で修 復する手法です 漆で加飾する「蒔 絵繕い」の技法も 学びます。

❖ 第2木曜 C 17:30~20:00 D 18:30~21:00

[同時開講] 金継ぎ講師養成講座

※事前説明会 3/13(木) 18:30~19:30 無料(要予約)



(New) イスラームから読み解く世界史 🗵

❖ 第1土曜10:30~12:00 4/5~ 3か月3回9.900円 図1.155円

(New) 北条五代ゆかりの地を歩く 🗵 歴史ライター 清水 克悦

初代の北条早雲か ら5代氏直(うじな お)まで、北条氏ゆか りの地を歩きます。 ❖ 第3日曜 10:30~14:00



6か月4回14,520円 1,320円 保険料400円

(New)来月の歌舞伎 なるほどおもしろ話 🗵 古典芸能解説者 クリエイティブディレクター



今年は「松竹創業130年」の 節目の年。「菊五郎襲名」という 大イベントもあり、中堅若手もど んどん力をつけて、歌舞伎界は 面白い変化の時期を迎えていま す。さて来月は、どんな芝居か? 演じるのはどんな役者か? 予備

知識があれば、きっと面白さは倍増します。 ❖ 第1日曜10:30~12:00 4/6~ 6か月6回22,440円 112,244円

New 江戸川乱歩を読む 🗵

立教大学教授 石川 巧 明智小五郎は江戸川乱歩が 造型した探偵キャラクターであ り、横溝正史の金田一耕助と 並ぶ名探偵とされる。明智小 五郎の変遷をたどりながら、乱. 歩文学の魅力を再発見します。 ❖ 第2土曜13:00~14:30



五十嵐 淳子

5/10~ 3か月4回14.080円 細1.540円

(New) 王朝の作られた「恋と生」の世界 ―和泉式部日記を紐解く― 🗵



古典サロン現成会代表 副島 和泉 「古典をもっと身近に気楽 に」をモットーに、お茶をする 感覚で立ち寄れる教室を展開 しています。「恋」という窓から のぞく千年前の人々の心の世 界を通して、とっておきのお話 をご紹介します。

❖ 第2日曜10:30~12:00 4/13~ 6か月6回21,780円 🔞 2,244円

(New) 金継ぎと蒔絵の世界 🗉

漆芸伝承の会主宰(監修) 栗原 蘇秀 認定講師 杉浦 傑



4/10~ 3か月3回各11,880円 個各1,155円



読売書法会理事 彦惣 夏枝 のし袋、自分の名前 と住所、季節の手紙な ど、暮らしの書を楽しみ ながら学びます。 ❖ 第3金曜 10:10~12:10

4/18~

3か月3回11,550円 21,188円

New 福を呼ぶ花文字 🛢

日本花文字の会認定講師・認定作家 美明

花文字とは一 つ一つの縁起の 良い意味のある 吉祥絵柄をちり ずめ運気上昇の 願いを込めて描 く文字です。 ・ 第1日曜 13:00~14:30 3か月3回

11.055円 21,188円

New 美文字の手ほどき 📳



読売書法会理事·審査員 美しい文字を書くため の講義のあと、実際に書 いてみましょう。初心者

の方、ご自分の字を見直 したい方もどうぞ。 第3火曜19:00~20:30 6か月6回19,800円 2,376円

New 古布で作るがま口とバッグ 🗐

布作家 sova* イシカワ カオル 美しくモダンな古布 を使い、がま□や布小 物・バッグを作ります。 布合わせを楽しみな がら一緒に作っていき ましょう。 ❖ 第2火曜 13:00~16:00

3か月3回11,550円

4/8~



映画評論家:編集者 佐野 亨

❖ 第1月曜10:30~12:00

健康・南京玉すだれ 🛎

花木芸能研究会主宰 花木 一郎

□上をつぶやきながら ご自宅でもお一人で楽 しめる趣味です。全身を 使って心と体の健康を向 上させましょう。 ❖ 第2日曜15:30~17:00 6か月6回19.800円



New スマホで撮る 古都鎌倉歴史スポット 🗟 写真家 リグヒト



2.310円

古都鎌倉の美しい神社仏 閣を散策しながら、スマホで も綺麗に撮れるポイントとコ ツをお伝えします。 ▶ 第3火曜10:30~12:00

3か月6回23,100円 2.310円

(New)鎌倉彫で作る小さなお皿 (3回コース) 重

鎌倉籐孔会 会長 田中 信吾 直径約15㎝のお皿 に椿の模様を彫りま す。初心者でも楽しく 彫ることができ、3回 で完成します。 ❖ 第1·3·5土曜 10:10~12:10

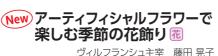
❖ 第1.3月曜15:30~17:00



(New) カラーコーディネート入門 🔽

日本カラーコーディネーター協会認定講師・ パーソナルカラーリスト 田中 菜々子 自分の似合う色を 知っていますか。「自 分らしさ」を色で演出 して第一印象&魅力を アップさせましょう。

4/7~ 3か月6回24,750円 圖2,244円





エレガントなアレ ンジで定評ある講師が厳選された アーティフィシャル フラワーで素敵な アレンジやリースを アレンジやリースを

4/2~ 3か月3回9,900円 圖1,155円

(New) おしゃれカフェ風

グリーンアレンジ(3回) 📧 Flower KOKO Flower Salon はやかわ 直子 おしゃれなカフェで見 かけるような癒しのグ

ティフィシャルフラワーで 作りましょう。 ❖ 第2土曜13:00~15:00 4/12~ 3か月3回11,550円 21,155円



読売・日本テレビ文化センター)

よみうりカルチャー横浜

ホームページで

SNST IN THE

フォローは

こちら

81歳、現役女医

@045-465-2010

受付時間 10:00~20:00 (平日·土日)

2025年 4月期

公開 女性高齢期の健康管理 加齢に伴う心とからだの変化と対処法

野中東晧会 静風荘病院 特別顧問 天野惠子

女性の一生はエストロゲンに 支配されています。エストロゲン は加齢に伴い徐々に低下し50 歳代で測定不可となります。エス

トロゲンは骨量・筋肉を維持し、 血糖・脂質・血圧のコントロール、 動脈硬化の抑制にも寄与してい 老後の明暗を分けるのは. ます。これらの機能が低下するの 更年期からの に対して、自分でできることは何 過ごし方だった! か、更年期障害の乗り越え方に ついてお話します。 ❖ 4/13(日)13:00~14:30 3.850円 ■385円

《プロフィル》日本で女性外来の設立に貢献したパイオニア。1942 年生まれ。東京大学医学部卒業。内科医。医学博士。日本性差医学 ・医療学会理事。NPO法人性差医療情報ネットワーク理事長。[81 歳、現役女医の転ばぬ先の知恵」(世界文化社)など著書多数。

サロン・ド・宙 最新宇宙を語り合う図

ただきます。オンライン配信もあります。 ・ 第3日曜12・45~14・30 4/20~ 6か月6回19 800円 ■2 244円

星のかけらを探しにいこう 4月20日(日) 矢野 創 (JAXA宇宙科学研究所助教)

衝突から地球を守る 5月18日(日) 吉川 真 (JAXA宇宙科学研究所准教授)

銀河の発見から100年 7月19日(土) 縣 秀彦 (国立天文台天文情報センター准教授)

宇宙人はいますか? 9月21日(日) 森 万由子 (自然科学研究機構アストロバイオ ロジーセンター/日本学術振興会特別研究員)



第一線で活躍する講師陣を招き、最新宇宙を語ってい

プラネタリーディフェンス:天体の

太陽の活動と地球への影響 6月15日(日)

お宝発見 天体画像乾板の活用 8月17日(日) 柳澤 顕史 (国立天文台アーカイブ室助教)

櫻井 隆 (国立天文台名誉教授)



La Perle代表 長沼 美帆

New はじめての手作りせっけん 圏

Fortune Jyujyu主宰 伊東 寿珠

New 四柱推命 初級講座 🕮

個人の生年月日・出生

時間で運命方程式を出し、

性格や運気の流れを読み

取ります。一から学びたい

❖ 第3水曜13:00~14:30

3か月6回23,100円

西洋占星学を学びます。

福運先生 Fortune 朴 美花

やや辛口でズバリ

発言が多い韓国手

相。手のひらに刻ま

れた特別開運ヒント

を読み解く事で、あ

なたの人生をスムー

13:00~14:30

3か月6回23,100円 2,310円

New たのしい数秘術入門 🗟

New ドイツリートへの誘い 音

ファンの多いドイツ

リート。発声法や舞

台発音法をお仲間と

一緒に深く楽しく学

びます。期の最後に

13:00~15:00

6か月6回22,440円

はミニ発表会も。

❖ 第1日曜

4/6~

2,376円

たまゆら開運師 平田 純子

数秘術とは誕生日占いで

す。生年月日を用いて導き出

した数字から自分の可能性

❖ 第2·4火曜12:30~14:00

※事前体験 3/25(火)4,235円

4/8~ 3か月6回23,100円

を読み解いていきます。

ミュンヘン音楽大学大学院リート科修了

世田谷声楽教室&LAS主宰 高橋 華子

2,310円

※事前体験 3/19(水)4,235円

ズに進めましょう。

・ 第3水曜

※事前体験 4/16(水)受講料4,235円

やさしい西洋占星学 🙉

❖ 第3水曜10:30~12:00 4/16~

3か月6回23,100円 2,310円

惑星の並びや動きから運命を読み取る

New ハッピー人生 楽しい韓国手相 💩

方向けの講座です。

4/16~

2.310円

素材にこだわ

10:30~12:00

り自分のお肌に

合ったせっけん

を作ります。

第1火曜

4/1~

3か月3回

21,155円

3/29(±)10:30~12:00 3.850円 2374円

New おりがみ教室 🗐



季節を彩るかわいい作品から、ちょっ としたポチ袋などの実用品まで様々な作 品をご紹介します。お好きな作品を選び 実際に折ってお楽しみください。

❖ 第1·3木曜 10:30~12:00 4/3~ 3か月6回21,780円 2,244円

指導歴26年、延べ8万人以上を指導。優 勝歴20回以上。コンテスト・バトル審査員歴 10年。全国大会・クラブイベント等 振付出

New かんたん!座って踊る ヴォーグダンス 🗵 House of Mizrahi 所属 Rummy Mizrahi (ラミー ミズラヒ) 肩から手首、指先などをリズム

に合わせて幾何学的に動かし振

り付けを楽しみます。

◆ 第1・3十曜14・30~15・30 4/5~ 3か月6回19,800円 2,112円

演。NYにて優勝歴のある講師が指導します。

New キッズストリートダンス 🥺 SU-ZUstyle代表 SU-ZU ダンスは全く初めてというお子様から、プロフェッ ショナルな活動を目指すお子様まで、それぞれに 合ったレッスンをします。対象:年長~小学3年。



New 楊名時八段錦 太極拳(日) 健

楊名時太極拳師範 上村 マリ子 アシスタント 上村 梨乃 中国に古くから伝わる養生法「八 段錦」。その8つの動きと、二十四 式太極拳の2つを軸に行います。 ❖ 第1・3日曜12:30~14:00 4/6~

3か月6回19,734円 2,310円

New ふれてみよう 東洋医学の世界 🕮

東洋医学コーディネーター・鍼灸師 河﨑 京子 東洋医学には健やかな毎日を送る ための知恵がつまっています。しっか りと基礎理論から学んでいきます。 ❖ 第2日曜 10:30~12:00 4/13~

3か月6回20,625円 2,310円 (New) うたうたう 日本の歌 🖺



ブランクのある方

もお好きな曲で

レッスンします。30

おとなの

うまい、へたはあ りません。大きな声 で歌う必要もありま せん。美しい日本語 で日本のこころを歌 いましょう。

3か月7回24,062円 2,772円 New 楽しいピアノレッスン 月曜コース 音

フェリス女学院短期大学音楽科卒 朝日出 澄 好評につき増設 です!初めての方、

分の個人レッスン。 ◆ 第2·4月曜 10:30~14:30 4/14~ 3か月6回21,120円 2,904円

鍵盤ハーモニカ音 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2金曜10:15~12:15 4/11~ 3か月3回13,200円 1,188円

New 読売新聞 「撮ろうよ!」 の記者が教える 初心者OK!楽しく写真を撮ろうよ!®

読売新聞写真部 岩佐 譲 読売新聞夕刊に連載の「撮ろ うよ!]は月1回テーマごとに写 真撮影の楽しさやコツを解説す るコーナーです。花や星空の風 景からポートレート、野鳥まで掲 載された写真を紹介しながらさ らに詳しく撮影テクニックを教え ます。一眼レフからミラーレス、 スマートフォンでもきれいに撮れ るようアドバイスします。 ❖ 第3土曜10:30~12:00

6か月6回23,100円

2,244円



横浜駅東口 そごう9階

(公開) シマエナガファンも必見 カワイイ野鳥、シマエナガを撮ろう!



人気の野鳥、シマエナガは動きが俊 敏で撮影が難しい鳥。羽ばたく姿や枝 に止まった一瞬の表情をとらえた画像を 紹介しながら、ピントの合わせ方や、か わいらしく撮るコツをお伝えします。キ タキツネやリス、エゾシカの大群など北 海道などで撮影した画像も紹介します。

New 自分流 山葡萄 かごバッグ作り 🗉

かご作家 村田 広美



希少な国産の山葡萄つるを使い、 ベーシックな網代編みから始めます。 使い込むほどに色・艶が変化して自分 だけのかごバッグへ育ちます。 ❖ 第4金曜13:00~17:00 4/25~ 6か月6回42,900円 2,310円

New 白樺風Timb.テープで作る はじめてのかご・バッグと 小物づくり 12回コース 🗉



プを使って、暮らしになじ 大人気の Timb. テ む実用的なかごや小物、バッグなどを作ります。 ❖ 第3金曜10:15~12:15 4/18~

6か月6回19,800円 2,310円

New アリスドール 🔳



横濱人形倶楽部主宰 人形作家 鈴木 実奈子 小さなアリス(約 20cm) を作ります。 焼 成済のビスクドールの キットを組み立てて、着 せ替えできるドレスと エプロンを作ります。 ・ 第2・4金曜 13:00~15:00 4/11~ 3か月6回24,420円

2,310円

(New) 仏像彫刻へのいざない 〜基礎から応用へ〜B Ⅲ

宗教芸術院雅風会主宰 岩場 静雅 仏像に興味がある方、 ご自身の手で彫りません か。京仏師に伝えられた 技法で一木から彫り出し ます。午前Aクラスが人

・ 第2・4日曜

4/13~

2,310円

13:15~15:15

気の為、増設クラスです。 3か月6回26,400円

(New)ソーイングの基本 🗐

ソーイングデザイナー えとう あきこ 家庭用ミシン



❖ 第1·3·5火曜10:15~12:15 4/1~ 3か月6回23,100円 2,244円

(New)津軽こぎん刺し(午後) 🗐 津軽こぎん刺し・「藍と白の会」会長 鎌田 久子

生まれた素朴な美し さ。一針ずつ刺す単 純な繰り返しの中か ら、驚くほどの模様 が出来上がります。 ◆ 第2水曜 13:00~15:00 4/9~

津軽の暮らしから

6か月6回 21.450円 2,244円