公開講座 要予約 TEL 045-465-2010

会員でない方もご受講いただけます

※会員料金の表示がない場合は、統一料金です。

公開 ①雑誌やテレビで話題の超健康法 しゃがみチャレンジ体操



アスリートゴリラ鍼灸接骨院院長 高林 孝光



テレビ出演多数の運動機能評論家が、「ぐるナイ」「ホンマでっか!?TV」などで実演され大反響となった「しゃがみチャレンジ体操」を直接指導します。この体操を継続的に実践すれば正しくしゃがめるようになり腰痛、ひざ痛の改善効果が期待できます。

❖ 1/27(水)15:00〜16:00
3,300円 維385円

公開 ②神社とお寺の信仰と文化

武蔵野大学講師 有働 智奘



古代、仏教が伝来して、従来の神道と共存しながら信仰し、どのように生活に溶け込んでいったのか? 日本人の心の源流にせまり、それを解明していきます。

❖ 3/6(土)15:00〜16:30
3,520円 維385円

公開 ③ハートの多肉植物の寄せ植え

ガーデナー 平野 純子



講師オリジナルのかわいい器に赤く色付いた多肉植物をハートの形に寄せ植えします。

❖ 1/23(土)
13:00〜14:30
4,070円
(会員3,520円)
維385円
教材費3,000円

公開 ⑤「似合う」理由がわかる 似合う色(パーソナルカラー診断)&骨格診断

J−color認定講師 骨格診断ファッションアナリスト 須藤 理恵



二つの診断で導き出されたあなただけの情報を活用し、ファッションをより自由に楽しみましょう。女性限定。

❖ 1/31(日)13:00〜16:30
4,510円(会員3,960円)
維374円
教材費1,500円

公開 ⑥春を呼ぶミモザボールリース

フローリスト風花 河原 実希

生花のミモザとビタミンカラーの春のお花を使ったふんわりかわいいボールアレンジです。
直径約15㎝



❖ 2/7(日)10:30〜12:00
4,070円(会員3,520円)
維385円
教材費3,850円

公開 ⑦フラコン・ドゥ・パルファン・ベアちゃん

ハートフルズデザイン花テディベア®本部講師 菅野 純子



かわいいお洋服を着て素敵なバッグを持ったミニベアちゃんを香水瓶に閉じ込めました。

❖ 1/7、2/4、3/4(木)
各10:30〜12:30
各4,070円
(会員各3,520円)
維各385円
教材費各5,500円

公開 ④お正月門松 プリザーブドアレンジ

レザンジュ主宰 平澤 一美

新年の門松飾りをテーブルアレンジに替えて、年神様を迎え入れるお飾りを作ります。

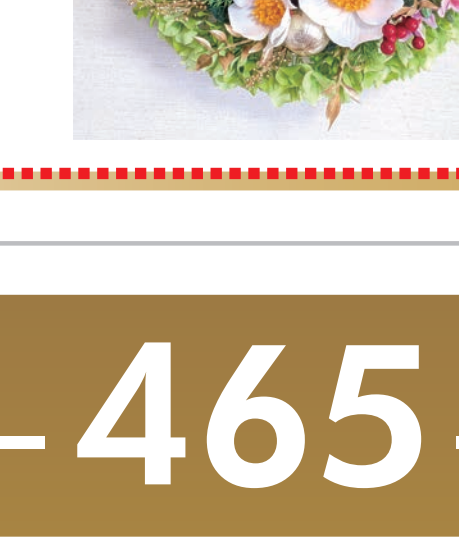


❖ 12/16(水)10:30〜12:30
❖ 12/23(水)13:00〜15:00
各4,070円(会員各3,520円)
維各385円
教材費各4,500円

公開 ⑧新春フラワーリース

美らフラワー 島田 詠美子

縁起物のお花を彩り豊かに合わせて華やかな新春のお飾りを楽しみましょう。
直径約35㎝



❖ 12/8(火)
13:00〜15:00
4,070円
(会員3,520円)
維385円
教材費4,000円

公開 ⑨私が出会った表現者たち 〜天井桟敷の日々〜

前橋文学館特別館長 多摩美術大学名誉教授 萩原 朔美



「演劇実験室 天井桟敷」の寺山修二や、2026年6月にこの世を去った美輪明宏など、共に過ごし、昭和の時代を駆け抜けた仲間たちとのエピソードをお話しします。

❖ 3/27(土)10:30〜12:30
3,960円 維385円

公開 ⑩ふたり一緒に パーソナルカラー診断



カラーリスト 田中 菜々子

友達、母娘、夫婦でカラー診断を受けてみませんか。お互いの診断を見ることでより明確に違いが分かりパーソナルカラーへの理解が深まります。2人1組の90分のレッスン。

❖ 12/27(日)10:30〜17:15
各6,050円(会員各5,500円)
維各374円 教材費各700円

公開 ⑪切らずに作る帯結び

帯工房「遊創」代表 塩川 潮子

帯結びにお悩みではありませんか。お手持ちの帯を切らずに、糸を数か所留めて、お太鼓の形に仕上げます。



❖ 1/22(金)13:00〜16:00
6,050円 維374円
教材費860円

公開 ⑫木目込み人形 梅ひいな (2回コース)

真多呂人形学院 教授 池田 真加漣



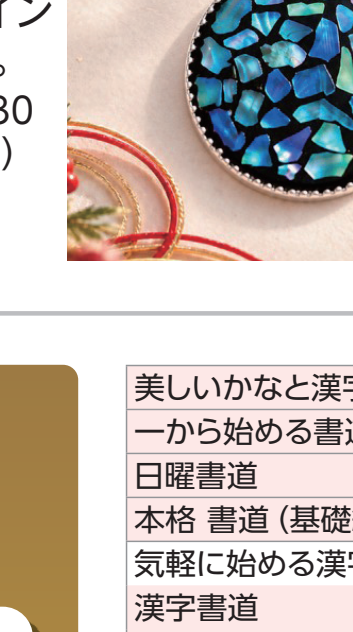
思わず微笑みがこぼれてしまう愛らしい雛人形【梅ひいな】を作ります。心を込めて作ったお雛様を飾る喜びは格別です。
人形の高さ:14㎝

❖ 2/1、2/15(月)13:15〜16:45 7,700円
維748円 教材費17,000円

公開 ⑬一年の幸福を願う 螺鈿細工アクセサリー

JGA認定講師 Rie

「螺鈿(らでん)」は、夜光貝やアワビなどの貝殻を細工し、漆器や家具に象嵌(ぞうがん)してきた日本の伝統工芸です。落ち着きと清らかさを表すブルーを基調にしたデザインのネックレスを作ります。



❖ 1/13(水)13:00〜14:30
4,400円(会員3,850円)
維385円
教材費2,500円

公開 ⑭神戸直送・真珠屋さん直伝 パールネックレス手作り教室

KOBE PEARL COLLECTION代表 所神根 孝二

「神戸の真珠屋さん」が色も形もさまざまな真珠を用意して、オリジナル作品を作ります。



❖ 1/30(土)13:30〜16:00 3,850円(会員3,300円)
維374円 教材費3,000円〜

公開 ⑮心理学から学ぶ対人関係

東邦大学名誉教授 田崎 美弥子



繰り返すネガティブな人間関係の原因を洞察し、自分にとって望ましいコミュニケーションスキルを概説します。

❖ 1/27(水)13:30〜15:00
4,400円 維484円

公開 ⑯一日で資格が取れる 認知症心理士

JFA育成協会認定講師 河野 矢世衣



認知症のメカニズム、適切な対応方法、予防から財産管理まで学び生かせる資格です。

❖ 1/30(土)13:30〜16:30
11,000円 維418円
教材費11,000円

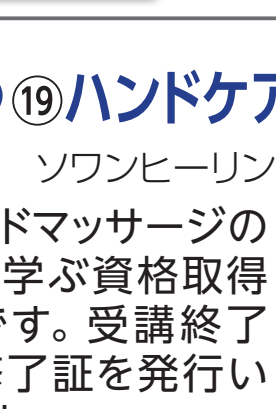
公認心理師 精神保健福祉士 田中 貴恵

公開 ⑰怒りの感情と上手に付き合う はじめての「アンガーマネジメント」

怒りに振り回されず、自分の気持ちを大切にしながら、周りの人とも少し楽に関われるようになることを目指します。

❖ 1/24(日)13:30〜15:30 3,520円
維385円 教材費513円

公開 ⑱安心が生まれる"やさしい聴き方" はじめての「傾聴」



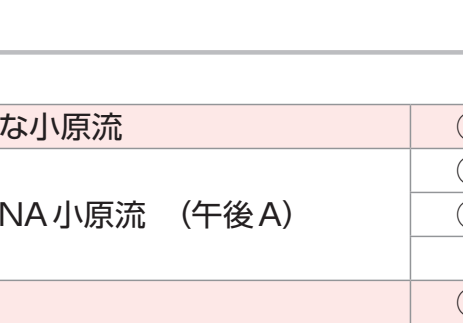
相手の言葉だけでなく、その言葉の奥にある気持ちにも目を向ける聴き方「傾聴」を学んでみませんか。

❖ 1/31(日)13:30〜15:30
3,520円 維385円
教材費513円

公開 ⑲ハンドケアセラピスト養成講座

ソワンヒーリングサロン代表 松方 久美子

ハンドマッサージの手技を学ぶ資格取得講座です。受講終了後に修了証を発行いたします。



❖ 1/24(日)
13:00〜17:00
9,900円 維418円 教材費3,300円

公開 ⑳1日で資格+美と健康を整えるスキルが身につく! セルフリンパケア3級 資格認定講座

日本リンパ協会代表理事 リンパケアグランドマスター 池田 ことみ

健康と美容のためにリンパの流れを整える、頭・フェイスライン、首・肩のセルフケア実践講座です。頭痛・肩こりの緩和や顔のリフトアップも期待できます。



❖ 1/23(土)14:00〜18:00 12,100円
維418円 教材費8,160円

公開 ㉑ゴスペルでクリスマスソング



ゴスペルディレクター Nico

講師が選曲したクリスマスソングをゴスペルの雰囲気で楽しく歌いましょう!

❖ 12/22(火)12:00〜13:15
3,465円 維396円
教材費500円

公開 ㉒免疫力をアップ! 1日で学べる簡単気功

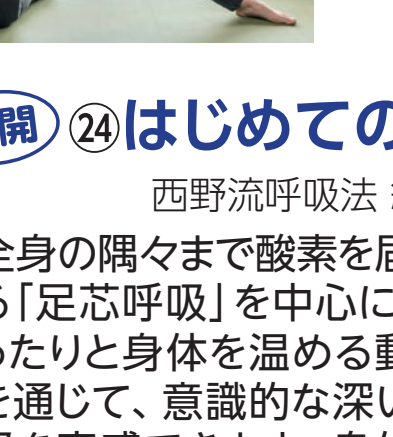
世界健身気功大会 金メダリスト 森山 裕子

気功をベースに免疫力アップに効果のある動きを指導します。どなたでも簡単に学べる内容で、自宅でも実践できます。



❖ 12/16(水)
10:30〜12:00
3,355円 維385円

公開 ㉓自分を癒そう! 無理なくできるインドのヨガ



フルヤアカデミー講師 青木 陽佳

体も心も整えるヨガです。本場インドで学んだ講師がヨガの基本的なポーズをご指導します。

❖ 1/15(金)15:00〜16:15
3,355円 維385円

公開 ㉔はじめての西野流呼吸法

西野流呼吸法 総本部 指導員 杉本 泉

全身の隅々まで酸素を届ける「足芯呼吸」を中心に、ゆったりと身体を温める動作を通じて、意識的な深い呼吸を実感できます。身体の内側から活力がみなぎる感覚をぜひ体験してみてください。



❖ 12/26(土)10:30〜11:40
3,465円 維385円

たまゆら開運師 日本パワーストーン1級ディプロマ認定 平田 純子

公開 ㉕2027年 あなたの運勢を読む数秘術



2027年自分を好きになるためにどんな生き方をすればよいのか一人ずつアドバイスします。自身の可能性を知る事で未来の選択肢が増えます。ハッピーな新年を迎えましょう。

❖ 12/22(火)10:30〜12:00 3,850円
維385円 鑑定書代550円

公開 ㉖開運 手作り天然石ブレスレット



健康運、仕事運、金運など…、あなたの願いにあわせた天然石をお選びいただきオリジナルのブレスレットを作ります。

❖ 12/14(月)13:00〜15:00 3,850円
維385円 教材費4,400円〜

公開 ㉗名物記者がレクチャー 手相個人鑑定

フェニックス・フォーチュン・テリング代表 銀谷 唯志

手相に刻まれた個々のサインを読み解き、開運に導きます。各20分ずつの個人鑑定です。

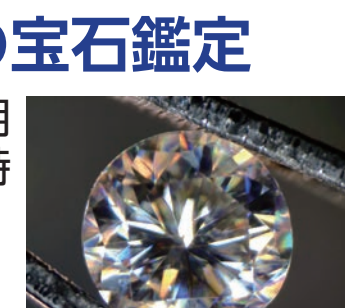


❖ 2/14(日)15:30〜18:00
3,520円 維385円

FGA(宝石鑑定士) 金森 弘

公開 ㉘はじめての宝石鑑定

ルーペやピンセットを用いて、実際に宝石の識別特徴の観察を体験します。



❖ 12/26(土)12:45〜14:15
3,960円(会員3,410円)
維385円

公開 ㉙宝石の一般教養

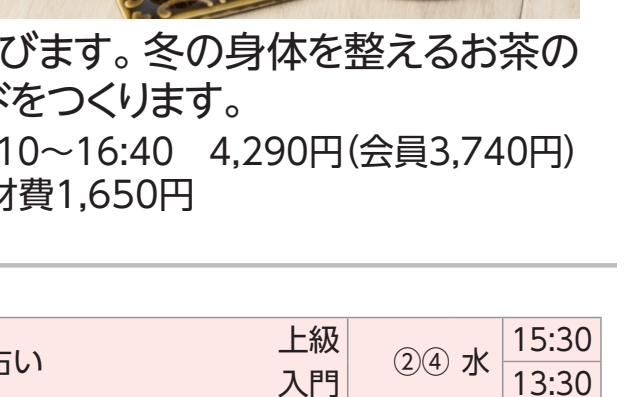
宝石を科学的に見ていく「宝石学」の超入門講座です。一般的な「宝石の3要件」や宝石・鉱物の基礎知識などを学びます。

❖ 12/26(土)10:30〜12:00
3,960円(会員3,410円) 維385円

公開 ㉚ハーブで冬の養生

ハーブティーインストラクター
日本中医食養学会薬膳アドバイザー
国際中医食療薬膳師 堀部 珠美

「寒さに弱い!」「足腰が冷える!」「関節痛が気になる!」そんな方へ。ハーブと食材選びを通して、冬の養生について学びます。冬の身体を整えるお茶のスパイスブレンドをつくります。



❖ 12/14(月)15:10〜16:40 4,290円(会員3,740円)
維407円 教材費1,650円

お問い合わせ
お申し込みは TEL 045-465-2010

ジャンル別 全講座一覧

体験受付中

◉ 1月期に開講予定の全講座を掲載しています。1月期の新設講座は★で表示。

◉ 講座名の次の表示は開講曜日と開始時間。
例えば「②④月 10:30」は「第2・4月曜日 午前10時30分開始」を意味します。

◉ 体験可能な講座は［色付き］で表示しています。1回分の受講料、維持費をお支払いいただければ、体験ができる講座です。定期講座へのお申し込み前に体験してみたい方は、お気軽にどうぞ。日程はお問い合わせください。受講料、維持費のほか別に教材費や音楽著作権使用料が必要な講座もあります。当日のお申し込みは受け付けられないことがあります。必ずご予約をお願いいたします。

文芸・教養

楽しく学ぶ短歌の鑑賞と実作	③ 木	13:00
あなたの言葉で短歌を	④ 日	14:00
初心者のための俳句レッスン	③ 日	13:00
やさしい俳句入門	④ 土	10:15
楽しく川柳〜心にいつも五七五〜	④ 日	12:45
漢詩実作	① 木	10:20
漢詩入門	④ 火	13:30
児童文学創作講座	② 木	12:30
★現代文学の名作と映画	① 日	13:00
小説を書く	① 土	10:15
エンタメ小説のための文章講座	④ 日	13:30
エンタメ小説 テーマとプロット大研究	② 日	13:00
初めての小説講座	①③ 日	10:30
エッセイ入門	①③ 火	12:45
エッセイ実作教室	① 水	10:10
あなたが書くエッセイ	③ 木	10:30
現役エッセイストの上手くなる文章講座	② 土	15:30
ディープヨコハマを映画とあるく	① 月	10:30
古代の祝詞(のりと)を読む	① 土	14:15
「古事記」を体読する	① 土	12:30
『蜻蛉日記』を読む	① 水	10:30
源氏物語の名場面(精読)	③ 月	13:00
源氏物語の女君たち	② 日	10:30
★古典から読む「辞世の句」(奈良・平安編)	② 火	10:30
太田治子の「芸術家の魂」	② 月	16:00
論語素読	①③ 月	13:00
★初めての論語	③ 月	15:00
★英国ファンタジー−児童文学の世界	③ 土	10:30
実践・マンガ原作講座	④ 土	15:30
はじめてのマンガ原作講座	④ 土	13:30
鎌倉北条一族の謎と真実	④ 金	13:00
古文書を読む「入門編」	②④ 金	16:45
古文書を読む	④ 金	18:30
くずし字入門	①③ 金	12:30
近代パリの西洋史〜ベル・エポック〜	②④ 水	15:00
イスラームから読み解く世界史	① 土	10:30
ためになる「仏教」入門	②④ 木	10:30
教養としての仏教	④ 火	13:00
土曜坐禅	②④ 土	16:00
キリスト教音楽の文化史〜バラッドと賛美歌〜	① 火	15:00
千利休と侘び茶の世界	① 火	10:30
おもしろ歌舞伎噺	② 火	12:30
来月の歌舞伎 なるほどおもしろ話	① 日	10:30
「音楽の都」ウィーンとその文化	① 日	12:45
サロン・ド・宙(そら)小惑星探査機「はやぶさ2」に迫る	③ 日	12:45
[オンライン]サロン・ド・宙(そら)小惑星探査機「はやぶさ2」に迫る	③ 日	12:45
海からの地政学	④ 土	10:30
心を強くする、天風の教え	④ 火	15:00
役に立つ心理学	④ 水	10:30
朗読教室 (木曜コース)	①③ 木	15:00
プロのナレーターに学ぶ読み聞かせ・朗読	④ 火	14:00
★朗読で元気ハツラツ!	②④ 木	13:00
橋爪百合子の楽しい朗読術	③ 金	10:15
朗読劇のたのしみ	③ 金	13:30
レベルアップ朗読者養成講座	③ 日	13:30
ドラマティックリーディング	② 火	10:30
朗読でリフレッシュ!	①③ 火	10:20
はじめての朗読劇	②④ 水	14:00
心とカラダで楽しむリフレッシュ音読塾	①③ 月	10:30
徹底解説、政治の舞台裏!	③ 日	13:00
ピアノ名曲サロン〜やさしい解説と演奏〜	① 水	10:30
★戦後マンガ史〜革新の時代〜	④ 日	13:00
★象徴学から読み解く西洋美術	② 日	13:00

外国語

日曜午後、英語にチャレンジ(初中級)	②④ 日	12:00
ファン先生の英会話(初中級)	②④ 木	10:15
英会話 はじめの一歩(初中級)	②④ 木	13:00
日常英会話(中級)	毎週 金	15:45
自信をつける英会話(初級)	毎週 金	10:30
やり直そう!基礎英会話(初級)	毎週 金	13:00
火曜英会話(初中級)	①③⑤ 火	15:00
基礎英会話(初中級)	毎週 水	15:10
スローペースで英会話(入門)	毎週 木	10:30
英語で時事トーキング(初中級)	②④ 月	11:00
ドゥーギー先生の英会話トピックス(入門)	①③⑤ 月	10:30
英会話プライベートレッスン	①③⑤ 月	12:10
基礎から学ぶ<スタートラインの英会話>(初級)	①③ 金	10:30
英会話をもう一度(初中級)	毎週 土	10:30
土曜マンツーマン英会話	②④ 土	13:00
Let's try! English(初中級)	①③⑤ 火	16:20
★日曜午後、英語プライベート(3か月)	②④ 日	13:40
旅行英会話(初中級)	①③⑤ 木	12:30
楽しい「旅行英会話」(入門)	①③⑤ 木	14:10
日常生活から学ぶ英語(初級)	①③⑤ 木	10:30
中学英語の文法総まとめ(初中級)	①③⑤ 水	10:30
中学英語の文法総(入門)	②④ 水	13:00
フランス語(中級)	①③⑤ 金	15:45
やさしいフランス語(初級)	①③⑤ 金	14:00
金曜夜のやさしいフランス語(入門)	②④ 金	19:00
ゼロから始めるスペイン語会話(初級)	②④ 木	15:00
かんたん旅行に役立つスペイン語(3か月 Step up)	②④ 土	10:30
スペイン語etcプライベートレッスン(5回コース)	②④ 土	12:40
★CIAO!イタリア語を始めよう!	②④ 日	10:30
イタリア語をたしなむ	①③⑤ 日	10:30
旅行に役立つドイツ語会話(初中級)	①③⑤ 土	12:30
★夜の中国語(ゼロスタート)	②④ 水	19:00
もっと好きになる台湾中国語(初中級)	②④ 日	14:30
もっと好きになる台湾中国語(初級)	②④ 日	12:45
台湾中国語・プライベートレッスン	②④ 日	16:05
木曜朝の台湾中国語(初級)	②④ 木	10:30
はじめての台湾中国語(入門)	②④ 木	12:15
ゆっくり学ぶ韓国語(入門)	②④ 水	15:00
やさしい韓国語(超入門)	②④ 水	13:10
シンプル韓国語(初級A)	②④ 火	10:30
朝の韓国語(初級B)	②④ 水	10:30
韓国語会話(初級B)	②④ 木	10:30
韓国語を学びましょう(初級A)	②④ 金	10:30
楽しもう!韓国語(中級)	①③⑤ 金	14:30
楽しもう!韓国語(初中級)	①③ 月	15:15
★土曜朝の韓国語(超入門)	①③⑤ 土	10:30
韓国語・超入門(全12回・後半)	②④ 火	14:30
面白いほど身につくタイ語(初中級)	①③⑤ 日	10:30
原書で読む〜イギリスの短編集	②④ 火	13:00
フィンランド語(上級)	毎週 木	19:40
アラビア語(初級)	①③ 水	13:00

絵 画

いろいろ楽しむ絵画教室	① 木	10:30
金曜洋画(油絵、水彩、デッサン)	①③ 金	13:00
日本画基礎	①③⑤ 月	15:20
優しい日本画	②④ 月	13:00
金曜日本画	①③ 金	13:00
★日本画の技法で花を描く 3回コース	③ 金	13:00
スケッチから水彩・日本画へ	②④ 月	10:10
日本画・素描(デッサン)	毎週 木	13:00
絵画入門	①③⑤ 日	15:00
月1回気軽に絵画入門	③ 日	15:00
日本画	毎週 火	13:30
土曜 きままにアート	①③ 土	15:15
おしゃれなプチ水墨	② 日	10:20
はじめての水墨画	② 日	13:20
水墨画	①③ 土	16:00
中国水墨・彩墨画 初級	②④ 水	13:00
中級	②④ 水	13:00
墨彩画とはがき絵	①③ 日	12:50
俳画のはがき絵	① 金	13:00
たのしい俳画	③ 金	13:00
小野華優の俳画	② 水	10:30
俳画でスケッチ A	① 木	10:30
B	① 木	13:30
一光流 一筆画	④ 金	13:30
積穂俳画とはがき絵	① 水	15:00
	① 金	10:30
水彩・パステル・アクリル画	①③⑤ 金	13:30
水彩画教室	②④ 金	13:15
水彩画教室 A	①③ 木	13:00
B	①③ 木	17:30
はじめての水彩画	①③ 木	10:10
日曜絵画	②④ 日	10:20
水彩画	①③⑤ 土	13:00
月1回の水彩とスケッチ	③ 日	13:00
水彩とスケッチ(土曜) A	②④ 土	13:00
B	②④ 土	15:30
「花の水彩画」はじめませんか	③ 木	10:10
上級コース	③ 木	10:10
はじめての透明水彩	①③ 日	13:30
はじめよう透明水彩	② 金	10:30
透明水彩教室「花を描く」	① 火	10:10
風景画	①③ 日	13:30
火曜油絵 (隔週)	①③ 火	10:30
	毎週 火	10:30
細密鉛筆画	③ 土	10:30
色鉛筆画	②④ 木	13:30
初歩からの色鉛筆	②④ 土	13:00
基礎からの色鉛筆画	①③ 木	10:15
水性色鉛筆画	② 金	10:30
写真から描く色鉛筆画・水彩画	①③⑤ 水	15:30
デッサン絵画 (2・4水)	②④ 水	17:45
(毎週木)	毎週 木	17:45
(1・3木)	①③ 木	17:45
(2・4木)	②④ 木	17:45
デッサン絵画 (毎週木)中・高校生	毎週 木	17:45
(1・3木)中・高校生	①③ 木	17:45
(2・4木)中・高校生	②④	17:45
(2・4水)中・高校生	水	17:45
デッサンから始める絵画	①③ 土	12:30
自由画材で描く絵画	④ 金	15:00
鉛筆顔デッサン一深化	①③ 土	12:30
基礎デッサン	③ 土	13:30
人物デッサン	④ 水	10:30
つけペンイラスト入門	①③ 月	15:00
★気軽にイラスト デジタル・手描き	①③ 金	10:30
横浜100景 ぬり絵で脳トレ	②④ 火	10:30
ぬり絵から始める色鉛筆・水彩画	④ 火	12:15
横浜郊外スケッチ散歩	④ 日	10:00
横浜100景スケッチ	①③⑤ 土	10:30
ペンと水彩による横浜日曜スケッチ	① 日	10:00
★似顔絵を描いてみよう	①③ 金	13:30
ボタニカルアート(植物画)	①③⑤ 月	10:30
植物画	② 火	13:30
はじめようボタニカルアート	②④ 月	13:00
楽しいボタニカルアート(植物画)	②④ 金	10:15
色鉛筆とペンで手軽に楽しむゼンタングル®	③ 日	15:15
仏画教室	②④ 月	12:30
月1回大人の絵の手紙	③ 土	13:00
心の絵手紙	②④ 月	15:00
シンプル絵はがき	③ 火	14:00
はじめてのチョークアート	② 土	10:30
木版画	①③⑤ 火	15:15
じゃがいもde版画	③ 木	13:00
美術鑑賞のすすめ	① 木	10:30
だれでもアート(臨床美術)	④ 金	10:30
現代アート入門	①③ 日	13:30

書道・ペン字

書道に親しむ	①③ 土	10:15
初歩からの漢字とかな	②④ 木	12:50
書道教室 (火B)	②④ 火	10:30
(日)	②④ 日	13:00
やすらぎの書〜漢字・かな・ペン字〜	②④ 木	15:00
総合書道	①③⑤ 水	10:15
漢字・かな・実用書	②④ 木	13:00
書道入門(水)	①③⑤ 水	14:10
陽煌先生の「心」書道(月)	②④ 月	19:00
陽煌先生の「心」書道(水)	②④ 水	19:00
陽煌先生の「心」書道(第2水)	② 水	19:00
書を愉しむ	②④ 木	10:15
書道にチャレンジ	①③⑤ 月	15:15
美しいかなと漢字	①③ 水	13:00
一から始める書道	①③ 水	13:00
日曜書道	② 日	15:45
本格 書道(基礎編)	②④ 火	19:30
気軽に始める漢字書道(3回コース)	② 水	10:30
漢字書道 (水曜クラス)	② 水	10:30
	③ 月	10:30
基礎からの書道(月)	①③⑤ 月	10:30
基礎からの書道(火)	②④ 火	15:30
基礎から学ぶ毛筆書道・筆ペン	③ 水	14:15
篆書・隷書入門	①③ 月	13:00
楷書入門	①③ 月	15:00
はじめての書道	① 日	10:30
夜の漢字書道(90分フレックス制)	②④ 月	17:00
かな書道の美	①③ 土	15:30
かな書道 楽しむ(月・初等科)	①③⑤ 月	10:30
かな書道 楽しむ(月・高等科)	①③⑤ 月	10:30
かな書道 楽しむ(火・初等科)	②④ 火	15:30
かな書道 楽しむ(火・高等科)	②④ 火	15:30
かな書道 (初等科)(高等科)	①③ 火	13:00
古典かな書道	①③ 水	13:00
現代書道	①③⑤ 月	15:15
隷書・篆書・破体書道入門	②④ 木	12:50
すぐに使える小筆とかな書道	①③⑤ 金	10:10
くらしの中の書	②④ 水	10:30
美文字になれる書道	①③⑤ 土	12:45
月1回 字が上達する小筆・筆ペン(土)	③ 土	10:15
すぐに役立つ実用書道	①③ 土	10:15
暮らしに役立つ書道	①③ 火	13:00
寄席文字入門	①③⑤ 日	10:30
楽しく描ける福文字	②④ 水	10:30
幸せを呼ぶ「花文字」	③ 水	13:00
はじめての梵字(初級)	② 火	11:00
仏さまの梵字(上級)	② 火	13:30
教養のペン字・ボールペン字	毎週 水	13:00
教養のペン字・ボールペン字(隔週A)	①③⑤ 水	13:00
教養のペン字・ボールペン字(隔週B)	②④ 水	13:00
教養のペン字・筆ペン字	毎週 水	15:00
教養のペン字・筆ペン字(隔週A)	①③⑤ 水	15:00
教養のペン字・筆ペン字(隔週B)	②④ 水	15:00
くせ字矯正ペン字	②④ 木	18:30
気軽に学ぶ「ペン字・筆ペン」	①③⑤ 土	12:45
★3回完結 実用筆ペン講座	③ 金	10:10
実用書道・筆ペン	②④ 木	10:30
筆ペン・ボールペン	①③ 木	15:00
はじめての筆ペン	① 火	13:00
ぺん・筆ぺん−美文字くらぶ− A	①③ 金	13:00
ぺん・筆ぺん−美文字くらぶ− B	①③ 金	14:30
カリグラフィー	②④ 火	10:10
	①③⑤ 木	17:00
	②④ 金	10:30
	① 日	15:00
筆ペンで花言葉のカード	②④ 月	10:30
手書きPOPにチャレンジ	②④ 水	10:30
おしゃれ文字のカード 第1・3月曜午前クラス	①③ 月	10:30
第1・3月曜午後クラス	①③ 月	13:00
第2・4木曜午前クラス	②④ 木	10:30
おしゃれ文字指導者養成講座(和文字・明朝体・毛筆カリグラフィー) 午前	①③ 月	10:30
午後	①③ 月	13:00
筆遊び・彩書〜SAISHO〜	① 金	13:15
たのしい篆刻	①③⑤ 水	15:00

茶道

裏千家・立礼	④ 月	14:00
茶道・裏千家	①③⑤ 月	14:00
土曜朝のお茶	①③⑤ 土	10:10
裏千家でおもてなし	①③⑤ 木	13:00
始めてみましょう茶道	②④ 金	10:15
日曜茶道裏千家	②④ 日	17:30
茶の湯 裏千家	①③⑤ 火	10:15
茶の湯 裏千家 立礼	①③⑤ 火	14:30
表千家茶道 立礼A	② 火	13:00
表千家茶道 立礼B	② 火	15:30
表千家・お茶をたしなむ	①③⑤ 金	10:15
茶道 江戸千家	② 金	16:15
	①③⑤ 日	17:15
江戸千家立礼	② 金	16:15
はじめての茶道 武者小路千家	④ 火	13:00
茶道 遠州流	①③⑤ 水	15:30
	①③⑤ 水	18:10
茶道・男子専科	②④ 日	10:30
ゼロから学ぶ 茶の湯事始め (昼)	③ 土	13:30
(夜)	③ 土	19:00
小笠原流 煎茶道	②④ 水	14:00
月に1度のテーブル煎茶	④ 土	10:30
テーブル茶道でおもてなし 金曜	② 金	13:30
テーブル茶道でおもてなし 日曜	② 日	10:20
〜香りで季節を楽しむ〜志野流香道	②④ 水	19:15

花・生け花・フラワーアレンジ

日曜朝のいけばな草月流	①③ 日	10:30
草月流	① 土	13:00
	①③ 火	15:30
草月流 研究科	② 火	15:30
	② 火	18:00
お勤め帰りの草月	②④ 金	19:00
いけばな小原流	①③ 木	13:00
IKEBANA小原流 (午後A)	①② ①③ ③ 水	12:45
IKEBANA小原流 (午後B)	①② ①③ ③ 水	15:00
IKEBANA小原流 (夜)	①② ①③ ③ 水	18:00
池坊立花	② 日	13:30
日曜池坊	② 日	14:00
池坊	②④ 金	15:30
	②④ 金	18:00
癒やしの池坊	①③ ③ 水	10:30
いけばな古流松藤会	②④ 日	15:30
四季の茶花と茶趣の花	② 火	14:30
広山流	②④ 月	10:30
日曜のナチュラル華道 広山流	④ 日	10:30
自由花 真生流	④ 水	13:00
嵯峨御流 平日クラス	②④ 木	15:30
いけばな嵯峨御流	毎週 土	15:30
いけばな未生流	④ 日	10:30
四季の花アレンジメント	① 月	13:00
パリのお花屋さんアレンジメント	③ 金	13:00
	③ 火	10:20
初めてのフラワーアレンジメントNYスタイル	② 土	15:30
NYフラワーアレンジ&テーブルセッティング	③ 木	15:15
暮らしに花を〜おしゃれな花飾り〜	③ 水	10:30
	④ 水	13:00
おしゃれなパリスタイルフラワー	② 木	13:00
★春待ちおしゃれなフラワーアレンジメント(3回)	① 木	13:30
Flower Partyのアレンジメント	④ 水	13:00
英国スタイルの花	②④ 日	10:30
イングリッシュフラワーアレンジメント 初級	② 水	10:30
イングリッシュフラワーアレンジメント 初級	④ 金	10:30
初級	④ 金	13:00
専科	④ 金	13:00
基礎から学ぶフラワーアレンジ	② 金	10:30
	④ 日	13:00
ドイツ&パリスタイル フローラルデザイン	③ 金	13:00
★冬から春の季節を楽しむパリテイストフラワー(3回)	③ 金	15:30
幸運を運ぶリース&スワッグ	③ 水	10:30
お花屋さんのフラワーレッスン	③ 水	13:00
	③ 水	15:30
	③ 水	19:00
多肉植物のかわいい寄せ植え	③ 土	12:30
季節を彩るドライ&プリザーブドフラワー	① 水	13:00
手作りプリザーブドフラワー 火	① 火	10:20
手作りプリザ入門	④ 土	10:30
アーティフィシャルフラワーで楽しむ季節の花飾り	④ 水	13:00
季節を彩るフラワーリース	② 火	13:00
夢みる花テディベア®	① 木	10:30
高級造花で作るカリフォルニアスタイルのお花	② 土	10:30
★春の花々を楽しむパリスタイル・フラワーアレンジ(3回)	② 金	13:00
フローラルデコラシオンコース	② 金	13:00
アーティフィシャル・アドバンスコース	② 金	13:00
フラワー装飾技能士 3級コース	②④ 金	13:00
2級コース	②④ 金	13:00
1級コース	②④ 金	13:00
フラワー装飾技能士3級&NFD3級W資格取得コース	②④ 金	13:00
NFD資格3級試験対策コース	②④ 金	13:00
NFD資格3級エントリーコース	②④ 金	13:00
NFD資格認定プライマリーコース	②④ 金	13:00
インテリアフラワーコース(3か月)	②④ 金	13:00
ドイツフローリストコース	②④ 金	13:00
NFDウエディングフラワーコース	②④ 金	13:00
カジュアルプリザーブドフラワー	②④ 金	13:00
プリザーブドフラワー プルミエコース	②④ 金	13:00

邦楽・舞踊

観世流謡曲 入門	毎週 金	14:00
中級上級	毎週 金	13:00
観世流仕舞入門	①③⑤ 金	15:00
長唄・三味線 初級 個人レッスン	①③ 木	10:10
長唄・三味線 土曜 個人レッスン	②④ 土	10:10
月曜 個人レッスン	②④ 月	10:10
長唄・三味線 グループレッスン	②④ 木	13:00
長唄三味線 金曜 グループレッスン	毎週 金	14:00
長唄	毎週 金	14:50
初めての長唄三味線	毎週 金	15:40
小唄・三味線 個人レッスン	毎週 月	10:30
小唄・清元・三味線 個人レッスン	②④ 木	10:15
端唄・俗曲・三味線 個人レッスン	①③⑤ 土	16:20
	①③⑤ 土	14:00
原田直之の民謡教室	②④ 火	10:15
民謡を唄う	②④ 水	13:00
詩吟(岳風流) A	毎週 火	10:10
B	毎週 火	11:45
詩吟(神風流)	②④ 金	15:10
生田流箏曲・三絃 (木)個人レッスン	毎週 木	15:30
(日)個人レッスン	毎週 日	13:00
「山田流箏曲」少人数クラス	②④ 月	10:30
小さなお琴教室(ドレミニ琴) 初級	①③⑤ 月	15:30
中級	①③⑤ 月	14:45
大正琴 初級	①③⑤ 水	10:15
(中上級)	①③⑤ 水	10:15
琵琶をひいてみよう	①③ 土	10:15
★三味線で弾いて歌う昭和歌謡	①③ 土	12:30
地歌・箏曲・胡弓 個人レッスン	①③ 月	12:30
沖縄三線入門	①③ 木	14:00
沖縄三線(琉球古典音楽)	③ 月	13:30
地歌三味線と地歌 個人レッスン	①③ 火	14:15
しの笛 (月)個人レッスン	①③⑤ 月	10:20
グループレッスン	①③⑤ 月	11:30
しの笛 (金)個人レッスン	②④ 金	10:20
(金)グループレッスン	②④ 金	14:30
福原流横笛	②④ 土	12:30
尺八教室 個人レッスン	②④ 水	10:30
大倉流能囃子・小鼓 個人レッスン	①③ 水	12:00
イスで小鼓(セミ個人レッスン)	①③⑤ 月	10:15
和太鼓教室 (初級)	①③⑤ 月	14:20
(中級)	①③⑤ 月	15:00
(上級)	①③⑤ 月	16:10
和太鼓 夜クラス	①③⑤ 月	18:00
雅楽・龍笛を吹こう	②④ 木	18:30
★入門クラス	②④ 木	18:30
紫派藤間流 日本舞踊	毎週 月	15:45
1・3・5	①③⑤ 月	15:45
2・4	②④ 月	15:45
藤間流日本舞踊	②④ 土	18:00
花柳流日本舞踊 初級・上級	毎週 木	13:00
午前 初級・上級	毎週 金	10:45
初級・上級	②④ 金	19:30
坂東流日本舞踊	②④ 木	10:20
西川流日本舞踊	毎週 木	11:30
はじめての地唄舞	②④ 水	13:00
刀で舞う 剣舞道入門	①③ 火	19:00
土曜はサムライ 剣舞道	③ 土	16:00
かっぽれ踊り	毎週 日	11:55
月華宙舞(げっかそらまい)	①③⑤ 日	13:30
琉球舞踊(沖縄舞踊)	②④ 土	12:00
みんなで輪踊り(盆踊り)	①③⑤ 土	12:00
盆踊りのプロが教える 健康に楽しく踊る盆踊り(初心者)	②④ 金	10:30
慣れ親しんだ唄や音色で踊る 民謡舞踊・盆踊り(中級)	①③ 金	10:30

マナー・おしゃれ

大人が知りたいマナーと作法	① 月	15:00
腰ひも1本で着る簡単きもの	①③⑤ 木	13:15
装道きもの教室 (初級A)	①③⑤ 木	10:30
(中級A)(上級A)	①③⑤ 木	10:30
装道きもの教室 (初級B)	①③⑤ 木	13:15
(中級B)(上級B)	①③⑤ 木	13:15
日曜着つけ教室 (初級)(中級)(上級)	①③⑤ 日	10:30
着物コーディネート術(中級)	④ 水	10:30
顔トレーニングで輝く笑顔をつくろう	③ 木	10:30
基礎から学ぶドラマスタイリング講座	③ 火	14:30
ノーファンデーションの美肌塾&ポイントメイク	② 土	10:30
★かづきメイク講座<たるみほうれい線対策>	② 水	13:15

趣味・暮らし

囲碁教室 (中級・上級)	毎週 月	13:00
(入門・初級)	毎週 火	16:30
レディース麻雀教室 (初心者クラス・新規)	①③⑤ 水	10:10
(経験者クラス・新規)	①③⑤ 水	13:15
日曜麻雀教室	①③⑤ 日	10:10
木曜麻雀教室	②④ 木	14:10
女性のための麻雀教室	①③ 月	12:50
健康マージャン 初心者クラス	①③⑤ 金	10:30
経験者クラス	①③⑤ 金	13:30
初心者の麻雀教室 A	①③ 土	12:30
A	②④ 土	15:15
B	①③ 土	14:45
超初心者の麻雀教室 C	①③ 土	17:00
	①③ 火	10:30
★女性のためのエンジョイ麻雀A	②④ 金	13:20
女性のためのエンジョイ麻雀B	②④ 金	15:00
マジック教室	①③⑤ 土	10:15
バルーンアート	② 木	10:30
楽しい講談入門	② 月	10:30
(午後クラス)	② 月	13:30
歌助の実践落語教室 (前半クラス)	②④ 水	15:15
(後半クラス)	②④ 水	17:00
スクラップブッキング	① 土	13:00
フィギュアを作ろう	②④ 日	15:00
手相占い入門	② 日	13:30
手相を読み解く	②④ 月	19:00
ハッピー人生 楽しい韓国手相	③ 水	13:00
四柱推命 初級講座	③ 水	13:00
★はじめての四柱推命〜基礎〜	② 火	15:30
運気アップ九星気学講座	② 火	13:00
たのしい数秘術 入門	②④ 火	12:30
中級	② 火	14:30
上級	④ 火	14:30
やさしい西洋占星学	③ 水	10:30
蓮見天翔のタロットカード占い	②④ 火	19:00
蓮見天翔のはじめてのタロットカード占い	④ 火	15:00
新タロット占い 上級	②④ 水	15:30
入門	②④ 水	13:30
楽しいタロット講座	② 水	10:30
入門タロット占い	④ 木	14:00
デジタル一眼レフ写真講座「フォトメソッド」	②④ 水	10:30
かっこいい写真を撮ろう	①③⑤ 火	10:30
★花とカフェを美しく撮る、冬の鎌倉フォトさんぽ	③ 火	10:30
デジタル一眼写真教室	②④ 木	15:00
カメラ女子力を磨く	①③⑤ 日	10:15
街歩きフォト	②④ 土	10:30
★カラーセラピーとやさしい心理学講座(3回コース)	③ 火	13:30
心もお肌も潤う癒やしのせっけん作り	① 水	12:30
野鳥を知り、自然を知る	② 金	13:30
世界遺産を旅する	②④ 火	10:30
★楽しく学べる競馬ビギナー講座	③ 土	14:00
KATY ONDAのおしゃれ生活しませんか	② 月	10:30
はじめてのモダン盆栽	② 月	13:30
あの駅、この駅ぶらり旅(座学)	①③ 日	14:00

音 楽

ゆったりピアノ時間 30分コース(個)	毎週 土	13:00
45分コース(個)	毎週 土	13:00
60分コース(個)	毎週 土	13:00
夕焼けピアノ教室(個)	①③ 金	14:45
大人のためのピアノ(個)	①③ 日	14:10
のんびりピアノ教室(個)	②④ 月	10:15
マイペースで楽しむピアノ教室(個)	①③ 月	10:50
ポピュラーピアノ(個)	②④ 日	14:40
やさしいジャズピアノ(個)	①③ 日	17:15
ドレミから始めるピアノ教室(個)	①③⑤ 木	10:25
健康ピアノレッスン(個)	①③ 火	12:30
ピアノ中嶋教室(個)	①③ 水	17:30
ポピュラーピアノを楽しむ(個)	毎週 ①③ ②④ 水	10:30
(個)	②④ 月	10:30
楽しいピアノレッスン 昼コース(個)	①③ 木	14:00
夜コース(個)	①③ 木	18:15
自宅練習なしでも上達できるブラインドタッチで弾くゼロからのピアノ(個)	① ③ 土	10:05
連弾しよう!(個)	①③ 土	14:00
キーボードレッスン	①③ 土	17:00
簡単 楽しい キーボード Aクラス	①③⑤ 水	13:15
Bクラス	①③⑤ 水	14:45
Cクラス	①③⑤ 水	16:15
大人のためのらくらくキーボード&ピアノ	①③ 火	15:15
みんなでレッスン!憧れのピアノ	①③ 火	17:00
シニア世代のピアノサロン A	①③ 木	10:15
B	①③ 木	12:00
魅惑のアコーディオン(個)	②④ 日	10:50
おとなの鍵盤ハーモニカ (マスタークラス)	② 金	10:15
(ビギナークラス)	② 金	13:30
パイプオルガンを弾きに行こう(個)	日時応相談	
フルート教室(個)	毎週 土	12:30
	毎週 日	12:00
リコーダーオーケストラ	③ 日	13:30
リコーダーとともに(個)	①③ 土	13:00
麗しのオカリナ(個)	②④ 金	10:15
つちの音色 オカリナ(中級)	①③⑤ 金	11:00
月1回のオカリナ教室(初級)	③ 金	13:00
月1回のオカリナ教室(入門)	① 金	13:00
アンデスの笛ケーナを吹く	②④ 水	18:30
ゼロからはじめるハーモニカ超入門(グループレッスン)	②④ 火	10:15
(個人レッスン)	②④ 火	11:45
独奏で楽しむ複音ハーモニカ	①③ 土	15:30
楽しいクラリネット(個)	②④ 日	18:30
ギターを弾こう A経験者	①③ 土	15:45
B初・入門	①③ 土	16:50
(個)	①③ 土	12:15
趣味のギター(個)	毎週 月	15:00
★はじめてのマンドリン(入門)	②④ 火	13:30
はじめてのマンドリン	②④ 火	15:00
初心者のためのマンドリン(個)	②④ 火	16:30
ゼロから始めるウクレレ教室	①③ 火	11:00
	①③ 火	13:00
はじめてのウクレレ 初級クラス	②④ 月	12:40
入門クラス	②④ 月	13:55
やさしいウクレレ(個)	②④ 水	14:00
	②④ 木	12:15
楽しいウクレレ A	① 木	10:15
B	③ 木	15:30
C	③ 水	13:00
エンジョイ ウクレレ	①③⑤ 木	13:00
あこがれのハープレッスン(個)	②④ 火	17:00
★エンジェルスハープ	③ 金	13:00
ヴィオラ・ダ・ガンバ(グループ)	①③ 水	10:30
ヴィオラ・ダ・ガンバ/ヴァイオリン/ヴィオラ教室(グループ・個)	毎週 水	18:00
二胡の響き アンサンブル 初級	②④ 金	15:30
中級	②④ 金	17:00
上級	②④ 金	18:30
ライアー入門(グループ)	①③ 火	10:20
癒やしの竪琴 ライアー(個)	①③ 火	12:00
★バンジョーをはじめよう	①③⑤ 月	10:30
スティールパンを奏でよう	②④ 月	19:00
ジャンベ入門・初級	①③ 火	20:10