

〔公開〕③〇 Chocolate Soap
チョコレートみたいな石けん
日本デザイン石けん協会認定講師 大石 千恵
チョコやイチゴの甘い香りにつまれた、チョコレートそっくりな石けんです。大切な人へのプレゼントや自分へのご褒美いかがですか？対象：4歳から大人まで。※小学3年生まで要保護者同伴。
❖ 2/7(土) 10:30～12:30 3,300円
■385円 教材費2,200円

〔公開〕③① クリスマスティーの
ティーパーグ作り
ハーブティーインストラクター 堀部 珠美
紅茶と、スパイス、ハーブで作る、香り華やかなクリスマスティーバッグを作ります。試飲とお菓子付きです。
❖ 12/8(月) 15:10～16:40 4,125円(会員3,575円)
■407円
教材費1,650円

〔公開〕③② 鎌倉彫で作る丸皿
伝統工芸士 松永 龍山
直径15cmの丸皿に椿の模様を彫ります。伝統ある鎌倉彫を体験してみませんか。
❖ 3/5(木) 10:30～12:30 3,960円(会員3,410円)
■385円
教材費1,600円
塗り代8,800円(希望者のみ)

〔公開〕③③ 携帯スリッパに描こう
フルール・ラボール主宰 Rohi
シンプルなおスリッパにオリジナルのチュールリップとガーラを描きます。様々なシーンに活躍する一足で快適に過ごしませんか。
❖ 2/5(木) 13:00～15:00 4,070円(会員3,520円)
■385円
教材費2,500円

〔公開〕③④ 死んだらどうなる?仏教の世界
僧侶 慈光塾(仏教に依る生き方塾)主宰 小島 弘之(じま こうし)
「死」というものを現代の日本仏教ではどうとらえ、救いを説いているのか、解説します。
❖ 1/27(火) 13:00～14:30 3,300円 ■374円

日本パワーストーン1級ディプロマ認定
たまゆら開運師 平田 純子
〔公開〕③⑤ 開運 手作り天然石
プレスレット
それぞれの天然石のもつ効能を説明し、ご希望に沿った天然石をお選びいただきプレスレットを作ります。
❖ 12/18(木) 14:30～16:30 3,850円 ■385円 教材費4,400円～
〔公開〕③⑥ 2026年あなたの運勢を
読む数秘術
2026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を一人ひとりにアドバイスします。
❖ 12/25(木) 13:30～15:00 3,850円 ■385円
鑑定書代550円

〔公開〕③⑦ 第13回 新春カルチャー
落語会 初笑い
真打 桂 敬助
『実践落語教室』の受講者の皆さまによる発表会です。講師敬助・敬若両師匠の一声もごさいます。
❖ 1/25(日) 15:00～18:00 550円

〔公開〕③⑧ 皆既月食の楽しみ方
天文解説者 大川 拓也
2026年3月3日の夜、全国で皆既月食が見られます。注目点と観察方法、撮影テク、曇った時の楽しみ方、月食探査の話題まで、月食を味わい尽くす講座です。
❖ 2/15(日) 12:45～14:30 3,300円 ■374円

〔公開〕③⑨ 中華料理と日本人の歴史
東洋史学者 慶應義塾大学文学部教授 岩間 一弘
肉まん、餃子、焼売、ラーメン、麻婆豆腐。あの味はなぜ懐かしいのか。日本人の食生活に深く結びついている中華料理は、誰が、いつ、どうやって日本にもたらしたのか。中華料理と日本人の帝国主義から懐かしの味への100年史』の著者がお話しします。
❖ 3/7(土) 12:30～14:00 3,850円(会員3,300円) ■374円

〔公開〕④〇 とことんチーズ沼講座
おうちでチーズ「お家い@」 Shoko
個人では入手しにくい美味しくて希少なチーズを味わいませんか。
❖ 1/25(日) 15:00～17:00 3,190円 ■407円
教材費3,630円

〔公開〕④① クリスマスに彩る
紅茶の楽しみ方
N'sティーカンパニー 野澤 三千代
クリスマスのティーパーティーにぴったりの紅茶の選び方や、淹れ方を紹介します。試飲とお菓子付き。
❖ 12/17(水) 13:00～14:30 3,850円 ■407円 教材費770円

〔公開〕④② 寒仕込み味噌を作る
みそソムリエ 食品衛生責任者 蔵道 みどり
国産の蒸し潰し大豆と、生麹でつくるとてもおいしい味噌です。
❖ 2/22(日) 14:00～15:30 3,630円(会員3,080円) ■407円
教材費2,400円

〔公開〕④③ 福を巻き込む恵方巻
管理栄養士 千葉伝統郷土料理研究会 三將 周子
手作りの恵方巻で今年の福を呼び込みませんか。
❖ 1月30(金) 13:30～15:30 3,630円(会員3,080円) ■407円 教材費2,772円

〔公開〕④④ 失敗例から学ぶ遺言書の書き方
遺言書を書く(2回コース)
相続・事業承継の専門家(行政書士) 落合 裕子
様々な失敗例をふまえ、争いのない理想的な遺言書を作りましょう。プロが丁寧にサポートします。実践編では個別相談にも応じます。
❖ 講義1/17(土)・実践1/24(土) 14:30～16:00 9,900円(会員8,800円) ■792円
※講義のみ参加4,950円(会員4,400円) ■396円

〔公開〕④⑤ 横浜に文楽がやって来る 国立劇場 2月文楽公演
プログラム付き 通し狂言 絵本太功記
「絵本太功記」は様々な武将たちが活躍する十六世紀後半を舞台にした作品です。約二十年ぶりの上演となる「瓜祓しの段」や眼目山場の「尼崎の段」をお楽しみいただける第二部をプログラム付きでお得にご提供します。
❖ 2/21(土) 14:45開演 9,000円(一席席・プログラム付) 会場:KAAAT 神奈川芸術劇場<ホール>

金継ぎ講師養成 監修 漆芸伝承の会主宰 栗原 蘇秀
漆芸伝承の会公認講師 杉浦 保
壊れた器を直し、修復する日本の技「金継ぎ」を指導する講師を養成する講座。入門編を学びます。
❖ 第2木曜 A17:30～20:00 B18:30～21:00 1/8～ 3か月3回各11,880円 ■各1,155円

グラスアート 日本グラスアート協会本部講師 島 さおり
スタンドグラスの修復用としてイギリスで生まれたグラスアート。どんな物でも手軽に、室内小物やランプに始まり、ご自宅のリフォームまで制作可能です。
❖ 第2・4月曜 19:00～21:00 1/12～ 3か月6回20,460円 ■2,310円

細川流盆石(午後) 細川流盆石教授 夏目 慶月
盆石は1300年の歴史を持つ伝統芸術です。盆上に自然の風景を表現します。
❖ 第3月曜 13:10～15:10 1/19～ 3か月3回10,230円 ■1,155円

重ねて楽しむ 美しい彫刻切り絵 彫刻切り絵作家 奥石 孝志
何層にも重ねて彫刻のように美しい形を織りなす「彫刻切り絵」。講師オリジナル作品の魅力に触れませんか。
❖ 第3土曜 12:45～14:45 1/17～ 3か月3回13,200円 ■1,155円

江戸千家立礼 江戸千家宗家元直門 後藤 幸雪
椅子とテーブルを使ったお稽古です。正座が苦手な方、初心者もお気軽にお茶の作法が学べます。
❖ 第2金曜 16:15～20:00 1/9～ 3か月3回9,900円 ■1,155円

ゆったり楽しむチャイナペイント 日本ポーセリンアートアカデミー認定講師 鹿沼 礼子 永江 泰子 浜本 章子
白磁器に専用絵の具で描き、高温で焼成してきれいな器に。給付けを基本から学びます。
❖ 第1・3・5月曜 13:00～15:00 1/5～ 3か月7回23,870円 2,695円

彫金ジュエリー 弘工房主宰 篠塚 弘美
貝殻や天然石を銀の素材で加工して指輪やペンダントなどオリジナルジュエリーで楽しませんか。
❖ 第1・3・5水曜 A10:20～12:20 B13:00～15:00 1/7～ 3か月6回各19,800円 ■各2,310円

マスコートの花(入門) マスコアートアカデミー・I.C.F.A認定講師 後藤 文子
純白のオリジナル粘土に油絵の具を塗り込んで創り上げていく花は水の要らないフレッシュなお花です。
❖ 第2・4金曜 10:20～12:20 1/9～ 3か月6回18,975円 ■2,244円

水引手工芸 秀美水引手工芸講師 宮本 トシ
水引は祝事の贈答品に欠かせないものですが、それだけでなく、伝統的な枠を超えた多様なアート作品としても創作されています。
❖ 金曜 10:20～12:20 1/9～ 3か月12回39,468円 ■4,488円
❖ 第1・3・5金曜 1/16～ 第2・4金曜 1/9～ 3か月6回各19,734円 ■各2,244円

ソーイングデザイナー えとう あきこ
洋裁の基本 ミシンやロックミシンの使い方、初心者から経験者まで幅広く指導。サイズ調整やデザインの相談にも対応します。
❖ 第1・3・5水曜 10:30～12:30 1/15～ 3か月6回23,100円 ■2,244円
月1回のソーイングの基本 ミシンや手縫いをしながら小物やバッグ、簡単なエプロン等を作ります。ミシンの使い方や手縫いの基本を習います。
❖ 第1火曜 13:00～15:00 1/6～ 3か月3回11,550円 ■1,122円

伝承のちりめん細工とつるし飾り 日本玩具博物館講師 鈴木 幸子
正絹ちりめんのぬくもりを感じながら、季節の布遊びを楽しんでまいります。
❖ 第1・3金曜 10:30～12:30 1/16 3か月6回20,625円 ■2,244円

横浜中華街 季節の点心づくり 馬クッキングスクール代表 馬 双惠
横浜中華街で開催！上海料理店「馬さん」の店「龍仙」で季節に合わせての点心づくり。実習後にランチ付き。
❖ 第3木曜 11:00～14:00 1/15～ 3か月3回28,050円 ■990円 保険料300円

ワインプチLiver
(シャンパーニュその他編) Salon de C tamagawa主宰 松井 千寿
ワインが好き！ワインを知りたい！少し知識はあるけれどよくわからない…という方のための講座です。
❖ 第2土曜 15:15～16:45 1/10～ 3か月3回10,725円 ■1,980円

茶道・男子専科 大日本茶道学会専任講師 藤井 仙祥
茶道に関心を持つ男性向けです。基本の所作から始め、中級程度の点前までを学びます。
❖ 第2・4日曜 10:30～12:30 1/11～ 3か月6回19,800円 ■2,310円

崎村純子のヴォーカル個人レッスン	①③ 土	17:00
シニアのボイストレーニング	②④ 月	10:30
★シニアの健康ボイストレーニング	②④ 月	11:40
シニア世代の歌声教室	④ 金	10:30
発声と歌	②④ 火	15:30
夜空に響け！大人のコーラス	②④ 月	19:00
たくさん歌って健康に！	②④ 月	10:30
体幹・健康ボイストレーニング	②④ 土	13:10
声楽 (佐治教室) (個)	②④ 木	18:15
村上麗子の声楽マスタークラス (個)	毎週 金	10:30
		18:00
声楽 (竹内教室) (個)	②④ 木	12:00
歌のよろこび (個)	②④ 木	15:45
声楽 (鈴木教室) (個)	①③⑤ 木	17:30
声楽 (菅教室) (個)	②④ 月	11:00
声楽ゼロスタート！(個)	②④ 土	16:00
はじめよう 声楽プライベートレッスン (個)	①③ 火	10:15
美しく歌う歌曲	A ②④ 木	10:15
	B ②④ 木	11:55
	C ②④ 木	13:45
ドイツリートを楽しむ (個)	②④ 木	11:00
★オペラを楽しむ (3回コース)	① 水	10:30
明るく楽しくうたおう	①③⑤ 火	13:30
ちょっと素敵なミュージックサロン	① 月	12:00
愛唱歌を唱う	毎週 月	13:30
元気が出る歌のクラス	① 金	15:00
美しい声で歌う 世界の歌	② 月	10:30
うたうたう 日本の歌	①③⑤ 金	13:00
深江ゆかりのシャンソンを唱う	②④ 土	15:00
愛の唄 シャンソン	①③⑤ 金	11:00
川島豊とシャンソンを楽しむ	①③ 木	15:15
女声のめど(ピアノ)シャンソン&ガットネ	②④ 木	13:00
夜に歌う シャンソンのカンツォーネ	②④ 木	17:30
チャット・カンツォーネ	② 月	13:00
ハワイアンを唄いましょう	①③ 月	10:30
ハワイアンボーカル	②④ 土	16:30
ありのまま フォードを歌う	②④ 火	10:40
ポップス&歌謡曲を歌いましょう	② 月	12:00
北嶋マミの愛LOVEボイカルレッスン	② 日	11:00
ヨコハマ ミュージカル部	①③⑤ 土	10:30
おしゃべりに歌う映画音楽	②④ 火	13:30
ゼロからはじめるミュージカルソング	②④ 土	14:00
ソロで語るミュージカルソング	①③ 月	19:00
はじめてのボサノヴァ	③ 水	10:30
日本語で歌う はじめてのボサノヴァ	④ 月	10:30
ジャズボーカル 個人レッスン	②④ 木	15:15
	②④ 木	17:00
	①③ 木	16:00
		10:15

ゴスペル	A ②④ 火	13:00
	B ②④ 火	14:40
横浜フォーク歌声広場	①③ 木	13:00
歌唱力アップの	②④ 火	13:30
カラオケレッスン (個)	②④ 火	12:00
加藤おさむカラオケ歌謡教室	②④ 金	12:45
	A ②④ 木	13:00
	B ②④ 木	15:30
五城美穂歌謡教室 第1・3週クラスA	①③ 木	13:00
第2・4週クラスB	②④ 木	13:30
五城美穂の 楽しもう！カラオケ	①③ 木	10:45
演歌、歌謡曲専門ボイストレーニング	②④ 木	10:30
五城美穂の夕暮れ歌謡教室	①③⑤ 木	17:30

ダンス		
土曜社交ダンスゼミナール	毎週 土	11:50
(基礎：初心者対象)		13:00
社交ダンス (応用：経験者対象)	毎週 月	14:30
(レディーズ：経験者対象)		16:00
お仕事帰りの社交ダンス	①③⑤ 木	19:30
社交ダンス 個人レッスン	①③⑤ 木	15:30
社交ダンスでコミュニケーション	②④ 火	10:20
カントリー・ライティング	②④ 金	11:30
nanaのタップダンス	毎週 土	19:35
タップダンス (初級)	毎週 土	13:10
腰掛タップダンス®	A ②④ 木	14:40
	B ②④ 木	19:30
シニアのためのミュージカルダンス	①③⑤ 木	10:15
やさしいジャズダンス	毎週 火	10:30
おしゃべりなジャズダンス	毎週 火	19:40
名倉加代子の	(入門) ①③⑤ 火	10:10
ジャズダンス	(初級) ①③⑤ 火	11:45
	(初・中級) ①③⑤ 木	19:30
ミドリからのヒップホップ	①③⑤ 木	15:15
★ソット・ダンスでフェイェリ予防	①③⑤ 金	15:00
はじめてのソウル&ディスコダンス	②④ 火	12:00
お仕事帰りのソウル&ディスコダンス	②④ 火	19:00
ソウル&ディスコダンス	②④ 火	12:00
ディスコダンス	②④ 木	10:20

ソウル&ディスコダンス	①③⑤ 日	13:00
YOKOHAMAおビジャダンス部	②④ 金	19:00
YOKOHAMAダンスガールズ部	①③⑤ 土	13:00
フラメンコ舞踊	②④ 日	10:15
	(入門初級)	18:30
関こみ	(初級)	19:35
フラメンコ教室	(初・中級)	18:30
	(上級)	19:30
スノーカーでフラメンコ	(入門)	12:30
関こみフラメンコ教室	(初・中級)	15:30
	(中級)	14:00
ラテンを楽しむフラメンコ	B ①③⑤ 土	16:50
	A ①③⑤ 土	15:15
60歳からのソフトフラメンコ入門	①③⑤ 火	10:20
繊細なエルゼンチンタンゴ	毎週 木	10:15
ビューティフル・フラ (レイブ)	毎週 火	13:50
	(レイズ)	15:15
あなたのためのビューティフル・フラ	毎週 火	12:15
Mr.& Ms. フラ	毎週 火	19:45
井上ケイのアロハフラ	毎週 土	13:30
	入門 ①③⑤ 土	14:00
	中級 ①③⑤ 土	17:40
	初級 ②④ 火	17:40
アロハ・ピカケのエレガントフラ	毎週 土	10:15
ステップアップフラメンコ (経験者向け)	13:00	
はじめてのフラダンス (初心者向け)	15:30	
おしゃべりなフラダンス Aクラス	②④ 木	15:30
おしゃべりなフラダンス Bクラス	20:25	
ソロで語るハワイアン・フラ	①③⑤ 日	19:00
月1回の土曜フラダンス	② 土	13:00
お仕事帰る 豊和のハワイアンフラ	①③⑤ 月	19:00
キレイにアンエイジングフラ	①③⑤ 木	13:00
中高年の健康促進ベリーダンス	①③⑤ 月	10:15
50歳からのベリーダンス	①③⑤ 木	19:00
キレイを磨くベリーダンス	①③⑤ 月	13:00
美姿勢を目指すベリーダンスエクササイズ	②④ 火	10:30
ポピュラーダンス	①③⑤ 木	19:40
ゆったりカンツォーネ	①③⑤ 火	10:20
★北沢古典舞踊 カタク	①③⑤ 金	19:00

基礎からはじめる韓国舞踊 (隔週)	②④ 火	15:00
(毎週)		
K-POPダンス	①③⑤ 金	19:00
フロア・バレエストレッチ	①③⑤ 水	11:50
はじめてのバレエダンス	②④ 水	10:15
バレエ教室		
A (初級) 幼児4歳～未就学	A ②④ 土	14:20
B 小学校低学年	AB ②④ 土	16:50
C 小学校高学年	B ②④ 土	16:20
D 中学生以上	CD ②④ 土	15:25
E 大人	CD ②④ 土	17:35
	DE ②④ 土	16:40
	D ②④ 土	18:00
	DE ②④ 土	19:00
	DE ②④ 土	19:05
	DE ②④ 土	19:15
	E ②④ 土	13:45
	E夜 ②④ 土	19:30
	E ②④ 土	13:40
	月 ②④ 土	14:40
	水 ②④ 土	13:25
	木 ②④ 土	18:30
	土 ②④ 土	12:55
	月 ②④ 土	13:40
	木 ②④ 土	15:00
	土 ②④ 土	18:10
	月 ②④ 土	15:15
	②④ 火	16:30
	②④ 火	16:30
	②④ 火	15:00
	②④ 火	14:50
	②④ 火	15:15
	①③⑤ 日	16:30

健康・スポーツ		
実践読書(天然理心流)	毎週 土	10:15
琉球古武術	②④ 日	13:00
	(24)	
神道夢想流杖道入門	①③ 土	16:00
	毎週	
居合道	毎週 土	11:45
	日 ②④ 木	19:30
居合(無双直伝流)	②④ 金	19:00
基本的なポラリスン(小4～)	②④ 月	18:00
はじめての剣術	②④ 土	10:30
護身術 イミ・クラヴマガ	①③⑤ 火	19:40
護身術 イミ・クラヴマガ	①③ 土	19:40
【剣】と合気道	毎週 日	16:10
健康合気道教室	①③⑤ 日	13:30
	木 ②④ 土	18:00
合気道 初心者から有段者まで	毎週 土	14:00
	日 ②④ 火	18:30
合気道入門	②④ 土	10:30
	毎週 日	18:10
合気道 (女性クラス)	毎週 月	19:00

空手教室	①③⑤ 日	10:30
伝統空手	①③⑤ 日	16:50
エンジョウ 女性空手	初級 ①③⑤ 土 初級隔週 ①③⑤ 土 上級 ①③⑤ 土 上級隔週 ①③⑤ 土	15:40 17:30
空手道 KARATE	①③⑤ 水	12:00
リズムミックスカンパー	①③⑤ 月	19:30
ジューボウ	②④ 金	19:30
フリスビー武術「カリ」	①③ 木	19:00
★中国伝統武術・長拳(弾跳)	① 金	19:00
デューク更家式ウォーキングレッスン	①③⑤ 土	10:20
バレエティ・ス	②④ 火	10:30
体力アップ元気体操	①③⑤ 火	15:15
ソフトピラティス	①③⑤ 土	10:15
ピラティス・ストレッチ	①③ 月	12:15
ゆる体操 初級	②④ 月	12:40
60歳からの素顔に音楽体操	②④ 木	13:20
ボディメソッドソフトエクソピクス(アロビクスダンス)	①③⑤ 土	11:40
整美体操	②④ 月 金	10:30
中高年のバランスボール	①③⑤ 月	13:20
ピラティスで美しい身体づくり	①③ 火	13:45
シニアの健康エクササイズ 体づくりエクササイズ	①③⑤ 月	10:30
シニアの健康エクササイズ(リフレッシュコース)	②④ 木	12:45
アロビクスダンス	①③⑤ 月	18:30
ストレッチ＆新アロビクスダンス	①③⑤ 木	11:50
中高年のストレッチ&音楽体操	①③⑤ 金	13:00
整体ピラティス	②④ 火	19:30
驚異のエグゾスケュー体操	①③⑤ 土	15:30
気・リンパ体操ストレッチ	①③ 火	10:15
数々の名作エクササイズ 脱ん出ポスサイズ®	①③ 木	10:15
★マッパピラティス	①③ 火	19:15
始めよう！ けんこう太極拳	②④ 土	12:10
総合太極拳 A(中上級) B(初級)	①③⑤ 土 ②④ 土	13:30 15:00
新編二十八式太極剣と三十二式太極剣	①③⑤ 日	10:15
四十二式総合太極剣講座	②④ 日	10:15
楊式入門/段路・太極拳	②④ 火	15:45
太極拳&太極剣	②④ 金	10:30
太極拳入門	①②③ 月	19:30
太極拳&氣功	②④ 木	11:50
楊式入門/段路・太極拳	②④ 木	14:45
最初歩から始める 太極拳 ★やせたい陳式太極拳入門	①③ 土 ④ 金	15:15 15:00
健康氣功	②④ 火	10:30
沈再平の 氣功法・太極拳	②④ 土	13:40 18:10
東洋医学から学ぶ心と体の健康法	②④ 土	12:30
中国医学と健康	②④ 日	15:10
アイアンヨーガ	②④ 日	13:00
健康ヨーガ	②④ 月	11:50
からにやせよう！ みんなのヨーガ	②④ 月	10:30
ヨーガ ピラティス	②④ 火	14:40
無理なくできるのびのび呼吸・吸い込みと姿勢・ タイプ式ヨガ ルーシーダットン	①③⑤ 金	15:00
リフレッシュ・ヨーガ	①③⑤ 土	11:30
バレリーナヨーガ	①③⑤ 日	10:30
やさしい広池ヨーガ健康法	①③⑤ 水	13:00
自衛術	②④ 火	13:00
丹田呼吸法	②④ 火	10:15
スポーツウエルネス欠矢	②④ 日	10:10
天のひなみ法	①③⑤ 日	15:30
【公認】西野流呼吸法	②④ 水	13:00
ジャイロロキニシス	①③ 日	10:30