

2021年4月期受講生募集

お申し込みは 当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より

喜びが共鳴する時代へ

学びこそが最大の贅沢

  
オンライン  
サークル  
スタート!

お好きな場所で  
オンラインレッスン  
始めてみませんか？

スケジュールは変更になる場合がございます。掲載している金額は、消費税を含む総額で表示しております。

講座受付



WEB先行受付  で検索

2/25(木) 10:00 より受付開始!

ホームページでは、24時間いつでもお申し込み受付可能

電話・来館受付

2/27(土) 10:00 より受付開始!

TEL:03(3708)6125  月曜～土曜 10:00～20:00  
日曜・祝日 10:00～17:00





## 日本の伝統美を究める

伝統文化、と聞くととにかく背筋が伸びるような、組んでいた足をただすような心持ちになりますね。どこか遠くで誰かがやってくれているものと考えがちです。でも伝統とはある日突然目の前に現われるものではなく、市井に生きる私たちを含めたあらゆる人々の、繰り返される日々の営みから生まれます。

今からおよそ1200年前、最澄が比叡山の山中にお堂を建て、その本尊の前には3つの法灯が置かれました。その灯の火はなんと1200年もの間、途絶えることなく灯され続け、「不滅の法灯」と呼ばれているそうです。「火」を守るために、燃料のなたね油が常に切れないようにし、炎の芯が燃え尽きそうになると新しい芯に交換するといった営みを、今に至るまでずっと続けてきたのです。

ある参拝者が寺の僧に、この「法灯」を管理するシステムや役割分担について訊ねると、僧は次のように答えたといいます。「係や役割を決めたら、しばらくはうまくできるかもしれない。でも役割を決めた瞬間に「だれかの仕事」という甘えの心が芽生え、他人

ごとになってしまう。比叡山では特定の係をつけず、気づいた人が油を足し、芯を替えるのです。大切なことは役割や係で守るのではなく、気づいた人がやる。我々の心に迷いや怠慢が生じ、当たり前ことができなくなり、油が途絶えたら火は消えます。このことを「油断」と言うのです。」

時に伝統という文字は、明治以前には伝燈という漢字が使われていました。長く続いていることから守らなければならないといった形式上の「伝統」ではなく、その時代の新鮮な油を少しずつ注ぎ続ける血の通った「伝燈」という営み。私たちはつい、このびっくりするような新しい時代に、なにか強烈な革新を起こさなければと焦りがちですが、本当に大切なことは先人から綿々と引き継がれているそれぞれの小さな燈明も、この時代にも変わらずに灯し続ける覚悟なのかも知れません。

### 川瀬敏郎・初心者講座 定期 四季折々の花の美を伝える



**講師** 川瀬 敏郎 花人  
**開講日** 指定土曜日 13:00-16:30  
(6/26・9/25・2022/1/29・3/12)  
**金額** 1年全4回 54,164円  
※インターネットからの申し込みを受け付けておりませんので、お電話にてお問い合わせください。

私たちが花をいけてきた大本には、日本人の自然に対する信仰があります。しかし、一木一草一花に宿る美を「カミ」として奉つただけでなく、身近な暮らしに取り入れることで、豊かな「花」の美と文化を育んできました。この講座では、花の歴史や形式の誕生などの幅広い話を交えながら、季節に応じた軸やうつわなどの室礼と共に、四季折々の花をいけていきます。今期の開催は、初夏から開催いたします。

### 川瀬敏郎・花の講座 定期 「花」と「美術」 —「東西の美のかたち」—をいける、語るⅡ

**講師** 川瀬 敏郎 花人 西岡 文彦 多摩美術大学教授  
**開講日** 指定土曜日 13:00-16:30  
(11/27・2022/2/26)  
**金額** 1年全2回 27,082円  
※インターネットからの申し込みを受け付けておりませんので、お電話にてお問い合わせください。  
人気講座の第2弾。今回は、「東西の美のかたち」をテーマに「世阿弥の花とダ・ヴィンチの光」「ゴッホと文人の手荒び」について、花の視点、美術の視点から二人の講師が花をいける、映像から語るコラボレーション講座です。花と美の共演をお楽しみください。



### 日本の伝統文化を伝える 一日 鼓を通して知る能楽の世界

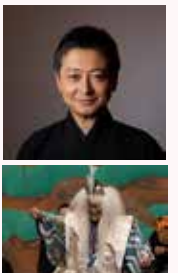
**講師** 大倉 源次郎  
小鼓方大倉流十六世宗家  
**開講日** 4/23(金)13:30-15:00  
**金額** 会員 5,060円  
一般 5,610円



小鼓を通して能楽の魅力、日本の歴史、そして鼓の楽しさを観て聴いて感じていただきます。美しい言葉で綴られた能楽鑑賞の道標としていただきたい内容です。能楽の難しさを紐解き面白さをまずは体験しましょう。

### ～能をみる・能のころ～ 一日 能楽師が語る能のみかた

**講師** 山井 綱雄  
金春流シテ方能楽師 / 重要無形文化財(総合指定) 保持者 / 公益社団法人「能楽協会」理事  
**開講日** 4/13(火)10:30-12:30  
**金額** 会員 5,060円  
一般 5,610円  
**会場** 本館屋上たまがわLOOP



能楽の第一線で活躍する能楽師自身が、能楽を語ります。難しいと感じられる能楽を能楽師自らの体験や実演を交えて、親しみやすく解説・紹介します。その仕組みや様式美を理解できれば、能はぐっと身近になります。能楽に込められた「日本のこころ」とは?

### ～歌舞伎を観る前に～ 一日 歌舞伎の魅力

**講師** 大倉 直人 歌舞伎研究者  
**開講日** 5/8(土)10:30-12:00  
**金額** 会員 3,388円 一般 3,938円



歌舞伎は江戸時代に生まれ、現代にまで続く人気の古典演劇です。歌舞伎役者のスターの存在も大きいのですが、やはり歌舞伎という演劇そのものに魅力があるからでしょう。本講座ではその魅力に迫り、人気の秘密を解き明かしていきたいと思います。



### 日本の美を学ぶ 一日 日本画から見る伝統美

**講師** 太田 慧香 虚心会主宰  
**開講日** 5/29(土)10:30-13:00  
**金額** 会員 12,166円 一般 12,716円

歴史背景に基づく日本画の流れ、屏風、掛け軸の役割、構図から学ぶ日本の美学についての講義と、実際に色紙に描く体験講座。美術館などで観る日本画がどのように描かれているかを学びます。



### 日本の美術の巨匠を学ぶ 一日 世界が驚愕した北斎芸術の凄さ

**講師** 谷岡 清 美術評論家  
**開講日** 5/25(火)13:30-15:30  
**金額** 会員 3,487円 一般 4,037円



江戸で人気の北斎「富嶽三十六景」は、19世紀のパリでも大人気。モネの睡蓮連作を産み、「エッフェル塔三十六景」さえ誕生した。この波しぶきはカメラの1/5000秒で撮った動きと同じという。なぜ北斎芸術は、それほど強い衝撃を与えたのか。本講座では大スクリーンで、迫力ある構図・着想・彩色等、万能北斎の目・手・心に迫る!



### 一日 沖縄に自生する蔓植物ウージを編む ル・コージェイの食卓雑貨づくり(2回コース)

**講師** 合同会社日本伝統文化未来考案者「でんみら」 監修 池田 由季子 ル・コージェイ カゴ編みデザイナー  
**開講日** 4/11(日)・4/18(日)13:45-16:15  
**金額** 会員 24,332円 一般 25,432円

鳥言葉で「ウージ」と呼ばれるトウツルモドキは、古くより生活のさまざまな場面で活用されてきました。LE KOOGEI(ル・コージェイ)では琉球の伝統をモダンな感性に融合させています。今回は現代の食卓雑貨へとアレンジした、パンかご・カラリ入りを編んでいます。また当日会場で、珊瑚のレスト2つ、またはかごのハンドル(流木/珊瑚)のどちらかをお選びください。



### 一日 国分寺市・昭和初期の洋風建築物 「カフェおきもと」を訪ねて

**講師** 久保 愛美 カフェおきもと オーナー  
**開講日** 5/18(火)11:30-13:30  
**金額** 会員 4,400円 一般 4,950円  
※ランチ・外出時保険代含む。外出時実費各自負担。現地集合・解散。外出先:カフェおきもと(JR中央本線国分寺駅下車)



国分寺市の歴史的建築「沖本邸」は、1932年に別荘として建てられた木造二階建てと1940年洋館の隣に建てられた木造平屋建ての和館があり、ほぼ建築当時のままで戦前期の東京近郊の住まいの姿を伝えている貴重なものだそうです。カフェに改修し、その経営で保存費用を捻出したいとお考えの久保さんからお話を聞きながら、その歴史的建築物を見学します。近代建築の意匠、別荘庭園の趣き、そしてランチを楽しみながら、心地よいひとときをお過ごしください。写真愛好家の方には、素敵な撮影ポイントもたくさんあります。

### 一日 京のはんなり一日講習会 ～着物で伝統文化を楽しむ～

**講師** 服部 真三未 着物コンシェルジュ  
**開講日** 5/15(土)13:00-15:00  
**金額** 会員 4,466円 一般 5,016円

古から伝わる日本の心を感じていただける和装は、伝統文化に欠かせません。相応しい装いや、美しく着るための心得などお伝えします。



### 一日 ～熱きチーズ職人たちの国産チーズ～ チーズで旅する日本

**講師** 村瀬 美幸 世界最優秀フロマージュ2013 / 日本チーズアートフロマージュ協会 副理事長 / ザ・チーズルーム東京 副校長  
**開講日** 4/20(火)13:30-15:00  
**金額** 会員 5,566円 一般 6,116円  
**会場** 本館屋上たまがわLOOP

国産チーズの美味しさや品質は年々高まっています。国内外のコンクールで受賞した工房を中心に今注目の国産チーズの魅力を紹介します。盛り付け方やカット方法も楽しく学べ、あなたもチーズのおもてなし上手に!



## THE SCENT OF SPRING ROSES 春色の薔薇を楽しむ

クレオパトラにも愛された美と愛の象徴、薔薇。2000年以上前から人々の心を魅了してきた薔薇を、楽しみながら学んでみませんか。

### 一日 バラのトップシーズンに学ぶ バラを育てる・楽しむ

**講師** 大野 耕生 ROSE STYLIST 主宰  
**開講日** 4/17(土)10:30-12:30  
**金額** 会員 3,916円 一般 4,466円  
**会場** 本館屋上たまがわ LOOP



バラの貴公子・大野耕生氏による、バラの育て方、楽しみ方をトップシーズンの今、学びたい!数々のメディアで活躍の講師による上手に育てるコツ・楽しみ方を教えていただきます。

### 一日 ～カラリストに学ぶ、失敗しない、色の合わせ方～ バラを使った プティ・パリ風アレンジ

**講師** 窪 淑子 フラワーデザイナー・カラリスト / 日本カラリスト協会認定講師 / 色彩診断士  
**開講日** ① 5/19(水) 13:30-15:30  
② 6/5(土) 13:30-15:30  
**金額** 会員 11,066円 一般 11,616円  
**会場** ① 5/19 本館屋上たまがわ LOOP  
② 6/5 東館 4F コミュニティクラブたまがわ  
※各回、同内容の開催となります。



### 一日 カリグラフィー文字にオリジナルのバラを組み合わせる \*カリグラフィーとともに バラ模様を描く\*

**講師** 小田原 真喜子 カリグラフィヤー  
**開講日** 5/15(土)10:30-12:00  
**金額** 会員 5,896円 一般 6,446円  
※平筆・ペン先・ホルダーをお持ちでない方は、別途2,000円位かかります。

「バラ」のトップシーズンを迎えるこの時期に、「バラ」柄のデザインでカードをつくりまします。カードの言葉をカリグラフィー文字で、「バラ」を平筆で描くオリジナルデザインのバラカードの制作いたします。今にも春っぽいそよやかな華やかなカードですね。



### 一日 ハワイの薔薇 ロケラニローズのソーイングケース (2回コース)

**講師** マエダ メグ キルト作家・グラフィックデザイナー  
**開講日** 5/18(火)・6/15(火)10:30-12:30  
**金額** 会員 16,632円 一般 17,732円  
**会場** 本館屋上たまがわ LOOP

ハワイ・マウイ島のシンボルフラワー「ロケラニ」をモチーフにしたソーイングケースをつくりまします。ステンドグラスキルトと刺繍の手法を使って2回のレッスンで仕上げていきます。フローの手染め生地とイニシャルチャームであなただけの特別な作品を。



### かなの誕生と字形の変化の背景を学ぶ 一日 かなと日本人の美意識

**講師** 名児耶 明 書文化・古筆研究者 / 元五島美術館副館長  
**開講日** 5/29(土)13:30-15:30  
**金額** 会員 3,190円 一般 3,740円

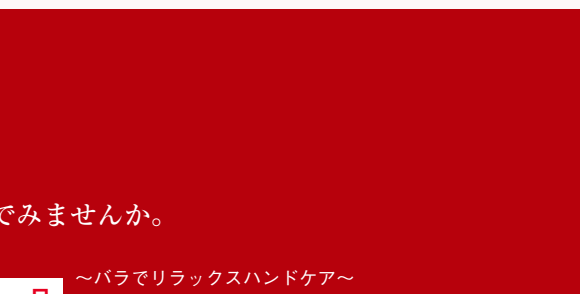
「かな」は平安時代の前期、900年頃に出来たといわれますが、突然誕生したのではなく、奈良時代以前から、漢字が簡略化され様々な字形が生まれていた中から、より単純で日本人の美意識に合った姿が選ばれたと考えられています。こうした字形の生まれた背景と、「かな」の美が、日本人の美意識とどう関わっているかを述べてみます。



### 一日 ～美味しい日本ワインを味わう～ ワインの魅力を楽しむ

**講師** 三輪 宗博 日本ソムリエ協会シニアソムリエ / 田辺由美ワインスクール講師  
**開講日** 5/25(火)12:30-14:00  
**金額** 会員 6,116円 一般 6,666円  
**会場** 本館屋上たまがわLOOP

今、国内でそして世界で熱い注目を浴びているのが日本ワインです。甲州種から造られる爽やかな白ワイン、マスカットベリーA種によるフルーティな赤ワインなど、魅力的なワインがいっぱい。北海道から九州まで代表的な産地のワインをご紹介します。和食とのペアリングやエピソードなど、実際にワインとオードブルを味わいながら素敵な日本ワインの世界をお楽しみください。どなたでも気軽に参加できるビギナー向けのワインセミナーです。



### 一日 ～バラでリラックスハンドケア～ ハーブとアロマでナチュラルケア

**講師** 荒井 雄子 hitotoki 主宰  
**開講日** 5/25(火)10:30-12:30  
**金額** 会員 5,566円 一般 6,116円

ハーブ、アロマ、薬膳など、自然のチカラで元氣や美しさをサポートするセルフケア。日常に取り入れやすい色々な方法をテーマに合わせてお伝えします。今回はリラックスと手肌の手入れ。ドライローズやローズ精油などを使って少し贅沢に、気分も手肌もお手入れする方法を実習を交えながら行います。





## GROW YOURSELF 成長する自分を楽しもう

自分を好きになれた分、まわりにも優しくなれるはず。  
大切なのは結果よりも成長です。

### 美しくしなやかに 定期 美ボディ・ピラティス &エクササイズ～金曜クラス～

**講師** フルヤ 一恵監修 フルヤアカデミー校長  
**高山 勝子** フルヤアカデミー専任インストラクター  
**開講日** 第2・4金曜日 14:15～15:30  
(4/9・4/23・5/14・5/28・6/11・6/25)

**金額** 3ヵ月全6回 **16,896円**  
トライアル 随時参加費3,146円(1回分)  
**会場** 南館8階 サウススタジオ



ピラティスを基本とした筋力トレーニングとバレエの要素を取り入れたエクササイズ、ストレッチを行うクラスです。姿勢改善、筋力の向上、体力強化を目指します。美しくしなやかなボディを手に入れますよ!

### Hollywell English 定期 ハリウッドイングリッシュ (レベル：中級)

**講師** ルイス・ディアンドレイド 英会話講師  
**開講日** 毎木曜日 15:50～17:20  
(4/1・4/8・4/15・4/22・4/29・5/6・5/13・5/20・5/27・6/3・6/10・6/17・6/24)

**金額** 3ヵ月全13回 **36,751円**  
トライアル 随時参加費3,157円(1回分)



映画の台詞やダイアログからは、言葉に含まれた怒り、焦り、笑い、苦しみといった多様な表現力を学べます。映画のダイジェストシーンやスターのインタビューなど、興味深い内容の映像を見ながらリスニング力の向上を目指します。

### 受け継がれた歴史を感じる 定期 アンティーク陶磁の世界と、 ピカソのアート

**講師** 河合 恵美 一般社団法人 西洋アンティーク鑑定検定試験協会 代表理事  
**開講日** 第4火曜日 13:30～15:00 (4/27・5/25・6/22)

**金額** 3ヵ月全3回 **11,539円**  
トライアル 4/27(火) 参加費3,883円(1回分)  
※外出時保険代含む。外出時実費各自負担。現地集合・解散。  
お家にいる時間が増えた昨今、日々の暮らしの中で西洋アンティークを取り入れ、心豊かに日常の移り変わりを楽しみたい。アンティークの食器や雑貨が好き、でもあまりよくわからない...と思っている方を対象に、西洋アンティークの魅力をお話します。また、ピカソが戦後、情熱を燃やした陶器の展覧会も見学予定です。



### 一日 肌で香る香水のある暮らし オーガニック香水をつくる

**講師** 近藤 Hiroko オーガニック調香師  
**開講日** 5/29(土) 14:00～16:00

**金額** 会員 **6,050円** 一般 **6,600円**

フランス産のオーガニック原材料を使って、あなただけの香水をつくりませんか。香りのエッセンスは音楽の音符のように高低があり、それらを組み合わせて、お好みの香りのハーモニー(和音)をつくっていきましょう。身に付けた香りや呼吸したい香りを、国際ナチュラル認定機関 ECOCERT / COSMOS の厳しい基準に準じて、パフュームコスメを開発生産しているスペシャリストが指導します。



### 一日 夢の宝塚サロン

**講師** 赤岩 友美子 タカラヅカ狂想曲 著者  
佐藤 友里子 入江薫の音楽を愛する会代表 / 声楽家

**開講日** 4/18(日) 13:30～15:30 ゲスト 風 さやか  
5/16(日) 13:30～15:30 ゲスト 平 みち  
6/20(日) 13:30～15:30 ゲスト 穂高 ゆう / 星乃 あんり

**金額** 各回 会員 **7,326円** 一般 **7,326円**  
※1回ごとのお申し込みで承ります。

### 心身健やかに出産を迎えよう! 定期 マタニティピラティス【対象：妊娠5ヵ月(16週)～】

**講師** 齊藤 理恵子 BASI Certified mat instructor / 日本母子健康運動協会プレグナアンシーボディワーク認定指導者  
**開講日** 毎月曜日 10:30～11:30  
(4/5・4/12・4/19・4/26・5/10・5/17・5/24・5/31・6/7・6/14・6/21・6/28)

**金額** 3ヵ月全12回 **42,372円**  
**会場** 南館8階 サウススタジオ トライアル 随時参加費3,861円(1回分)

運動経験が少なくても、運動が大好きでも、大歓迎!呼吸、ストレッチ、ピラティスを中心としたエクササイズを行います。妊娠中に起こりうる不定愁訴の改善や体力維持など身体を整える一方で、日々変化する身体の声に耳を傾け感じることで、心身の結びつき、赤ちゃんとの結びつきを感じ、出産へ向け心も整えていきましょう。～参加資格～

(1) 主治医の運動許可があること (2) 妊娠16週以降であること  
(3) 参加当日に免責同意書にチェック・サインをいただきます



### 講師と踊る&家族と踊る 定期 社交ダンス

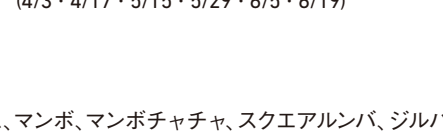
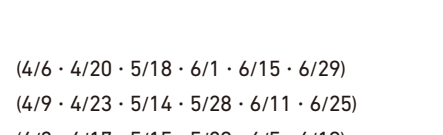
①入門・初級クラス ②経験者クラス

**講師** 平野 晴也 (財)日本ボールルームダンス連盟  
小森 弘子

**開講日** 【火曜クラス】 第1・3火曜日 ① 17:00～17:40 ② 17:50～18:30 (4/6・4/20・5/18・6/1・6/15・6/29)  
【金曜クラス】 第2・4金曜日 ① 16:30～17:10 ② 17:30～18:10 (4/9・4/23・5/14・5/28・6/11・6/25)  
【土曜クラス】 第1・3土曜日 ① 12:00～12:40 ② 12:50～13:30 (4/3・4/17・5/15・5/29・6/5・6/19)

**金額** 3ヵ月全6回 ①**15,048円** ②**17,028円**  
トライアル 随時参加費①2,838円②3,168円(1回分)

①初めての方、少し経験のある方を対象とした入門、初級クラスです。ブルース、マンボ、マンボチャチャ、スクエアルンバ、ジルバ、タンゴ、ワルツを学びます。②経験のある方を対象としたクラスです。ワルツ、タンゴ、チャチャチャ、ルンバ、サンバを学びます。



### 一日 コロナ禍の中でも元気になるよ マダム市川と楽しむ「暮らし方のコツ」

**講師** 市川 吉恵 エレガント・ライフコーディネーター  
**開講日** 5/26(水) 11:00～13:30  
**金額** 会員 **8,250円** 一般 **8,800円**

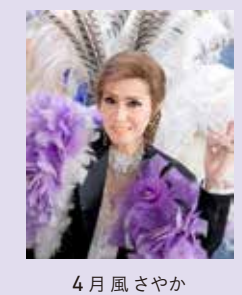
**会場** 講師宅(世田谷区玉川)  
※軽食・外出時保険代含む。外出時実費各自負担。現地集合・解散。  
コロナ禍の中、お家で過ごす時間が増えてきました。そのような時間を充実させるために、マダム市川が実践しているどんなことも笑い飛ばし、幸せを呼ぶ3つのコツについてお話します。また、気分がUPするインテリアや収納の見直し、市販のお弁当やスイーツが素敵に変わるアレンジ法など、お家が居心地よく癒しの空間になるヒントが満載です。



### 一日 指南役は文具プランナーの福島さん 文房具を語ろう

**講師** 福島 椋子 文具プランナー  
**開講日** 5/30(日) 13:30～15:00  
**金額** 会員 **3,366円** 一般 **3,916円**

文房具が好きみなさんで、熱く文房具愛を語ってませんか?文房具の魅力やSNS投稿や友達との会話で楽しんでいるけれど、文房具愛をもっと共有したいと思っている方にぴったりの講座です。文具プランナーの福島椋子さんと一緒に、文房具の魅力が分かち合いませんか。今回のテーマは、ボールペン。ご参加の際に、お気に入りのものをひとつお持ちください。福島さんオススメの「ボールペンと一緒に使える文房具」のプレゼント付きです。



一世以上の歴史ある宝塚歌劇団、その舞台を彩ってこられた元タカラジェンヌの方々が毎月ゲストにお迎えし、歌やトークを通して宝塚の魅力をお楽しみいただけます。ティータイムもご一緒に。

4月 風 さやか

5月 平 みち

6月 穂高 ゆう / 星乃 あんり

## KIDS CIRCLE NEW こどもサークル

好奇心は、人生を楽しむ最良の友だち。  
新しいことにチャレンジして、色とりどりの毎日を♪

### 定期 楽しく身体と心をきたえよう! 空手道教室

**講師** ポル・ウグロ NPO 法人国際松清館空手道連盟指導員 四段  
アシスタント **和田 莉英** NPO 法人国際松清館空手道連盟 四段  
**開講日** 第2・4月曜日火曜日  
幼児クラス (3歳～年長) **16:15～17:05**  
小学生クラス (小学1年生～6年生) **17:30～18:30**  
(4/12・4/13・4/26・4/27・5/10・5/11・5/24・5/25・6/8・6/14・6/22・6/28)

**金額** 3ヵ月全12回 幼児クラス **25,872円**  
小学生クラス **27,192円**  
※道衣購入の方は別途8,000円位～  
トライアル 随時 幼児クラス2,486円小学生クラス2,596円(1回分)

**会場** 南館8階 サウススタジオ



礼儀や伝統を重んじる「空手道」の稽古を通じて、身体をきたえながら、集中力、忍耐力を養います。また、相手を倒すのではなく、相手を尊重し、思いやりのこころ、協調性を大切にします。体格や体力差などを考慮し一人ひとりにあわせた丁寧な指導を行います。楽しく松清館流の空手道を学びましょう。

### プレ体験会 プレ体験会に参加して定期サークルにお申し込みの方は入会金無料!

**開講日** 3/30(火) 幼児クラス 16:15～17:05 小学生クラス 17:30～18:30  
**対象** 幼児クラス 3歳～年長 小学生クラス 小学1年生～6年生 **金額** **1,100円**

### 定期 ～ボンボンを持って楽しく踊ろう～ キッズチアダンス教室

**講師** 日野 紗和 チアダンスインストラクター  
**開講日** 毎木曜日 幼児クラス (3歳～年長) 17:30～18:15  
小学生クラス (小学1年生～3年生) 17:30～18:30  
(4/1・4/8・4/15・4/22・5/6・5/13・5/20・5/27・6/3・6/10・6/17・6/24)

**金額** 3ヵ月全12回 幼児クラス **27,962円**  
小学生クラス **29,282円**  
(初回教材費含む)  
トライアル 随時 幼児クラス2,486円小学生クラス2,596円(1回分)

**会場** 南館8階 サウススタジオ  
基礎となる身体づくり、チアダンスのアームやステップなどのダンススキルの習得だけでなく、チアダンスを楽しみながら、人を元気にするチアスピリットや、何事にも前向きに取り組むポジティブスピリット、そして自身を表現する力を育てます。音楽にのってみんなであたのしく元気に踊りましょう!



### プレ体験会 プレ体験会に参加して定期サークルにお申し込みの方は入会金無料!

**開講日** 3/31(水) ① 10:30～11:30 ② 12:00～13:00  
**対象** 3歳～小学3年生 **金額** **1,100円**

## ONLINE CIRCLE オンライン

はじめてオンライン講座がスタート! 人気講師による1日講習会を配信形式の講座としてお届けいたします。  
ご自宅にいながらお気軽に受講できます。おうち時間をより楽しく自分らしいライフスタイルの彩りを見つけてみましょう。

### 一日 家族のみなが笑顔になる マダム市川流「おうちごはん」

**講師** 市川 吉恵 エレガント・ライフコーディネーター  
**開講日** 5/11(火) 10:30～12:00  
**金額** 会員 **2,750円** 一般 **3,300円**

コロナ禍の中、お家で過ごす時間が増えてきました。家族のみながら食卓を囲むことも楽しい時間ですが、お料理をするのがちょっと面倒だと思っている方も多いはず。そこで今回は、マダム市川流手軽にメイン料理2品が同時にでき、バリエーションも豊富なお料理をご紹介します。冷蔵庫の中がすっきりと使いやすくなる収納のヒントもお話します。

### 一日 自宅にいながら オンラインプライベートレッスン

**講師** アップ・ゴルフスクール所属プロ  
**開講日** 5/9(日) 13:30～14:00  
**金額** 会員 **3,300円** 一般 **3,850円**

自宅にいながら、気軽にゴルフレッスンが受けられます。アップ・ゴルフスクール所属のプロがゴルフの基本からラウンドに役立つテクニックを分かりやすくお伝えしますので、初心者も経験者も、ぜひ受講ください。



### 一日 手元を眺めたいくなる エミール天然石リングをつくる

**講師** 加山 忠則 天然石アクセサリーデザイナー  
**開講日** 5/29(土) 14:00～15:30  
**金額** 会員 **6,020円** 一般 **6,570円**

美しい青空に白い雲が漂っているかのように、清々しい気分をさせてくれるブルーレースアゲート。希少なレクタンブルカットの4つ穴ブルーレースアゲートを使ってリングをつくります。淡水パールやハウライトを組み合わせて、思わず自慢したくなるリングに仕上げます。初めての方も大歓迎です。ぜひ一緒に楽しい時間を過ごしましょう! ※平ペンチ・はさみ・メジャーをご準備ください。



### 一日 リボンと香りのハンドクラフト フレンチリボンクラフト

**講師** 安藤 れい子 Ribbon & Roses 主宰  
**開講日** ① 4/14(水) ② 5/12(水) ③ 6/9(水)  
各回 13:00～15:00  
**金額** 会員 ①**6,600円** 一般 ①**7,150円**  
②**7,700円** ②**8,250円**  
③**9,900円** ③**10,450円** (お断り理由)

夢のあるフランスリボンに香りを入れて、サンエヤコサージュ、コフレ(小箱)などを楽しくつくります。



4月 スミレのリボンサンエヤ 5月 薔薇のコフレ 6月 ラベンダーリボンのリース

### 一日 暮らしがより豊かに楽しくなる 紅茶の旬を愉しむ

**講師** 峯尾 朋子 (株)Joccoroba 主催 / スパイス・ハーブコーディネーター / 日本紅茶協会公認ティードバイザー  
**開講日** 5/7(金) 13:30～15:00  
**金額** 会員 **3,652円** 一般 **4,202円**

標高2000mのインド・ダージリンで春一番に芽吹いた新芽からつくられるファーストフラッシュが空輸される季節です。フードプロセッサーを使用してつくる美味しいスコンと合わせて、紅茶の旬を愉しみましょう。紅茶の種類、産地、選び方、淹れ方を学んで、奥深いティーワールドの扉を開けるレッスンです。※ダージリン中国白茶のファーストフラッシュと資料を送付いたします。



### 一日 世界中のスパイスを愉しむ ～カレー編～

**講師** Laura スーツアーティスト / ハンドメイドアーティスト  
**開講日** 6/29(火) 13:30～15:00  
**金額** 会員 **3,652円** 一般 **4,202円**

カレーに使われるスパイスに注目し、健康に役立つ知識や情報を盛りだくさんにお伝えします。暑さに向かう季節、スパイスを上手に使って体調管理にお役立てください。スパイスを使ったレシピを実習し、カレーパウダー使用の簡単美味しいチキカレーもマスターできるスパイスワールド入門のレッスンです。※スパイス・カレーパウダーと資料を送付いたします。



### 一日 オンラインで講座を受講してみよう! 簡単便利なオンライン講座の 受講のしかた

**講師** 江口 響子 ZOU STUDIO 代表取締役CGアーティスト  
**開講日** 4/4(日) ① 10:30～12:00 ② 13:30～15:00  
**金額** 会員 **2,420円** 一般 **2,970円**

最近よく聞くオンラインの講座を受講してみたいけれど、どうしたらいいの?そんな初心者の方に向けたクラスです。YouTubeやウェビナーなど配信型のオンライン講座は、自宅で気軽に視聴できるので今大人気です。お手持ちのノートPCやスマートフォンを使用した配信型のオンライン講座の受講方法について、お一人お一人の環境に合わせて、ゆっくり丁寧にレッスンを進めていきます。※東館4Fコミュニティクラブたまがわで開催いたします。





CIRCLE LISTS

Find Your Circles

昨日と今日とで天気が変わるように、刻一刻と自分も変わっていきます。昨日まで興味がなかったはずなのに、なぜだかふと心惹かれる・・・その理由は歩いた道の先にあることでしょう。

手を動かすと、静かに心が動き出す

hands makes miracle 手芸

 <p><b>オリジナルのハンドメイドバッグ</b></p> <p>「紀屋」デザイナー さかくらのりこ</p> <p>お気に入りの布でつくるバッグ制作です。初回の作品は講師のオリジナルキットを制作します。2作品目からは自分の好きな布を使ってバッグの制作をします。</p>	<p>第1水曜日 10:00-12:30 4/7スタート6か月全6回 23,694円 (教材費別途)</p>	<p><b>松山敦子のロマンティックパッチワーク</b></p> <p>キルトスタジオ A-1w0 主宰 松山 敦子</p> <p>パッチワークキルトの一番の楽しさは配色です。明るく可愛い柄の布を組み合わせるとロマンティックな作品をつくりましょう。小物づくりを通して、型紙を取り、布を裁ち、一針一針縫いあげていく基本をマスターしていきま</p>	<p>第1・3水曜日 13:30-15:30 4/7スタート3か月全5回 16,610円 (教材費別途)</p>
 <p><b>出口はつえの 新パッチワークキルト</b></p> <p>布クリエイター/キルトスタジオ 網のりボン主宰 出口 はつえ</p> <p>布と装飾素材を組み合わせてインテリア、バッグ、ファッション小物、ミニタペストリー等、暮らしに役立つ身の回りの小物を制作します。コラージュによって、より奥深い作品に仕上げます。</p>	<p>第3月曜日 10:30-12:30 4/19スタート6か月全6回 22,968円 (教材費別途)</p>	<p><b>刺しゅうあしらいの小物</b></p> <p>横浜山手の刺しゅう教室主宰 渡辺 志保</p> <p>刺しゅうをあしらい、日常使いできるような小物に仕上げるところでクラス内で行います。色々な素材を組み合わせた刺しゅうの小物づくりを楽しんでみませんか。</p>	<p>第4金曜日 13:30-16:00 ※7月は第5金曜日に開催します。 4/23スタート6か月全6回 28,446円 (教材費別途)</p>
 <p><b>和裁</b></p> <p>和裁教室主宰/元大塚末子さんの学院講師 渡邊 悦子</p> <p>着物は直線断ちで様々な体型に合わせてつくることができ、何度も解いて縫い返すことが可能です。古い着物の寸法直し、羽織や帯にリメイクすることも学びます。初心者も基礎縫いから、経験者はその方にあった作品を制作いただけます。</p>	<p>毎月曜日 13:30-15:30 4/5スタート3か月全11回 初級 26,136円 上級 30,976円 (教材費別途)</p>	<p><b>古布ハンドメイドバッグ</b></p> <p>「紀屋」デザイナー さかくらのりこ</p> <p>着物の帯を使って本格的なバッグを制作します。手づくりのハイセンスなバッグで身の回りのお洒落を楽しみましょう。バッグをつくりながらミシンも上達できます。ミシンが苦手な方もお気軽にご参加ください。</p>	<p>第1水曜日 10:00-12:30 4/7スタート6か月全6回 22,440円 (教材費別途)</p>
 <p><b>丹 美 与の 着物リメイク</b></p> <p>着物地創作デザイナー 丹 美与</p> <p>着物地の伝統的な美しい日本紋様、しなやかな風合いを生かして、さり気なく着こなせるような洋服に蘇らせてみませんか。パターンを使ったベストから入り、ブラウス、スカート、自由課題へと進みます。お気に入りの着物をいつまでも着られる喜びが味わえます。マイペースで楽しんでください。</p>	<p>第1・3木曜日 13:30-16:00 4/1スタート3か月全6回 25,146円 (教材費別途)</p>	<p><b>タカモリ・トモコの あみぐるみ教室</b></p> <p>あみぐるみ作家 タカモリ・トモコ</p> <p>カギ針を使い、簡単な細編みでくるくる編んで、クマ、ウサギ、ネコなどのかわいい動物たちを形づけていきます。あみぐるみにはゲージがありません。同じ編み図から人の手により、さまざまな大きさ、表情の作品が生まれてくる面白さを皆さんと一緒に楽しみましょう。●新規の方は、しましまのクマ「フル君」をつくりま</p>	<p>第1・3・5日曜日 13:00-15:00 4/4スタート3か月全6回 18,282円 (教材費別途)</p>
 <p><b>ウォルドルフ人形をつくらう</b></p> <p>スウェーデンひつじの詩書認定講師 北詰 佳子</p> <p>ウォルドルフ人形は、ルドルフ・シュタイナーのユニークな教育思想を背景に生まれた人形です。羊毛や天然の材料を使った人形は、程よい弾力と温もりがあり、洗っても長持ちします。また身近な人がつくることによって子どもにとって、とてもかけがえのない存在になります。</p>	<p>第2火曜日 10:15-12:15 4/13スタート3か月全3回 7,755円 (教材費別途)</p>	<p><b>スーパーリアル羊毛フェルト</b></p> <p>スーパーリアル羊毛フェルト作家<sup>®</sup> きりのみりい</p> <p>リアル羊毛フェルト研究18年の歴史。文部科学大臣賞受賞。業界をリードする第一人者「きりのみりい」の本来の技術を習得してください。カリキュラムに沿って丁寧な個別対応で初心者の方でも安心して基礎からの技術をしっかりと身に付けていただくことができます。あなたの大切な犬猫パートナーをそっくりリアルに再現して幸せな時間を体感してください。</p>	<p>第1木曜日 10:30-13:00 4/1スタート6か月全6回 26,136円 (教材費別途)</p>
 <p><b>ハンドメイドフェルト</b></p> <p>フェルト作家 橋 記子</p> <p>羊毛にシャンプー液をかけ、こすったり転がしたり縮ませてフェルトをつくりま</p>	<p>第3日曜日 10:00-15:30 4/18スタート3か月全2回 12,452円 (教材費別途)</p>	<p><b>あなただけの テディベアをつくる</b></p> <p>テディベアアーティスト 粕谷 育代</p> <p>ルーズベルト大統領の愛称「テディ」から名付けられた、世界中で愛されている熊のぬいぐるみテディベア。基本的なつくり方を勉強して、大きさや素材を工夫して個性あふれるマイテディベアを創作しま</p>	<p>①第3月曜日 13:00-16:00 4/19スタート6か月全6回 25,674円 ②第4木曜日 10:30-12:30 4/22スタート6か月全6回 23,496円 (初回教材費・道具代別途)</p>
 <p><b>オフフォーム<sup>®</sup> 立体刺しゅう</b></p> <p>日本フェルト<sup>®</sup> 協会代表理事 PieniSieni 監修 日本フェルト<sup>®</sup> 協会認定講師 千葉 晴美</p> <p>刺繍枠不要の立体刺繍。フェルトを土台としワイヤー入れが簡単で、ワイヤー不要の作品もあり、少ない道具で始められます。最初は基本技法でバラを作成し、完成後はアクセサリーとして楽しむことも可能です。本講座は、PieniSieni 監修 日本フェルト<sup>®</sup> 協会直轄認定講座です。</p>	<p>第3火曜日 13:30-16:00 4/20スタート3か月全3回 15,048円</p>	<p><b>ハーダンガー刺繍</b></p> <p>hilo 刺繍教室主宰 御園 二葉</p> <p>ハーダンガー刺繍の基本を1つずつおさえながら、月1回のペースで作品を制作いたします。織り糸を数えてカット後かぎりの模様を入れるハーダンガーの醍醐味をお楽しみください。</p>	<p>第1火曜日 13:30-16:00 4/6スタート3か月全3回 13,398円 (教材費別途)</p>
 <p><b>パッチワークキルト</b></p> <p>ラベンダーパッチワーク・コテージ主宰 中西 一女子</p> <p>英国の長い歴史の中で生まれた数々の柄や新しい柄まで、100年以上経った今でもかわいらしさを優美さを大切に守りながら、つくられている布を組み合わせるとパッチワークキルト。</p>	<p>第3火曜日 14:00-16:00 4/20スタート3か月全3回 14,598円 (初回教材費含む)</p>	<p><b>プティ</b></p> <p>プティ作家 中山久美子ジェラルツ 監修 プティ講師 小室 康子</p> <p>2枚の布を重ね、縫いとした図柄に詰め物を施す、繊細な南フランスの伝統的針仕事。フランス無形文化遺産にも認定されています。基礎から学べる中山久美子ジェラルツ氏オリジナルキットを制作しながら、真っ白な布が美しい作品に変わっていく楽しさを味わいま</p>	<p>第3火曜日 10:30-12:30 4/20スタート3か月全3回 14,498円 (初回教材費含む)</p>
 <p><b>暮らしを彩る刺繍サロン</b></p> <p>刺繍デザイナー 土田 真由美</p> <p>暮らしを楽しめるデザインで刺繍の魅力を伝える講師が、クロスステッチやフリーステッチ、白糸刺繍などの技法をお教</p>	<p>第3火曜日 10:30-12:30 4/20スタート6か月全6回 29,656円 (初回教材費含む)</p>	<p><b>ポピンレース</b></p> <p>スターモザイク主宰 盛田 繁子</p> <p>中世ヨーロッパの貴族階級の人々に愛され、長い歴史を経た今も優雅で華やかな姿そのままに受け継がれているポピンレース。基礎からしっかりと学ぶことで、本格的な作品に仕上げられます。</p>	<p>第1・4金曜日 10:30-12:30 4/2スタート3か月全6回 22,176円 (教材費別途)</p>

記号の見方  
見 見学(無料) T 有料トライアル TM 随時無料トライアル  
外 外出サークル 1回 一回ごとのご参加可能 SS SOUTH STUDIO

●定期サークルは随時お申し込みいただけます。●お申し込みは、当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より●定期サークルのお申し込みは入会が必要です。●入会金はキャンペーンを行っておりますので、裏面をご覧ください。

随時お申し込み受付中  
TEL:03(3708)6125



 <p><b>花まゆサロン</b></p> <p>花まゆ主宰 酒井 登日子</p> <p>「花まゆ」は絹糸をとる「まゆ」の自然な形の膨らみをそのままいかし、すべて指先だけで花を創作していきます。自然に溶け込むような透明感のある美しさをもつ、愛らしく心むく「花」をお楽しみください。</p>	<p>第4火曜日 10:30-12:30 4/27スタート3か月全3回 21,648円 (初回教材費・道具代含む)</p>	<p><b>ガラスビーズ織りサロン</b></p> <p>ビーズ織り作家 石田 美枝子</p> <p>織り機を使い、ガラスビーズを布やリボンのように織ります。天然石やヴィンテージの素材などで飾りを付けてアクセサリーをつくりま</p>	<p>第2木曜日 13:30-15:30 4/8スタート6か月全6回 33,836円 (初回教材費含む)</p>
 <p><b>草乃しずか・日本刺繍サロン</b></p> <p>日本刺繍作家 草乃 しずか アトリエ草乃しずか講師 武藤 淳子ほか</p> <p>絹糸の艶と繊細さが魅力の日本刺繍。基本の縫い方を学びながら「和」の心を大切に作品を仕上げていきます。半年間に1-2回、草乃しずか先生のお話も楽しんでいただける講座です。</p>	<p>第1・3水曜日 10:30-12:30 4/7スタート3か月全5回 43,450円 (初回教材費含む)</p>	<p><b>はじめてのビーズ刺繍</b></p> <p>Cocomar ビーズ刺繍教室主宰 丸山 良子</p> <p>実演をしながら、基本からのテクニックを丁寧に説明していくので安心して学べます。可愛いブローチやストラップ、ポーチなどをつくって、楽しみながら世界にひとつだけの作品を完成させていきま</p>	<p>第4火曜日 13:30-15:30 4/27スタート3か月全3回 13,398円 (初回教材費含む)</p>
 <p><b>針と糸でつくるビーズジュエリー</b></p> <p>ビーズ作家/株式会社キミエール代表 すとう きみえ</p> <p>ヨーロッパのビーズや天然石、スワロフスキーなどを使い、様々なイメージを考えながらオリジナルジュエリーを創作しま</p>	<p>第2水曜日 13:30-15:30 4/14スタート3か月全3回 13,948円 (初回教材費・道具代含む)</p>	<p><b>はじめてのプティ</b></p> <p>キルト作家 古池 裕子</p> <p>南仏プロヴァンスで始まった、白い優雅なキルト「プティ」。綿布2枚を合わせて図案を縫った後、綿糸を詰めて模様を浮かせながらつくります。まずは小物から始めて、様々な作品にチャレンジを</p>	<p>第2・4木曜日 10:30-12:30 4/8スタート3か月全6回 25,256円 (初回教材費・道具代含む)</p>
 <p><b>加賀ゆびぬき</b></p> <p>加賀ゆびぬきの会会員 寺島 綾子</p> <p>古都・金沢に古くから伝わる、小さくて可愛いお裁縫道具「加賀ゆびぬき」。基本の刺し方を学びながら、色鮮やかな絹糸で施された繊細な模様のゆびぬきをつくりま</p>	<p>第3土曜日 11:00-13:00 4/17スタート3か月全3回 11,198円 (道具代含む)</p>	<p><b>プチポアンを楽しむ</b></p> <p>久家道子プチポアン刺繍協会監修 久家道子プチポアン刺繍協会講師 伊東 圭子</p> <p>フランス語で「小さなステッチ」を意味するプチポアン。一針一針楽しみながら、模様を刺し進めていきます。小物の刺繍から始めて、おしゃれなフォーマルバッグの制作まで丁寧に指導いたします。</p>	<p>第2水曜日 10:30-12:30 4/14スタート3か月全3回 16,148円 (初回教材費含む)</p>
 <p><b>モダンハイアンキルト</b></p> <p>公益財団法人 日本余暇文化振興会 キルトインストラクター 高橋 千春</p> <p>ハイアンキルトは、その昔、干していたシャツにハワイの草花がシルエットとして映った構図が美しく、それを形にしたのが始まりといわれています。まずはクッションとタペストリーをつくりま</p>	<p>第4月曜日 10:30-12:30 ※5月は第5月曜日に開催します。 4/26スタート5か月全5回 22,880円 (初回教材費含む)</p>	<p><b>北欧のハンドクラフト</b></p> <p>ヤマナシハムスロイド主宰 山梨 幹子 監修 ヤマナシハムスロイド講師 土谷 正子 西澤 文子</p> <p>暮らしの美しさを大切にする温もりあふれる北欧の手工芸の中から、クロスステッチ、ホワイトワークなどの刺繍や上質の材料を使ったスウェーデン織を基礎から丁寧に学んでいきま</p>	<p>第2・4月曜日 10:30-12:30 4/12スタート6か月全12回 46,992円 (教材費別途)</p>
 <p><b>SINCO のクラフトドッグ</b></p> <p>フリースドッグ・クリエイター SINCO</p> <p>世界中の愛犬家を中心に楽しまれている SINCO のフリースドッグ。愛犬や様々なワンちゃんをモデルに、羊毛を用いて細かい表情までつくり込んでいくのが楽しみになります。犬好きの方へのギフトにも!</p>	<p>第4土曜日 10:30-12:30 4/24スタート6か月全5回 29,480円</p>	<p><b>編み物を楽しむ</b></p> <p>公益財団法人 日本手芸普及協会 手あみ師範/レース編み師範 奈良 志麻</p> <p>編み物の楽しみ方は人それぞれ。思い通りに編みたいものを「かぎ針・棒針・アフガン針」など、お好きな技法で編んでみま</p>	<p>第4土曜日 13:30-16:00 4/24スタート3か月全3回 12,903円 (毛糸・道具代別途)</p>
 <p><b>モラ手芸とアップリケ</b></p> <p>中山富美子手芸研究所 派遣講師 尾崎 徳子</p> <p>モラとは南米クーナ族に伝わる、逆アップリケ風の布のこと。その大胆な色、デザインを現代風にアレンジして楽しめます。多彩な色を組み合わせると、ミニ額やバッグ、クッションなどをつくりま</p>	<p>第3水曜日 10:30-12:30 4/21スタート3か月全3回 11,088円 (教材費別途)</p>	<p><b>つり籠とちりめん細工</b></p> <p>つり籠工房講師 田沢 千代子 つり籠工房講師 酒井 晴美</p> <p>吊り籠は福岡県柳川地方に伝わる、初節句(雛祭り)の飾りのこと。美しい花や宝物、お人形、お姫様が遊ぶ種など、おめでたい細工物をつくって仕上げていきます。ぜひ手づくりしてみま</p>	<p>第2・4水曜日 13:30-15:30 4/14スタート3か月全6回 21,846円 (初回教材費含む)</p>
 <p><b>愛犬の服をつくる</b></p> <p>ドッグ・ボーズ主宰 星川 優香 羽田 美香</p> <p>大切なワンちゃんのために、とっておきの服をつくりま</p>	<p>第1木曜日 13:30-16:30 4/1スタート3か月全3回 14,058円 (材料代別途)</p>	<p><b>フレンチリボンクラフト</b></p> <p>Ribbons &amp; Roses 主宰 安藤 れい子</p> <p>希少価値のある美しいフレンチリボンとハーブの香りを融合させたクラフト講座です。香りに癒されながらサシェやコサージュ、小箱など、日常で使える小物を楽しく手づくりしま</p>	<p>第3火曜日 13:30-16:00 4/20スタート3か月全3回 10,098円 (教材費別途)</p>

フォームにひそむ真実に迫ろう

工芸 appreciate and enjoy

 <p><b>パワーストーンジュエリー</b></p> <p>パワーストーンマイスター 松下 仁美</p> <p>パワーストーンの意味を学びながら、願いをこめてつくるパワーストーンプレス。ワイヤーを使ってネックレスやイヤリングなどを制作。(オーナメントやサンキャッチャーつくりもあり) 使用する天然石は、海外から直接買</p>	<p>第2土曜日 10:30-12:00 4/10スタート3か月全3回 9,108円 (教材費別途)</p>	<p><b>美登咲子のタイルクラフト</b></p> <p>タイルクラフト作家 美登 咲子</p> <p>磁器、ガラス、天然石等さまざまなタイルを使い、インテリア雑貨などの実用的なアイテムを制作します。慣れたら、タイルニッパを使ってモザイク画にも挑戦いただけます。</p>	<p>第4木曜日 13:30-15:30 4/22スタート3か月全3回 9,504円 (教材費別途)</p>
 <p><b>スタンディンググラス</b></p> <p>ガラス作家 奥積 迅子</p> <p>色とりどりの美しいガラスをハンドの線をつないでいきます。線から生まれる心地のよい緊張感、はつとするような空間美を感じながら自然と技術も身につきます。感性を大切に、つくりたいと思うものをご自身のペースで。経験の有無にかかわらず、ゆったりと作品を制作しま</p>	<p>第1・3・5水曜日 10:15-12:15 4/21スタート3か月全6回 19,206円 (教材費別途)</p>	<p><b>仏像彫刻</b></p> <p>仏教美術協会会員 岩淵 俊亨</p> <p>初心の方を中心に、伝統に則った仏像制作の技法を基礎から丁寧に教えます。仏像の姿形に在る「み仏」の教えを見つけながら、ご自身の御護り本尊仏をつくりま</p>	<p>A 第1・3金曜日 10:15-12:15 4/2スタート3か月全6回 22,176円 B 第1金曜日 13:00-15:30 4/2スタート3か月全3回 11,088円 (教材費別途)</p>



	<p><b>グラスリッツェン</b></p> <p>【月曜クラス】第1 月曜日 13:30-15:00 4/5スタート6か月全5回 16,830円 (教材費・道具代別途)</p> <p>【水曜クラス】第1・3 水曜日 13:30-15:00 4/7スタート6か月全10回 33,660円 (教材費・道具代別途)</p> <p>【木曜クラス】第2・4 木曜日 10:30-12:00 4/8スタート6か月全10回 33,660円 (教材費・道具代別途)</p> <p>グラスクラヴィール主宰 持田 小百合</p> <p>ダイヤモンドの粒子を固めたペンを使って透明なガラスに傷をつけ、絵を描くように手彫りで仕上げているヨーロッパの伝統的工芸。透明で美しいガラス素材がさらに繊細で豪華な装飾ガラスに生まれ変わります。</p>
	<p><b>金織ぎ</b></p> <p>A 第3 金曜日 18:00-20:30 4/16スタート3か月全3回 9,174円</p> <p>B 第3 金曜日 18:30-20:30 4/16スタート3か月全3回 8,448円</p> <p>漆芸伝承の会主宰 栗原 蘇秀 監修 漆芸伝承の会関東講師 卯西 涼子</p> <p>破損してしまった陶磁器や漆器、硝子器を金織ぎで蘇らせてみませんか。金銀の化粧を施し、器に新たな魅力を添えます。ご希望の方には金織ぎの手法(6回)を学んだ後、蒔絵、螺鈿の指導もいたします。</p>
	<p><b>グルーデコ®でつくるエレガンスアクセサリー</b></p> <p>第4 木曜日 13:30-16:00 4/22スタート3か月全3回 16,698円</p> <p>一般社団法人日本グルーデコ®協会認定講師 中内 美樹子</p> <p>グルーデコ®とは特殊な粘土に(グルー)をベースにスワロフスキー等の石を埋め込んでつくるハンドワークです。ファッションに艶やかな彩を添えるクオリティーの高いオリジナルアクセサリーづくりを一緒に楽しみませんか。</p>
	<p><b>木のオブジェアクセサリー</b></p> <p>第2 火曜日 13:30-16:00 4/13スタート3か月全3回 16,258円 (初回教材費含む・道具代別途)</p> <p>不思議工場主宰 上條 宜子</p> <p>自然の温もりが伝わる木のアクセサリーをつくりませんか。一片の木を削ってくりぬいたり、木の特徴を知り尽くした講師の指導で、木の魅力を再発見!初めは三角ペンダントから制作していきます。</p>
	<p><b>セラーズパレンティンサロン</b></p> <p>第4 木曜日 13:30-16:30 4/22スタート3か月全3回 45,848円</p> <p>日本セラーズパレンティン協会代表 飯室 はつえ</p> <p>大航海時代から伝わる、今注目の米国の伝統貝殻アート。長い航海の間、セラーたちが愛する家族を想いながら、拾った貝殻を板に貼ったのが始まりといわれています。八角形のフレームに思いを込めて貝殻を敷き詰めます。</p>
	<p><b>組紐サロン</b></p> <p>①第1・3 金曜日 10:30-12:30 4/2スタート6か月全12回 46,992円</p> <p>②第2・4 金曜日 10:30-12:30 4/9スタート6か月全11回 43,076円 (①、②とも教材費別途)</p> <p>有職組紐 道明 徳澤 紫</p> <p>色とりどりの糸が玉の運びにつれて、美しい紐に生まれ変わっていく楽しさを体験しませんか。飛鳥時代から生まれ、受け継がれてきた組紐のもつ伝統美をご紹介します。完成まで指導いたします。</p>
	<p><b>気軽なフランス額装</b></p> <p>A 第1 水曜日 10:30-12:30 B 第1 水曜日 13:30-15:30</p> <p>小笠原よしえ額装教室「アトリエYO」主宰 4/7スタート6か月全5回 25,080円 (教材費・額代別途)</p> <p>「アトリエYO」講師 吉川 澄江</p> <p>お気に入りの写真やカードをオリジナルデザインで額装して飾ると、たちまち素敵なインテリアになります。ご自分の好みで準備する題材を使いながら、額装の楽しさと奥行を学んでいきましょう。</p>
	<p><b>木彫・鎌倉彫</b></p> <p>第2・4 金曜日 10:30-12:30 4/9スタート6か月全11回 43,076円 (教材費別途・道具代別途)</p> <p>鎌倉彫教授会「刀彫会」主宰 /工房「彩」主宰 岩澤 健吾</p> <p>大胆な彫りが魅力の鎌倉彫。個人のペースとレベルに応じて指導していきますので、安心して楽しく学べます。作品の完成期間は設けずに、納得のいくまでじっくりと作品に取り組んでいただけます。</p>
	<p><b>スタンドグラス</b></p> <p>第1・3 木曜日 10:00-12:30 4/1スタート6か月全12回 46,992円 (教材費別途)</p> <p>グラスアーティスト 李 奉淑</p> <p>スタンドグラスを新たな観点から見つめ直し、現代的なオブジェ感覚の作品をつくっていきます。ご自分の個性をいかしたパネルを制作しながら、ガラスを切り、貼り合わせていく技法をマスターします。</p>
	<p><b>役に立つ製本講座</b></p> <p>第1・3 金曜日 10:00-12:00 4/2スタート3か月全6回 22,176円 (教材費別途)</p> <p>製本工房リーブル主宰 岡野 暢夫</p> <p>和装本をはじめ文庫本、作品集、私家本の制作や本の修理など、目的に応じて学ぶことのできる「本をつくる」ための講座です。実用的な製本から工芸的な製本まで、創造力の広がる体験ができます。</p>

	<p><b>カルトナーージュ</b></p> <p>第4 水曜日 10:15-12:15 4/28スタート3か月全3回 基礎 9,306円 上級 10,164円 (教材費別途)</p> <p>アトリエバビエ 75 認定講師 / ルバビエ主宰 鶴田 優子</p> <p>カルトナーージュは、厚紙を組み立て素敵な布や紙を貼って仕上げるフランスの伝統工芸です。切ったり貼ったりしながら、インテリアに取り入れやすい実用的な作品をメインにつくります。</p>
	<p><b>北欧の手仕事 ネーベルスロイド</b></p> <p>第1 火曜日 10:15-12:15 4/6スタート6か月全6回 20,196円 (教材費別途)</p> <p>Bror 主宰 / スウェーデンハンドクラフト協会会員 河内山 淳子</p> <p>北欧で古くから伝わる、白樺樹皮を使ったバスケットやオーナメントをつくります。北欧の森の恵みを感じながらスウェーデンの伝統工芸を楽しみましょう。</p>
	<p><b>フルーツ&amp;スープカービング</b></p> <p>第3 火曜日 10:30-12:30 4/20スタート3か月全3回 17,248円 (初回教材費・道具代含む)</p> <p>Studio Siam 主宰 多胡 伸子 監修 カービング・アート・ソサエティ公認カービングスペシャリスト 重田 恵</p> <p>専用ナイフ1本で身近なフルーツや野菜、石けんが大変身。初めての方でも簡単に始められ、1レッスンで1作品をつくれます。フルーツはお料理の演出に、スープはインテリアやプレゼントにも。</p>
	<p><b>ナンタケットバスケット</b></p> <p>①第1・3 月曜日 10:30-12:30 4/5スタート6か月全10回 92,510円</p> <p>②第4 火曜日 13:30-15:30 4/27スタート6か月全6回 70,246円 (②とも(初回教材費含む・木型のレンタル代別途))</p> <p>バスケット作家 関根 恵子</p> <p>アメリカ東海岸の小さな島「ナンタケット島」で生まれたナンタケットバスケットは、きめ細やかな編み目と美しいフォルムが特徴です。使い込むほど味わい深く、長く使い続けていける上質で素敵なバスケットをつくりましょう。</p>
	<p><b>心をみがく仏像彫刻</b></p> <p>第2 日曜日 13:30-15:30 4/11スタート3か月全3回 14,498円 (初回教材費含む・道具代別途)</p> <p>宗雲仏像彫刻研究所代表 大和 宗雲 宗雲仏像彫刻研究所専任講師 大和 健</p> <p>はじめて彫刻刀をにぎる方から高度な最高技法まで、その人に合った方法で、やさしく適切に指導していきます。楽しく彫っていくと、すばらしい仏さまがあらわれます。</p>
	<p><b>日本の伝統～金織ぎ～</b></p> <p>①第2 月曜日 13:30-15:30 4/12スタート ※但し、2021年8月は第5金曜日に開催します。</p> <p>②第1 木曜日 13:30-15:30 4/1スタート</p> <p>③第4 金曜日 13:30-15:30 4/23スタート ※但し、2021年7月は第5金曜日に開催します。</p> <p>6か月全6回 43,296円</p> <p>「Kuh」金織ぎ工房主宰 伊藤 和江</p>
	<p><b>イタリア大理石モザイク工房</b></p> <p>A 第2・4 月曜日 10:15-12:45 B 第2・4 月曜日 13:30-16:00 4/12スタート6か月全10回 58,960円</p> <p>C 第1・3 土曜日 14:00-16:30 4/3スタート6か月全10回 58,960円 (A,B,Cともに道具使用料含む / 道具代・石代別途)</p> <p>Studio Mosaico 主宰 榎崎 美保子</p> <p>イタリア直輸入の大理石を用いて、暮らしにいかせる作品をつくっていきます。コツコツと石を刻る楽しさを体験しながら、フランス・イタリアで伝統技術を習得した榎崎美保子師が丁寧に指導いたします。</p>
	<p><b>デコラティブ アレンジメント</b></p> <p>第1 火曜日 10:30-12:30 4/6スタート3か月全3回 10,098円 (教材費別途)</p> <p>デコラティブミュースタジオ主宰 森脇 深雪</p> <p>ハサミだけでつくることのできるデコラティブ(装飾的)アレンジメント。写真などをコラーージュしながら世界でひとつのアートを創作する魅力のクラフトです。初心者の方もお気軽にご参加ください。</p>
	<p><b>欧風の木彫り</b></p> <p>第1・3 木曜日 10:30-12:30 4/1スタート6か月全12回 40,392円 (教材費別途)</p> <p>「樹の会」主宰 重野 純子</p> <p>デンマーク刺繍や織物、そのほか手芸作品を入れる額などをオリジナルでつくりませんか。木の温もりを手と心で感じながら、シンプルなデザインのインテリア作品を仕上げていきましょう。</p>

絵心とは上手下手ではなく、絵を楽しむ心のこと

美術・アート  
Follow your heart

※美術・アートはカリキュラム内容により見学が出来ない場合もございます。

	<p><b>四季の彩りを描く</b></p> <p>第4 日曜日 11:00-15:30 (休憩時間を含む) 4/25スタート3か月全3回 21,648円 (道具代別途)</p> <p>洋画家 / Atelier Nana 主宰 松尾 直子</p> <p>基本を学びながら、風景や花など身近にある美しい自然をモチーフに描きます。一日の講座だからこそじっくりと、それぞれのペースで楽しみながら向き合えるアットホームな教室です。初心者の方でも負いわずにご参加ください。</p>
	<p><b>いちから始める透明水彩画</b></p> <p>第2・4 土曜日 10:15-12:45 4/10スタート3か月全6回 24,090円</p> <p>日本画家 / 日本美術院院友 小谷野 直己</p> <p>基本のデッサンから色づきまで初心者向け講座です。筆を持ったことがない方、学生の時に絵を描いていない方、興味はあるも経験者クラスに入るのには抵抗がある方…そんなあなたでも安心していちから始められる、透明水彩画を学びましょう。</p>
	<p><b>水彩画入門</b></p> <p>第1・3・5 金曜日 10:15-12:45 4/2スタート3か月全7回 30,107円</p> <p>水彩画同人 三橋 俊雄</p> <p>水彩は簡単な画材の割には技術的に難しいという方へ。静物、人物、風景をモチーフとし、透明描法だけにこだわらず自由に描くことで、デッサンと色彩の上達、楽しく個性あふれる水彩画を目指しましょう。</p>
	<p><b>日本画を描く ～平山都夫門下の講師が教える～</b></p> <p>第2・4 金曜日 13:00-16:00 4/9スタート3か月全6回 25,476円</p> <p>東京芸大大学院日本画科卒 / 日本美術院特待 / 茨城県展審査員 / 日本美術家連盟会員 仲 裕行</p> <p>写生の基礎から構図の考え方、用具の使い方など、初歩の方から経験者まで丁寧に指導します。白い紙に表現することの楽しさを感じていただけます。</p>
	<p><b>はじめての仏画</b></p> <p>第1・3 水曜日 10:00-12:30 4/7スタート3か月全7回 28,567円</p> <p>画家 盧 万喜</p> <p>仏画は1本の線を丁寧に引くことから始まります。はじめは写仏した絵に墨の濃淡でボカシの陰影を入れ、淡彩で仕上げしていきます。</p>
	<p><b>右近としこの 透明水彩画教室</b></p> <p>A 第1 火曜日 10:30-13:00 B 第1 火曜日 14:00-17:00 4/6スタート6か月全6回 A 28,776円 B 30,096円</p> <p>透明水彩画家(洋画) / 日本美術家連盟会員 / AWS(American Watercolor Society) 正会員 右近 としこ</p> <p>透明水彩は、水のコントロールがポイントです。紙の乾き具合と絵の具の濃度を調整し、ウェット・イン・ウェットの技法を使いこなすことで自然にできるにじみやぼかしを生かした楽しい表現が可能になります。</p>
	<p><b>楽しい絵画教室</b></p> <p>第1・3 月曜日 10:15-12:45 4/5スタート3か月全6回 26,796円</p> <p>独立美術協会会員 / 女流画家協会委員 須藤 美保</p> <p>やってみたかった画材、慣れ親しんだ画材で、絵の基本から幅広い表現まで各自の個性に合った指導です。絵を描くことを生活の一部としていただきたいと思います。</p>
	<p><b>山田雅夫の 3分間スケッチ</b></p> <p>【アフタヌーンクラス】第2・4 水曜日 13:30-15:30 4/14スタート3か月全6回 21,252円 (教材費別途)</p> <p>【上級クラス】第1・3 火曜日 10:30-12:30 4/6スタート3か月全6回 21,252円</p> <p>都市設計家 / 山田雅夫都市設計ネットワーク代表取締役 山田 雅夫</p> <p>速描スケッチに必要な構図、下描き、本描き、塗り、の基本をしっかり学ぶ講座です。奥行表現に欠かせない遠近表現についても基本原理を習得できます。初心者には身近な題材から入ります。</p>
	<p><b>大人の月1水彩教室</b></p> <p>第4 水曜日 10:30-12:30 4/28スタート3か月全3回 11,253円</p> <p>画家 村山 之都</p> <p>静物・風景・人物をモチーフに、対象の魅力に迫りながら「明るさ」や「透明感」を生かした水彩特有の表現を身につけていきます。初心者の方も大歓迎。デモンストレーションを交えながら手順を追って説明を行います。</p>
	<p><b>現代美術ミクスドメディア 【経験者対象】</b></p> <p>第1・3 土曜日 10:30-15:00 4/3スタート6か月全12回 81,092円</p> <p>美術家 / 版画家 天野 純治</p> <p>シルクスクリーンを主に用いながら制作します。さらに、アクリル絵の具での直接描画など様々な技法を混合していくことで、個々のイメージをいかした作品が完成。自由に楽しく制作します。</p>
	<p><b>日本画で楽しむ四季</b></p> <p>第1 土曜日 10:30-13:30 4/3スタート3か月全3回 23,298円</p> <p>虚心会主宰 太田 慧香</p> <p>四季の花々などを描く講座です。描くことで季節を感じ、またひとつ視野の広がりができると思います。色紙やちょっとした日常の小物などから作品を制作してみましょう。初めての方からご指導いたします。</p>
	<p><b>いちから始める日本画</b></p> <p>第2・4 土曜日 13:30-16:00 4/10スタート3か月全6回 23,958円</p> <p>日本画家 / 日本美術院院友 小谷野 直己</p> <p>日本画が仕上がるまでの工程で、写生で使う水彩から岩絵具、箔、和紙などの独自の材料の使い方まで、各々のペースに合わせて丁寧に指導いたします。初心者から経験者まで、描く楽しさや表現する喜びと一緒に感じましょう。経験者は写生をもとに自由制作を行います。</p>
	<p><b>水彩画中級</b></p> <p>第1・3・5 金曜日 14:00-16:30 4/2スタート3か月全7回 30,107円</p> <p>水彩画同人 三橋 俊雄</p> <p>水彩は簡単な画材の割には技術的に難しいという方へ。静物、人物、風景をモチーフとし、透明描法だけにこだわらず自由に描くことで、デッサンと色彩の上達、楽しく個性あふれる水彩画を目指しましょう。</p>
	<p><b>マンガ・イラスト講座</b></p> <p>第2・4 土曜日 18:30-20:00 4/10スタート3か月全6回 20,196円 ※道具員料 275円(1回)</p> <p>イラストレーター / 漫画家 野村 明加</p> <p>キャラクターイラスト、4コマ・ストーリー漫画、LINEスタンプなど自由に楽しく描きましょう。iPad等デジタル機材の持ち込みもOKです。</p>
	<p><b>青木美和の 色を楽しむ透明水彩</b></p> <p>第1・3 水曜日 13:30-17:00 4/21スタート6か月全10回 48,620円</p> <p>水彩画家 / 日本透明水彩会会員 / 日本出版美術家連盟会員 青木 美和</p> <p>カリキュラムは風景と静物と交互。風景は講師撮影の写真を使用。静物は季節の花や様々なモチーフを題材とします。レベルに合わせて、楽しく制作していただく講座です。毎回講師のデモンストレーションがあります。</p>
	<p><b>日本画材と 水性素材を使って描く</b></p> <p>第1・3 月曜日 13:30-16:00 4/19スタート6か月全12回 53,592円</p> <p>創画会会員 / 多摩美術大学教授 宮 いつき</p> <p>水性素材は水を使った絵具、例えば水彩、アクリル、日本画などです。それらを組み合わせ、独自の絵を作っていきます。水性なので洗ったり接着したり、いろいろな効果を生かして制作していきます。</p>
	<p><b>色鉛筆画入門</b></p> <p>第2・4 金曜日 10:15-12:45 4/9スタート3か月全6回 26,796円</p> <p>独立美術協会会員 / 女流画家協会委員 須藤 美保</p> <p>日常の何気ないことがらや、旅先でのちょっとした発見を描いてみましょう。手軽ながら奥行き深い色鉛筆画の魅力に触れることができます。</p>
	<p><b>やさしい水彩色鉛筆画</b></p> <p>第1・3 水曜日 10:30-12:30 4/7スタート3か月全6回 22,506円</p> <p>画家 清野 晃代</p> <p>水彩色鉛筆は初心者の方にも扱いやすく、水彩の透明感と色鉛筆のタッチを両方楽しめる画材です。画材の使い方、形の取り方からはじめ、自分の作品を自由に表現できるようにになります。2回で一つの作品をじっくり仕上げます。まずはお持ちの画材でご参加ください。(鉛筆デッサン可)</p>
	<p><b>シルクスクリーン</b></p> <p>第2・4 土曜日 13:00-16:30 4/10スタート6か月全11回 82,126円</p> <p>美術家 / 版画家 天野 純治</p> <p>シルクスクリーンは日本の染めの技術から生まれた版画です。その表現は現代的で色彩の美しさに特徴があります。1回目のクラスで技法の説明を行い、楽しく制作に入っていきます。</p>
	<p><b>雅な日本画サロン</b></p> <p>第1・3 金曜日 13:15-16:15 4/2スタート3か月全6回 69,696円 (道具代別途・お茶付)</p> <p>虚心会主宰 太田 慧香</p> <p>日本画を描くことで四季の移ろいに触れ、日本の美と歴史文化への理解を深めていける講座です。描き方を習うだけでなく額や屏風に仕上げていくことで、ご自分の作品を飾る喜びも楽しめます。</p>





 <p><b>はじめての透明水彩画</b></p> <p>新制作協会会員 永田 由利子</p> <p>初心者から経験者の方までを対象にした、色のきれいな透明水彩の教室です。「絵を描きたいけれど難しそう」と躊躇していた方でも大丈夫です。「モノをよく見る」ことの豊かさを感じていただけます。</p>	<p>第1・3月曜日 13:30~15:30 4/5スタート6カ月全12回 51,612円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 4,631円(1回分)</p>	 <p><b>自由な画材で描くアトリエ</b></p> <p>二紀会委員 おみすけ 宮田 翁輔</p> <p>ご自分のお好きな画材で描いていただき、お一人ひとりの個性を伸ばすことを大切にしている絵のクラスです。人物や静物を描きながらデッサンの力や構成する力を高めていけるよう指導いたします。</p>	<p>第2・4 木曜日 10:00~12:30 4/8スタート3カ月全6回 30,096円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 5,346円(1回分)</p>
 <p><b>水彩風景スケッチ ペン彩画を楽しむ</b></p> <p>日本スケッチ画会会長 / 水陽会会長 五十嵐 吉彦 監修 日本スケッチ画会会員 / 水陽会認定講師 佐藤 久美子</p> <p>鉛筆やペンの線をかきしめた水彩で、透明水彩で彩色した爽やかな風景スケッチ画を描きます。屋外の風景や自然を楽しむながら、初めての方も基本から学べる講座です。</p>	<p>第2月曜日 10:00~12:30 4/12スタート6カ月全6回 27,060円 (外出時保険代含む) ※外出時実費各自負担</p> <p><b>外 T</b> 随時 参加費 4,840円(1回分)</p>	 <p><b>画材を楽しむアトリエ</b></p> <p>画家 柿沼 宏樹</p> <p>作品が海外でも注目を集める若手画家が、一人ひとりの個性に合わせ、初めての方にも分かりやすく丁寧に指導いたします。それぞれの感性を大切に、表現する楽しさを深めていきましょう。</p>	<p>第1・3 水曜日 13:30~15:30 4/7スタート3カ月全6回 26,796円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 4,796円(1回分)</p>
 <p><b>水彩・パステル・ 油絵にチャレンジ</b></p> <p>新制作協会会員 / 多摩美術大学名誉教授 鶴見 雅夫 新制作協会会員 小野 仁良</p> <p>お一人ひとりの自由な発想を大切にしながら、水彩画からパステル画、油絵まで親切丁寧に指導いたします。絵を描くことだけでなく生活の上でも「新しい発見」をしていただくことができます。</p>	<p>第2・4 火曜日 14:00~16:00 4/13スタート3カ月全6回 28,710円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 5,115円(1回分)</p>	 <p><b>油絵I &lt;内山クラス&gt;</b></p> <p>画家 つとむ 内山 懋</p> <p>手軽に描けて、しかも奥深いのが油絵です。静物や人物をモチーフに、油絵が初めての方でも無理なく仕上げていけるように指導していきます。会員の方が中心になって行う、グループ展の開催もあります。</p>	<p>第2・4 火曜日 10:00~12:30 4/13スタート3カ月全6回 28,116円 (道具代別途)</p> <p><b>見</b></p>
 <p><b>水彩画サラット塾</b></p> <p>イラストレーター / デザイナー 大谷 ひろよし</p> <p>水彩画の基本を学びながら、気持ちの良い自分の絵が「さらっと」描けるようになるレッスンです。機つなっても、新しい自分への可能性は広げたいものです。楽しみながら描き進んでいきましょう。</p>	<p>第1・3 金曜日 13:30~15:30 4/2スタート3カ月全6回 25,476円 (道具代別途)</p> <p><b>見</b></p>	 <p><b>パステルと水彩</b></p> <p>独立美術協会会員 乙丸 哲延</p> <p>手軽さとソフトなタッチで親しまれているパステル。その基本的な技法を身につけ、その後パステルに水彩を加えたりしながら、独自の世界を見出し出ていくためのクラスです。</p>	<p>第2・4 水曜日 10:00~12:30 4/14スタート6カ月全12回 61,512円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 5,456円(1回分)</p>
 <p><b>日曜絵画教室</b></p> <p>独立美術協会会員 乙丸 哲延</p> <p>日曜の午前、共通の趣味をもつ仲間とアトリエに集い、のびのびと筆を動かさせません。水彩・パステル・油絵の中から好きな手法で、静物や人物画などを2・3回に1点のペースで作品にしていきます。</p>	<p>第2・4 日曜日 10:00~12:30 4/11スタート6カ月全12回 62,832円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 5,566円(1回分)</p>	 <p><b>ポタニカルアート</b></p> <p>植物画家 長谷川 憲子</p> <p>大切に育てた花木、草花を肖像画として残すポタニカルアート。植物と向かい合い、6色の透明水彩絵の具の混色で独自の色をつくり出し、花や果実の質感や光沢などの表現方法を学んで作品に仕上げていきます。</p>	<p>第1・3 金曜日 14:00~16:00 4/2スタート3カ月全6回 24,156円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 4,156円(1回分)</p>
 <p><b>やさしい色鉛筆画</b></p> <p>画家 根本 真一</p> <p>誰もが幼い頃に使ったことのある色鉛筆にもう一度触れてみませんか。限られた色数でも使い方を工夫すれば素敵な絵を描くことができます。初心者の方には基本から、さらに応用まで丁寧に指導いたします。</p>	<p>第2・4 水曜日 10:00~12:00 4/14スタート6カ月全11回 45,496円 (道具代別途)</p> <p><b>見 話 T</b> 1回ごとのお申込み 参加費 4,466円</p>	 <p><b>ポタニカルアート &amp; イラストレーション</b></p> <p>Studio Ponte 大橋 美津枝</p> <p>システムティックな練習法で、鉛筆画の基礎から学びます。植物の描き方や色鉛筆・透明水彩の技法など、レベルに合わせて丁寧に教えます。初めての方にもお勧めのクラスです。</p>	<p>第2・4 木曜日 10:30~12:30 4/8スタート6カ月全10回 44,660円</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 5,346円(1回分)</p>
 <p><b>リトグラフ</b></p> <p>版画家 藤岡 慎</p> <p>油性クレヨンでアルミ板に絵を描き、水と油性インクの反発する力で版画を制作していきます。ご自分の感性を版画で自由に表現してください。初心者の方にも丁寧に指導しますのでお気軽に。</p>	<p>第2・4 金曜日 10:30~15:30 4/9スタート3カ月全6回 36,234円</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 12,738円(2回分)</p>	 <p><b>はじめての水彩画</b></p> <p>美術作家 東原 均</p> <p>透明水彩絵の具の基本的な技術を知り、いくつかの課題を描きながら表現の幅を広げます。豊かさを感じる水彩画であってほしいと思います。水彩画が初めてという方でも安心してご参加ください。</p>	<p>第2・4 木曜日 14:00~16:00 4/8スタート6カ月全12回 60,192円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 4/8(木)・4/22(木) 参加費 5,346円(1回分)</p>
 <p><b>基礎から学ぶ絵画教室</b></p> <p>日展理事 湯山 俊久</p> <p>初めて絵画を描く方にもおすす。静物や人物、風景など幅広く指導いたします。画材の説明、基礎的なモノの見方や表現方法に重点を置き、個性を伸ばしながら描く楽しさを見つけていきます。</p>	<p>第1・3 木曜日 13:30~16:00 4/1スタート6カ月全11回 55,176円 (道具代別途)</p> <p><b>見</b></p>	 <p><b>感動を表現するアート</b></p> <p>アート作家 半田 喜日子</p> <p>クレパス・アクリル絵の具などを使いながら、モチーフに隠されている形や色を絵にする過程を大切に描いていきます。色や構図が自然に学べて、楽しみながら新しい自分を発見していただけます。</p>	<p>第2 火曜日 13:30~15:30 4/13スタート3カ月全3回 16,698円 (道具代別途)</p> <p><b>見 T</b> 随時 参加費 5,896円(1回分)</p>

歴史を知って、今を生き、未来を拓く

## 日本の伝統文化

feel our culture

### NEW CIRCLE

ひとりで着れるようになる

#### 定期 着物の着付け

講師 須藤 悠子 装道許可院さいわきもの学院院長

開講日 指定日曜日 10:30~12:30

金額 4/4スタート3カ月全9回 20,394円

**T** 随時 参加費 2,596円(1回分)

60年の歴史を持つ装道の着装教室です。一人で簡単にできる着付けや着くずれの直し方、着物のマナーなどお稽古を通して学びます。講座では「苦しくない」「着くずれしない」「楽に着ることができる」のポイントで指導します。資格取得も可能です。



#### 京のはんなりお茶講座

第1土曜日 14:30~16:00  
※5月は第2土曜日に開催します。  
4/3スタート3カ月全3回 16,698円

茶道裏千家準教授  
服部 宗雅

立礼のしつらえでお茶をお楽しみいただくひとときを。お茶を通じて、日本ならではの四季のうつろいや大切にしてきた心、伝統文化をお伝えできればと思います。ご自宅でもお茶をお楽しみいただけるよう、実践も兼ねた講座です。

#### 京のはんなり着付け講座

第2土曜日 10:30~12:30  
4/10スタート3カ月全3回 10,098円

着物コンシェルジュ  
服部 真三未

お着物の着付け、扱い方をお教えます。それぞれに美しく見えるよう、補正の仕方などもお伝えします。みなさまが、美しい着姿になっていただくことが、わたしの務めです。

記号の  
見方  
**見** 見学(無料)  
**T** 有料トライアル  
**TM** 随時無料トライアル  
**外** 外出サークル  
**1回** 一回ごとのご参加可能  
**SS** SOUTH STUDIO

●定期サークルは随時お申し込みいただけます。●お申し込みは、当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より●定期サークルのお申し込みは入会が必要です。●入会金はキャンペーンを行っておりますので、裏面をご覧ください。

随時お申し込み受付中  
TEL:03(3708)6125



**茶花と野の花**

第3 木曜日 10:15~11:45  
4/15スタート3カ月全3回 20,031円

松花古流副家元  
/ 世田谷区花道茶道協会副理事長  
一色 理盛

「花は野にあるように」いけるのが「茶花」です。自然の季節感を大切に、雲田気に合わせて花を生かして活けます。花入れを工夫するなど、手づくりの楽しさで身のまわりに自然のお花を飾りましょう。

**観世流 仕舞**

第1・3 火曜日 15:00~16:00  
※1回15分の個人レッスン。時間帯はご相談ください。  
4/6スタート3カ月全6回 23,826円  
(教材費別途)

重要無形文化財総合指定  
日本能楽協会 観世流準職分  
松山 隆雄

抑制された動きの中に登場人物の心の動きを表現する仕舞。構えの基本からお教えます。初めての方でも安心して受講できます。

**宝生流 謡曲・仕舞**

第1・3月曜日 11:00~17:00  
4/5スタート3カ月全6回 22,770円  
(教材費別途)

日本能楽協会会員 / 宝生会正会員  
影山 道子

謡曲コースは、発声・ふしのうたい方などを「経政」「羽衣」などの謡本により実習し、まったく初めての方でも1年間で基本が会得できるよう指導します。仕舞コースは、かまゑ・足のはこびなどの基本動作について「宝生流図解仕舞集」により指導します。能の骨組がより深くわかり、楽しいものにするために時間内で1人20分程度の個人稽古となります。

**茶道・裏千家**

全クラス共通 A 10:30~12:30 6カ月全10回  
**見** 全クラス見学可能 B 13:30~15:30 6カ月全10回

第2・4 木曜日 4/8 スタート  
特別クラス 57,860円(水屋料含む)  
初級クラス 38,060円(水屋料含む)  
中級クラス 39,160円(水屋料含む)  
上級クラス 43,560円(水屋料含む)

第1・3木曜日 4/1スタート  
第1・3金曜日 4/2スタート  
第1・3土曜日 4/3スタート  
第2・4土曜日 4/10スタート

第2・4水曜日 4/14スタート  
初心者クラス 38,060円(水屋料含む)

裏千家名誉師範 裏千家正教授  
増田 宗房 生駒 宗芳 倉林 宗孝  
裏千家教授 嵯峨 宗有 畑中 宗信 小金井 宗江  
井口 宗裕 長谷川 宗留 高橋 宗房  
裏千家準教授 会田 宗教

「もてなし」と「しつらえ」を基本にした生活文化に触れながら、お点前客方や茶室の常識から始めていきましょう。個人指導で茶道の奥義を徐々に深めていき、「和敬清寂」の茶道の心を学んでいきます。

**いけばな嵯峨御流**

第2・4 水曜日 13:30~15:30  
4/14スタート3カ月全6回 初級 30,096円  
上級 32,076円

嵯峨御流本所講師  
福田 希弥乃監修  
嵯峨御流本所講師  
前嶋 慶泉

嵯峨天皇を始祖と仰ぎ、京都大覚寺に生まれ育った華道を学びます。格調高い伝統美と近代的な感覚を融合させ、自然を愛し花を愛することに由来して、古きをたずねて新しきを知っていくように。

**お箏&三味線  
(個人稽古)**

第1・3 水曜日 10:30~16:00 ※30分の個人稽古  
4/7スタート3カ月全6回 <箏> 34,056円  
<三味線> 34,056円  
(楽器貸出料含む)

生田流宮城社大節範  
たちばな みち

美しい音色を、静かなお茶室で楽しみましょう。また始めた経験者から初心者の方まで、細やかな個人稽古の為、様々な点で万全です。費用だけの大切な時間を豊かで充実したひと時に。

**香あそび(御家流桂雪会)**

第2火曜日 13:30~15:30  
4/13スタート3カ月全3回 16,038円

一般社団法人御家流香道桂雪会会長  
熊坂 久美子  
一般社団法人御家流香道桂雪会副理事長 一般社団法人御家流香道桂雪会理事  
伊藤 香夜子 田中 広子

室町時代に始まった香道は日本の伝統芸能です。香の語りかけを聞き応えながら、情緒を深めて古典の世界に触れてみましょう。心をリラックスさせ、香りを自分の中に取り込んで心を遊ばせる時間です。

伝える役割を超えた、文字に宿る美しさ

## 墨・書道・ペン字

Calligraphy

**カリグラフィー  
フリーライティングコース1**

第1・3土曜日 13:00~14:30  
4/3スタート6カ月全8回 30,624円  
(テキスト代・道具代別途)

カリグラファー / 公益財団法人 JHA カリグラフィー部門長 評議委員  
小田原 真喜子

初心者の方も経験者の方も、各々のレベルに合わせてご希望の書体の練習・習得と共に小作品カード制作などいろいろな技法を取り入れ親しみ触れながら、カリグラフィーを楽しみに学んでいただけます。

**カリグラフィー・ラボラトリー  
【上級クラス】**

第1・3 火曜日 10:30~12:00  
4/6スタート6カ月全10回 44,990円  
(テキスト代・道具代別途)

カリグラファー / 公益財団法人 JHA カリグラフィー部門長 評議委員  
小田原 真喜子

これまで習得してきたことを復習しながら、さらに応用して独自のスタイルを制作していくための指導。時代に合った書体の表現や文字のバリエーションなども研究し、歴史も振り返り学んでいきます。

**観世流 謡曲**

第1・3 火曜日 13:30~15:00  
※1回15分の個人レッスン。時間帯はご相談ください。  
4/6スタート3カ月全6回 23,826円  
(教材費別途)

重要無形文化財総合指定  
日本能楽協会 観世流準職分  
松山 隆雄

正しい姿勢や発声から学び、能に登場する様々な人の心を謡えるようになりましょう。能の台本を謡う謡曲を体得するにつれて、より楽しく、また深く能楽を鑑賞し楽しむことができるようになるでしょう。

**観世流 謡曲・仕舞  
(複数受講)**

第1・3 火曜日 13:30~16:00  
※1回謡曲15分と仕舞15分、計30分。時間帯はご相談ください。  
4/6スタート3カ月全6回 39,996円  
(教材費別途)

重要無形文化財総合指定  
日本能楽協会 観世流準職分  
松山 隆雄 他

謡曲と仕舞2クラス続けて受講する方へのお得なシステムです。どちらかを学ぶだけよりも、より立体的に能の奥深さを学ぶことが出来ます。

**京のはんなり着物講座**

第2 金曜日 13:30~15:30  
4/9スタート3カ月全3回 13,398円

着物コンシェルジュ  
服部 真三未

着物を身近に感じていただく講座です。京都のお菓子や抹茶を召し上がっていただきながら、生活の中で着物がどのように活躍するかをお話します。着物の知識やコーディネートについても季節感の大切さなどを織り交ぜお話しいたします。

**茶道・裏千家 立礼を楽しむ  
日常でお茶をたしなむ**

A 第2・4 金曜日 10:30~12:30  
B 第2・4 金曜日 13:30~15:30  
4/9スタート6カ月全10回 40,260円  
(水屋料・道具使用料含む)

裏千家名誉師範 裏千家準教授  
増田 宗房 裏千家準教授 磯野 宗光  
会田 宗教 磯野 宗光

立礼は正座をして行う方式とは異なる、テーブルと椅子(点茶盤、喫架、円椅)を使って嗜むお点前です。気軽に茶の湯を楽しみたい方、お茶会を楽しむための基本を学びたい方におすすめです。

**煎茶道・小川流**

初級クラス 第1土曜日 17:30~19:30  
4/3スタート3カ月全3回 11,748円  
上級クラス 第3土曜日 17:30~19:30  
4/17スタート3カ月全3回 14,388円  
(初級、上級とも水屋料含む)

小川流煎茶 副家元  
小川 珂楽  
家元総師範  
上田 明楽

小川流の手前は、おいしい茶味を引き出すための手順の積み重ねから成り立っています。手前を学ぶことで煎茶・玉露・番茶の本当の味が分かるようになります。伝統を楽しく学びながら「おもてなし」の心を身につけ、暮らしの中に活かしてください。服装は自由です(洋装可)。

**いけばな草月流**

月2回火曜日 18:30~20:30  
※入室時間自由  
4/13スタート3カ月全6回 30,096円  
(テキスト代別途)  
日向 洋一

草月会本部講師 / 横浜華道協会理事長  
日向 洋一

人と花との関係は、例えばは気の合った者同士がキャッチボールを楽しんでいる状況とよく似ています。教室では、そうした感じに花とのやりとりを楽しんでください。

**煎茶を愉しむサロン**

第1・3 火曜日 10:30~12:30  
4/6スタート3カ月全6回 26,488円

一茶庵 宗家  
佃 輝監修  
備前 満里子

茶葉を選び、淹れ方や茶器にこだわって味わう煎茶の愉しみ方をお教えます。ご自分のための一杯をより美味しく淹れることで、日常生活から離れた豊かな広がりを感じたいと思いますので、正座が苦手な方でも大丈夫です。

**四季の茶花**

第1火曜日 10:15~12:15  
4/6スタート3カ月全3回 17,028円

東茶古典セミナー主催 / 茶花・茶道研究者  
岩田 宗瑛  
茶花・茶道研究者 茶花・茶道研究者 茶花・茶道研究者  
岩田 宗瑛 熊木 宗陽 吉澤 宗広

四季折々の野花を素材に、一輪の花に思いをかける茶花。「侘び寂び」の理念を基にして、筆架、舟、枯木、瓦、水盤などを使用して風情を楽しみます。暮らしに季節の息吹を運んでくれる自然美を堪能しましょう。



**カリグラフィー レギュラーコース 2** 第 2・4 月曜日 13:30~15:00  
4/12 スタート3カ月全6回 20,130 円  
(テキスト代・道具別別途)

カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー部門長 評議委員  
小田原 真喜子 監修  
カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー師範  
池谷 めぐみ

**見 T** 随時 参加費 3,685 円(1 回分)

基本のイタリック体から様々な書体を学んでいきます。カードや作品づくり、平筆を使った花模様などテクニックも楽しく学びます。希望者には、講師資格取得の指導もいたします。

**カリグラフィー&モダンカリグラフィー** 第 1・5 火曜日 13:30~16:00  
6/1 スタート1カ月全2回 11,132 円  
(テキスト代・道具別別途)

カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー部門長 評議委員  
小田原 真喜子 監修  
カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー部門委員 師範  
森 美也子

**見 T** 随時 参加費 5,896 円(1 回分)

カリグラフィーとモダンカリグラフィーを学んでいただける講座です。毎回、前半は文字の練習、後半はご自宅で飾れる作品づくりをいたします。

**土曜の朝の美文字レッスン (ペン習字・筆ペン・小筆)** 第 2・4 土曜日 10:30~12:00  
4/10 スタート3カ月全6回 18,678 円

文科省後援 日本書写技能検定中央審査委員 / 翠玄書道会主宰  
加藤 泰玄 監修  
文科省後援 日本書写技能検定東京都審査委員  
荒谷 桂翠

**見 T** 随時 参加費 3,421 円(1 回分)

「私は字が下手だから…」 「生まれつきの悪筆なので…」 「メモや名前が書けない…」 など、それは文字のルールを知らないだけです。美しい文字には必ずルールとコツがあるのでそれをマスターすれば今日からあなたも美文字の仲間入りです。ペン習字コース、筆ペン・小筆コースのいずれかを選択いただけます。希望により硬筆のみ「書写技能検定試験」も実施します。

**横崎華祥かな書道 入門** 第 2・4 火曜日 13:30~15:00  
4/13 スタート3カ月全6回 16,764 円

日展会員 読売書法会常任理事  
横崎 華祥 監修  
読売書法会理事 全日本書芸文化院運営総務  
飯島 香苑

**見 T** 随時 参加費 3,124 円(1 回分)

横崎華祥先生の「はっ花帖」を基本教本として、かな書道を丁寧に指導します。慣れてきたら自らの書の創作にすすみます。

**墨と遊ぶカリグラフィーA** 第 3 水曜日 10:30~12:30  
4/21 スタート3カ月全3回 12,309 円

カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー師範 / 国際書道連盟日本部会理事  
馬越 幸子

**見 T** 随時 参加費 4,433 円(1 回分)

日本の書道と西洋のカリグラフィーとのコラボレーションで、不思議な文字世界を筆とペンで織りなします。かすれた墨の具合や濃淡など手書き文字の表現は限りなく深いものです。

**PM4:30 からの漢字書道** 第 2・4 金曜日 16:30~18:00  
4/9 スタート3カ月全6回 17,028 円

毎日書道展審査委員  
渡部 会山

**見 T** 随時 参加費 3,168 円(1 回分)

多彩な表現の美しい書で、現代書道界では、多くのファンを持つ金子鴎亭先生の高弟の先生方が、指導を担当いたします。文化勲章受章者で現代書の巨匠、金子鴎亭先生は、漢字とかなの両方の特性を生かし理想的に調和を図り、現代の詩文を現代の心で表現する「近代詩文書」の創始者です。

**PM6:00 からの漢字書道** 第 2・4 金曜日 18:00~19:30  
4/2 スタート3カ月全12回 34,056 円  
【隔週クラス】第 2・4 金曜日 18:00~19:30  
4/9 スタート3カ月全6回 17,028 円

**見 T** 随時 参加費 3,168 円(1 回分)

学べば学ぶほど奥深い「書道」を始めてみませんか。書くことの基本から表現力を高めていくことで、じっくりと学びたい方のための講座です。初心者から経験者までその方のレベルに合わせて、丁寧に指導します。

**漢字書道入門** 第 1・3 日曜日 10:30~12:00  
4/4 スタート3カ月全6回 17,820 円

毎日書道展審査委員  
渡部 会山 監修  
毎日書道展会員  
吉田 陵河

**見 T** 随時 参加費 2,970 円(1 回分)

入門ですからお気軽に、今日できなくても来週はできるかも…のペースで楽しく続けましょう。書の基本から簡単な創作までゆるやかに指導します。日曜の午前中から筆に遊ばれてみませんか。

**書を究める** ① 第 2・4 木曜日 13:30~15:30  
② 第 2・4 木曜日 16:00~18:00  
③ 第 2・4 木曜日 18:30~20:30  
4/8 スタート6カ月全10回 <初級> 35,860 円  
<上級> 39,160 円

書家 / 早稲田大学講師  
財前 謙

**見 T** 随時 参加費 3,916 円(1 回分)

上手に書こうと意識しすぎずに、ご自分のものにしていきましょう。自然な運筆が、気のある字につながるいきます。個人指導を中心に、本格的な書をマイペースで受講できる楽しい講座です。

**暮らしに役立つ実用書道** 第 1・3 火曜日 13:00~14:30  
4/6 スタート3カ月全6回 18,348 円

毎日書道展審査委員  
金子 大蔵 監修  
毎日書道展会員  
島田 心珠

**見 T** 随時 参加費 3,388 円(1 回分)

暮らしのいろいろなシーンで役立つ書を基本からゆっくりと学んでいきます。書道に初めて習う方や、プランクがある方もまずは気軽に書を楽しんでみましょう。書がまったく初めての方は、まずは3カ月で大筆の基礎、次の3カ月で小筆の基礎から学んでいきます。ご希望により、段級の取得も可能です。

**水墨画入門** 第 2 金曜日 14:00~16:00  
4/9 スタート3カ月全3回 13,398 円  
(道具別別途)

南北墨画会理事 / 墨閃会主宰  
土屋 秋恒

**見 T** 随時 参加費 4,796 円(1 回分)

水墨画の妙味は正しい調墨と運筆から生まれるもの。そのような考えに基づき、基本的な筆づくりや筆使いをマスターしていただけます。墨のもつ独特の美しい世界を、ご自分の感性で表現しませんか。

**カリグラフィー 日曜集中コース** 第 1 日曜日 11:00~13:00  
4/4 スタート3カ月全3回 11,913 円  
(テキスト代・道具別別途)

カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー部門長 評議委員  
小田原 真喜子 監修  
カリグラファー  
松井 康子

**見 T** 随時 参加費 4,301 円(1 回分)

月に1回日曜日集中コースです。イタリック体を時間をかけてまっすぐ学びます。そのあとは、たくさんある書体の中から、書いてみたい書体を選んで学びます。日常生活の中でも活用場が広がって楽しんでいただけます。

**書に親しむ (書道・小筆・ペン字)** A 第 1・2・4 水曜日 13:15~14:30  
B 第 1・2・4 水曜日 14:45~16:00  
A・B 4/7 スタート3カ月全9回 28,017 円  
C 第 2・4 水曜日 16:30~17:45  
C 4/14 スタート3カ月全6回 18,678 円

文科省後援 日本書写技能検定中央審査委員 / 翠玄書道会主宰  
加藤 泰玄

**見 T** 随時 参加費 3,421 円(1 回分)

基礎的な漢字や仮名を学び、日常での実用書や古典の臨書などを書いてみます。いずれも個々のレベルや目的に合わせて丁寧に指導します。書道コース、ペン字コース、小筆コース、検定コースの中から選択していただけます。新しい自分を発見してみたいいかがですか。

**日曜書道 (ペン字・筆ペン)** 第 4 日曜日 14:00~15:15  
4/25 スタート3カ月全3回 9,339 円

文科省後援 日本書写技能検定東京都審査委員  
加藤 純子 他

**見 T** 随時 参加費 3,421 円(1 回分)

日常生活で使用されるペン字・筆ペンは、私達にとって欠かせないものです。読みにくいクセ字、誤字を直し、個々のレベルや目的にあわせて丁寧に指導します。ペン習字コース、筆ペン・小筆コースのいずれかを選択いただけます。希望により「書写技能検定」も実施します。

**横崎華祥かな書道 上級** 第 2・4 火曜日 15:30~17:00  
4/13 スタート3カ月全6回 17,424 円

日展会員 読売書法会常任理事  
横崎 華祥 監修  
読売書法会理事 全日本書芸文化院運営総務  
飯島 香苑

**見 T** 随時 参加費 3,234 円(1 回分)

古筆を基本として、さまざまな書的体験の中に多くの書美を会得し、自らの書をつくり出していきます。初心者から多少経験のある方まで、段階的学習法にそって指導いたします。公募展出品の道も開けます。

**墨と遊ぶカリグラフィーB** 第 1・3 水曜日 13:00~15:00  
4/7 スタート3カ月全6回 24,618 円

カリグラファー / 公益財団法人 JHIA カリグラフィー師範 / 国際書道連盟日本部会理事  
馬越 幸子

**見 T** 随時 参加費 4,433 円(1 回分)

日本の書道と西洋のカリグラフィーとのコラボレーションで、不思議な文字世界を筆とペンで織りなします。かすれた墨の具合や濃淡など手書き文字の表現は限りなく深いものです。

**遅い朝のゆうゆう書道** 第 2・4 火曜日 11:00~12:30  
4/13 スタート3カ月全6回 16,104 円

毎日書道展会員  
横山 美水

**見 T** 随時 参加費 3,014 円(1 回分)

集中とリラックス、筆を執り充実の時をすごしましょう。初心者の方は勿論、経験を生かしてもう一度始めたいという方にも参加しやすいクラスです。段級取得、展覧会出品も可能です。

**美の書道塾** 第 2・4 水曜日 18:40~20:10  
4/14 スタート3カ月全6回 16,104 円

毎日書道展会員  
横山 美水

**見 T** 随時 参加費 3,014 円(1 回分)

和の心、書道を始めたいませんか。女性ならではの表現やおしゃれな作品制作もいたします。段級取得、展覧会出品も。お勧め帰りや学生の方に最適なクラスです。小学校高学年～シニアまで。

**実用書道ペン・筆ペン・小筆** 第 1・3 火曜日 15:00~17:00  
4/6 スタート3カ月全5回 14,960 円

毎日書道展審査委員  
吉田 久実子

**見 T** 随時 参加費 3,322 円(1 回分)

美しい字の形はひとつだけではありません。手書きの文字は個性を表し、温かい味わいとなります。身の回りの筆記具(ペン・筆ペン・小筆)を使って、季節のおたよりが書けるように基本から丁寧に指導します。

**楽しいかな書道** 第 1・3 火曜日 18:00~20:00  
4/6 スタート3カ月全5回 基礎 17,270 円  
上級 18,370 円

毎日書道展審査委員  
吉田 久実子

**見 T** 随時 参加費 3,784 円(1 回分)

かなを学ぶと季節のおたよりが書けたり、好きな詩歌を通して自分の心が表現できたりと、創作することの喜びも味わえます。初めての方には筆の持ち方から丁寧に指導し、上級の方は半切や臨書なども行います。また、昇段級の取得も可能な講座です。

**墨画サロン** 第 2 木曜日 13:30~15:30  
4/8 スタート6カ月全6回 28,248 円  
(道具別別途)

墨画 GROUP82 主宰  
松下 黄紗

**見 T** 随時 参加費 3,669 円(1 回分)

新しい現代の墨画を目指してテクニックを学び、個性をいかした作品を完成させるクラスです。墨のもつ不思議なパワーが、作品を通じて私たちに生きる力を与えてくれるでしょう。お気軽にご見学ください。

**絵手紙を楽しむ** 第 3 火曜日 10:30~12:30  
4/20 スタート6カ月全6回 23,496 円  
(道具別別途)

日本絵手紙協会  
加藤 超子

**見 T** 随時 参加費 3,916 円(1 回分)

絵手紙は上手な絵や難しい言葉はまったく必要ありません。自分の絵に素直な言葉添える手紙です。日々の思いや感動を絵手紙で表現できるように、簡単な基礎を学んでいただくためのクラスです。

**絵手紙を楽しむ(夜間クラス)** 第 3 水曜日 19:00~20:30  
4/21 スタート3カ月全3回 11,913 円  
(道具別別途)

日本絵手紙協会  
加藤 超子 監修  
日本絵手紙協会  
山数 郁子

**見 T** 随時 参加費 4,796 円(1 回分)

E-mail や SNS が主流の今こそ、四季折々の彩りを絵にした「絵手紙」を。思いや感動を素直な言葉で添える、温かなコミュニケーションツールの制作を、ぜひこの機会に学んでみませんか。

**書~かな入門~** 第 1・3 火曜日 13:30~15:30  
4/6 スタート3カ月全5回 17,930 円  
(道具別別途)

翠晶会主宰 / 正華会総務理事  
松田 彩苑

**見 T** 随時 参加費 3,740 円(1 回分)

日本で生まれた、しなやかで美しい「かな」の書。基本をしっかり学び、和歌や俳句などを創作し作品を仕上げていきます。「暮らしの中にあつとほっとする」、そんな書を旨指してレッスンしましょう。

**書道クラブ** 第 2 日曜日 10:30~12:30  
4/11 スタート3カ月全3回 15,078 円  
(道具別別途)

毎日書道展審査委員 / 書道玄海社社長  
三上 栖蘭 監修  
書道玄海社師範  
水野 翠葉

**見 T** 4/11(日) 参加費 4,796 円(1 回分)

墨の匂いは気持ちまで引き締めてくれるものです。基本の筆使いを学びながら、書に親しんでいただくサークルです。アットホームな雰囲気の中で、初心者から経験者まで丁寧に指導いたします。

**初めて持つ小筆と筆ペン** 第 2・4 水曜日 13:30~15:30  
4/14 スタート3カ月全6回 23,958 円  
(道具別別途)

日本ペン習字研究会師範  
赤松 由美  
日本ペン習字研究会師範  
鈴木 希実子

**見 T** 随時 参加費 10,032 円(2 回分)

長い間、小筆をもっていなかった方、初めて筆ペンを待つ方のクラスです。日常よく使う身近な文字から基本を学び、徐々に季節の挨拶状やお手紙などを書けるようになっていきます。

**はじめてのペン&筆ペン習字** 第 2・4 金曜日 19:00~20:30  
4/9 スタート3カ月全6回 19,140 円  
(テキスト代・道具別別途)

日本ペン習字研究会理事・審査員  
小高 桃果

**見 T** 随時 参加費 3,476 円(1 回分)

始めに「お名前」から、品格のある美しい「大文字」を目指してレッスンするクラスです。筆ペンで簡単なお手紙や宛名書きなど練習されるのも良いでしょう。まずは3か月間、と一緒に歩んでみませんか。

**はじめての篆刻** 第 3 水曜日 14:00~16:00  
4/21 スタート3カ月全3回 12,848 円  
(初回教材費含む・道具別別途)

元女子美術大学講師 / 毎日書道展審査委員  
吉永 隆山

**見 T** 1 回ごとのお申込み 参加費 4,796 円

初心者からご参加いただける、篆刻をつくるサークルです。基本から少しずつわかりやすく説明しますので、ステップアップしていきます。ご自分だけの「オリジナル印」を制作しましょう。

悠久の時を超えて愛された作品の魅力、魔力

文学・教養  
*Read a ancestors wisdom*

**世界の遺跡と世界遺産** 第 2 金曜日 10:30~12:00  
4/9 スタート6カ月全5回 15,785 円

美術評論家  
谷岡 清

**見 T** 随時 参加費 3,487 円(1 回分)

有史以来、人の住んだ所には痕跡が遺ります。そこには当時の人々の暮らしや文化が生み出した土器や家や神々の彫像などがあり、何千、何万という人の心の軌跡や息づかいまで感じることが出来ます。この講座では、世界史の現場を訪ね、歴史に残した美女や大王と同じ空気を吸ってみたいと思います。大画面に映る歴史スペクタクルをお楽しみに。

**詩を書き・詩を読む** 第 1・3 月曜日 18:30~20:30  
4/5 スタート3カ月全6回 18,414 円

詩人  
川口 晴美

**見 T** 随時 参加費 3,399 円(1 回分)

詩の書き方・読み方について学び、皆さんの作品を全員で鑑賞します。自由に感想を伝え合うことをサポートしつつ講評し、具体的な添削・アドバイスをします。詩の言葉を通して自分の世界を探り、つくっていきましょう。

**世界一おもしろい「日本文化史」** 第 1 土曜日 13:30~15:00  
4/3 スタート3カ月全3回 8,646 円

日本史講師 / 著述家  
伊藤 賢一

**見 T** 随時 参加費 3,212 円(1 回分)

大河ドラマ・TV 時代劇・歴史映画・伝統芸能の舞台などを観る時、時代小説・漫画などを読む時に役立つ情報がいっぱい! 大正～昭和時代の文化史を、文学史を軸に3回に分けて、観光案内を含めざっくり学びます。TV・書籍・雑誌など各メディアで活躍する講師による楽しい日本史講座です。

**仮名を知る** 第 1 月曜日 10:15~11:45  
4/5 スタート3カ月全3回 9,405 円

書文化・古筆研究家 / 元五島美術館副館長  
名見耶 明

**見 T** 随時 参加費 3,465 円(1 回分)

平安時代以降の仮名の遺品(古筆)の様々を取り上げ、その作品の特色等を理解し、さらに仮名の読み方を学ぶ手助けをします。仮名を通してわが国の美術・文化の基本的な特色に触れていただきたいと思います。

**朗読を楽しむ** 第 2・4 月曜日 13:30~15:30  
4/12 スタート3カ月全6回 18,876 円

コトバ表現研究所講師 / 絵本・児童文学研究センター正会員  
平野 純子

**見 TM** 随時 参加費 3,531 円(1 回分)

朗読とは文章作品を声で表現する方法です。発声・発音の基本から、小説を読むところまで実践しながら進みます。子どもには肉声で読んで聞かせることが大切。自分にも子どもにも声で味わう世界を広げていきましょう。

**カリグラフィー** 第 3 金曜日 13:30~15:00  
4/16 スタート6カ月全6回 25,036 円

カリグラファー  
石下 裕子

**見 T** 随時 参加費 4,796 円(1 回分)

カリグラフィーは、アルファベットを美しく書く西洋の書道です。基本的には、専用のつけペンとインクを使用します。一文字ずつ練習し、グリーティングカードやオリジナル作品を仕上げます。

**わたしの書道** 第 1・3 月曜日 10:30~12:30  
4/5 スタート6カ月全12回 46,992 円  
(道具別別途)

産経国際書会専管理事・審査員  
青柳 光華

**見 T** 随時 参加費 3,740 円(1 回分)

字は究極のアイデンティティー、個性があります。自分のやりたい書道を自由に選び、個性を大事にお稽古いたします。初めて筆を持つ方もご心配無用! あなたの書をマイペースで楽しんでください。

**筆ペンと小筆で書く行書・楷書** 第 2・4 水曜日 10:30~12:30  
4/14 スタート3カ月全6回 23,958 円  
(道具別別途)

日本ペン習字研究会師範  
赤松 由美  
日本ペン習字研究会師範  
鈴木 希実子

**見 T** 随時 参加費 10,032 円(2 回分)

メール時代だからこそ、手書きの葉書や手紙には心温まるものがあります。手紙文やのし袋など、日常生活に活かせる書式全般を学び、手書きのぬくもりの素晴らしさを見つめ直して暮らしにうらおいを。

**揮毫書士養成講座** 第 2・4 水曜日 13:30~15:30  
4/14 スタート3カ月全6回 28,248 円  
(道具別別途)

日本ペン習字研究会師範  
赤松 由美  
日本ペン習字研究会師範  
鈴木 希実子

**見 T** 随時 参加費 11,132 円(2 回分)

需要の多い宛名書きのほか祝辞・弔辞、賞状など、何でもこなせる細字のプロを目指しましょう。まずは教育漢字の楷・行書の学びから始めて、個々に課題を設けて書き進めていきます。

**はじめての篆刻** 第 3 水曜日 14:00~16:00  
4/21 スタート3カ月全3回 12,848 円  
(初回教材費含む・道具別別途)

元女子美術大学講師 / 毎日書道展審査委員  
吉永 隆山

**見 T** 1 回ごとのお申込み 参加費 4,796 円

初心者からご参加いただける、篆刻をつくるサークルです。基本から少しずつわかりやすく説明しますので、ステップアップしていきます。ご自分だけの「オリジナル印」を制作しましょう。

**楽しい朗読** 第 1・3 月曜日 13:50~15:20  
4/5 スタート3カ月全5回 16,995 円

児玉 朗

**見 T** 随時 参加費 3,669 円(1 回分)

五感を刺激し脳の活性化につながる朗読を気軽に楽しめる趣味として親しむ人々が増えています。この講座では、金子みすずの詩を声に出して発音することによって、詩人がイメージする世界にどこまで五感で迫ることができるか試みます。そのための手掛かりとして、毎回、冒頭の約十分間、基本的な呼吸と発声のエクササイズを行います。

**楽しい朗読講座** 第 2 金曜日 13:30~15:30  
4/9 スタート3カ月全3回 8,877 円

朗読家(一音漢語リレー)/朗読会 瑞穂の語り主宰  
朗読ユニット KAYAKAKA メンバー / stage reading 夢読塾 メンバー  
金田 瑠奈

**見 T** 随時 参加費 3,289 円(1 回分)

朗読は素晴らしい世界です。この講座は朗読の経験を問わずどなたでも歓迎です。音大在籍時より数々の舞台経験を持つ現役の朗読家と一緒に、ご自分の声の魅力を感じその可能性を広げながら、様々な物語、詩、エッセイの世界をあなたの声でいきいきとのびやかに語ってまいります。

**小澤幹雄のやわらかクラシック** 第 2 水曜日 10:30~12:00  
4/14 スタート3カ月全3回 9,108 円

音楽ジャーナリスト / 放送タレント / エッセイスト  
小澤 幹雄

**見 T** 随時 参加費 3,366 円(1 回分)

秘蔵映像などを鑑賞しながら、クラシックの世界のあれこれを堅苦しくなく楽しめます。時に、兄・小澤辰爾氏のこれまでの仕事の足跡をたどります。

**歌舞伎を楽しもう** 第 4 金曜日 13:30~15:30  
4/23 スタート3カ月全3回 9,867 円

歌舞伎研究家  
大倉 直人

**見 T** 随時 参加費 3,619 円(1 回分)

歌舞伎を観るのなら本来難しく考えず、自分なりの楽しみ方で観れば良いのだと思います。ただ、古典演劇であるがゆえに、現代ではわかりにくい部分があるのも事実です。本講座ではそのようなところにも触れ、あらゆる角度から歌舞伎の魅力に迫っていききたいと思います。

**哲学カフェ ~この豊かなひととき~** 第 4 木曜日 10:30~12:00  
4/22 スタート6カ月全6回 19,206 円

カフェフィロ / 上智大学文学部哲学科教授  
寺田 俊郎 監修  
カフェフィロ / 哲学対話コーディネーター  
廣井 泉

**見 T** 随時 参加費 3,531 円(1 回分)

身近な疑問やずっと気になっていたこと、それらに対話しながらかじり、ゆっくり考えます。自分のアタマでとことん考え抜くことで、必ず新たな発見があることでしょう。古今東西の哲学者の言葉にも触れてみます。



**俳句実作入門** 第2火曜日 13:30-15:30  
4/13スタート5カ月全5回 17,600円

舞俳句会主宰 / 俳人協会幹事  
山西 雅子

大切な思いをこの美しく小さな詩型に留めていきましょう。毎回冒頭で20分ほど基礎知識の講義を行い、その後、提出された実作(3句)を句会形式で批評・添削いたします。全くはじめての方も安心してご参加ください。

**百人一首歌人の逸話の数々** 第2・4水曜日 11:00-12:30  
4/12スタート6カ月全10回 33,660円

法政大学・立正大学 講師  
中野 法子

長く愛されてきた「百人一首一話」を天保四年の版本で読みます。出典となる資料を紹介しながら、歌人たちの面白い逸話の数々を味わいつつ一緒に楽しんでゆきたいと思っています。

**エッセイの会** 第3金曜日 14:00-16:00  
4/16スタート6カ月全5回 30,580円

エッセイスト  
木村 治美 監修  
エッセイ講師  
木村 玉絵

毎月書くエッセイに見知らぬ自分を発見し、「これが私なんだ」と思える作品がいつか自分史として手元に束になって残ります。教室の仲間の作品集の刊行も楽しみな、深い学びの教室です。

**一緒に読もう  
新川和江の詩の世界** 第3水曜日 13:30-15:30  
4/19スタート3カ月全3回 10,758円

詩人  
宮本 智子

水谷 有美 志岐 梢

新川和江に師事した講師3人と、毎月、様々な作品を読みながら語り合います。初めて詩にふれる方も大歓迎です。詩の読み方に正解はないので、皆様に楽しみながら詩の世界・言葉の世界を味わうことができます。

**源氏物語をよむ** 第2・4水曜日 10:00-11:30  
4/14スタート6カ月全11回 34,848円

都留文科大学非常勤講師  
伊東 祐子

源氏物語を原文で読む講座です。今回は、若葉上巻から若葉下巻に入ります。光源氏のもとに朱雀院の皇女、女三の宮が降嫁したことにより、紫の上は心労が重なり、病に倒れてしまいます。その看病につききりであった光源氏。そうしたなか、かねてから女三の宮に思いを寄せていた柏木が、女三の宮と一夜をともにしてしまいます。物語は大きく動き出します。

**CAMPAIGN**  
WEB入会キャンペーン

コミュニティクラブたまがわホームページからご入会いただく、入会金が半額になるキャンペーン。詳しくはホームページをご覧ください。

期 間：2021年2月25日(木)~4月30日(金)

身体が響き出す気持ちよさが音楽の最初の一步



**NEW CIRCLE**

定期 演歌、歌謡曲、思い出のメロディーをあなたと  
**歌謡アラカルト**

講師 渡辺 大地 歌謡コンシェルジュ / ボイストレーナー

開講日 第2月曜日 11:00-12:30

金額 4/12スタート3カ月全3回 10,890円

見 T 随時 参加費 3,960円(1回分)

懐かしい名曲から最新ヒット歌謡曲、隠れた名盤まで楽しくレッスンいたします。講師は歌謡界の重鎮、故平尾昌晃の元 20年間ボイストレーナーとして活躍していた渡辺大地。ポップス歌謡曲の為ボイストレーニングでしっかり声を起こしたのち丁寧に音を紡いでいきます。

**二胡** 第2火曜日 10:00-11:00  
4/13スタート3カ月全3回 9,669円

胡弓演奏者  
曹 雷 晶

二胡は、中国古来の伝統的な弦楽器です。独特で美しい音色は、現代の音楽にも調和し、日本各地で演奏される機会も多くなりました。講座では楽器の扱い方など基本から説明し曲を演奏することを目的とします。

**ヴォイストレーニング & 世界の歌・日本の歌** 第1・3木曜日 10:00-11:30  
4/1スタート3カ月全7回 25,487円

二期会員 / 日本演奏連盟会員  
西田 智朱子  
ピアニスト  
本多 幸与

高い声が出ない、息が続かない、声がかすれる等の悩みを解消。オペラやミュージカル、カラオケの名曲を具体的にどうすればもっと上手く楽しく歌いやすくなるか、とても実践的なクラスです。腹式呼吸で美しく健康に！初めての方大歓迎！リクエスト曲もどうぞ。

**クラシックギター** 第2・4日曜日 10:15-11:45  
4/11スタート3カ月全6回 19,338円

ギタリスト / ヴォーカリスト  
筒井 タケオ

クラシックギターとは、クラシックを弾くだけでなく、どんなジャンルの曲でも弾くことのできる基本的なギターです。ひとりでメロディー、伴奏もでき、手軽にできるという魅力的な楽器です。繊細な音色から大胆な音色まで様々な表現ができるようになります。憧れの曲を弾けるようになります！

**宝塚大好き** 第2木曜日 14:00-15:30  
4/8スタート3カ月全3回 12,276円

女優 / 宝塚歌劇団星組出身  
大原 ますみ

宝塚歌劇団星組の娘役のトップとして数々の舞台を踏み、現在は女優として幅広く活躍中の講師が、出演した宝塚の名舞台の魅力やエピソードを語り、そこで歌われた数々の名曲を皆様と一緒に歌います。

**ゼロからはじめるヘルマンハーブ** 第3火曜日 15:10-15:40  
4/20スタート3カ月全3回 7,425円

日本ヘルマンハーブ振興会会長  
梶原 千沙都 監修  
日本ヘルマンハーブ振興会 本部講師  
瀬藤 久美子

楽譜が読めなくてもヘルマンハーブの楽譜を弦の下に差し込んで、すぐにいろいろな曲を奏でることができます。基本の構えや手のかたちを学ぶと、美しい音色で奏でられ、脳トレにも最適です。何歳からでも大丈夫です。1〜2名のセミプライベートレッスンです。

**英語で歌うスタンダードナンバー**

ボイストレーナー / 元宝塚歌劇団  
中条 まり

憧れの映画音楽やジャズ、ミュージカルのスタンダードな名曲を英語で歌います。英語の曲における発音や歌い方のコツをご指導いたします。歌詞やメロディーの美しさや魅力に迫り楽しく歌いましょう。

**【火曜日クラス】** 第2火曜日 14:00-15:30  
4/13スタート3カ月全3回 10,296円

見 T 随時 参加費 3,762円(1回分)

**【土曜日クラス】** 第4土曜日 12:00-13:30  
4/24スタート2カ月全2回 6,864円

見 T 随時 参加費 3,762円(1回分)

**高野二郎のヴォイストレーニング** 第4水曜日 14:10-15:40  
4/28スタート3カ月全3回 10,814円

洗足学園音楽大学ミュージカルコース・桐朋学園芸術短期大学 講師  
二期会員 (テノール)  
高野 二郎

多様な音楽分野で出演経験豊富な講師による気持ち良く歌を歌うための講座。声を出す身体の仕組み・使い方から声の出し方、言葉の乗せ方、効果的なトレーニング方法までご指導します。

**魅惑のシャンソン** 第1・3金曜日 10:00-11:30  
4/2スタート3カ月全6回 20,658円

シャンソン歌手 / 日本シャンソン協会正会員  
小松崎 豊

愛を歌う 涙を歌う シャンソンは3分間のドラマです。あなたも主人公になって様々な人生を演じてみませんか。日本語を主に、ピアノ伴奏で情熱的なカンツォーネを加え歌っています。呼吸法の基礎から発声法までわかりやすくお教えします。心も体もリフレッシュしましょう。

**ボサノバギター** 第2・4日曜日 12:00-13:30  
4/11スタート3カ月全6回 19,338円

ギタリスト / ヴォーカリスト  
筒井 タケオ

ギターの基礎を学びながら、ボサノバのコード、リズムにチャレンジ。スタンダード曲にいくつか触れながら、楽器にも音楽にも少しずつ馴染んでいきますので、まったく初めての方でも安心して参加できます。ブラジル生まれのボサノバの優しいサウンドが、あなたを癒しのひとときへ誘います。

**いきいき楽しむヘルマンハーブ** 第3火曜日 13:30-15:00  
4/20スタート3カ月全3回 11,385円

日本ヘルマンハーブ振興会会長  
梶原 千沙都 監修  
日本ヘルマンハーブ振興会 本部講師  
瀬藤 久美子

楽譜が読めなくてもヘルマンハーブの楽譜を弦の下に差し込んで、すぐにいろいろな曲を奏でることができます。基本の構えや手のかたちを学ぶと、美しい音色で奏でられ、脳トレにも最適です。何歳からでも大丈夫です。

**フルートの会** 毎金曜日 16:10-20:20  
4/2スタート6カ月全21回 <個人レッスン> 87,318円  
<グループレッスン> 64,218円

フルート奏者  
北川 理久

お一人おひとり心が面の内面にもっている感性や音感をそのままに、フルートという音色の美しい楽器で奏でられるように指導いたします。透明感のある音色を奏でることで、心も癒されるはずですよ。

**JOY OF THE MUSICAL** 第1・3土曜日 19:00-20:30  
4/17スタート3カ月全5回 17,215円

洗足学園音楽大学ミュージカルコース講師 / ミュージカル歌唱指導  
青木 さおり  
ピアニスト  
田中 知子

ミュージカルの曲を、ピアニストによる生伴奏のもと英語で歌うクラスです。ミュージカルの歌唱指導、ヴォイストレーナーとして活躍中の講師と、オペラ歌手が歌うシャンソンシリーズの企画・構成から演奏まで、歌の伴奏者としても経験豊富なピアニストによる講座です。歌う身体、呼吸、発声、英語の発音などを学びながら、楽しく歌っていきます。

**大人のためのバイオリン** 第1・3金曜日 14:15-15:45  
4/2スタート3カ月全6回 23,166円

バイオリニスト  
伊賀 あや

バイオリンをたずさえて、贅沢な音楽の時間を一緒にしませんか？演奏技術の習得はもちろん、楽しく豊かな音楽体験を目指します。幅広いジャンルの名曲を経験しながら、ソロだけでなくアンサンブルも挑戦しましょう。

**男声レッスン・原語で歌う世界の歌** 第2・4日曜日 14:00-16:00  
4/11スタート6カ月全12回 38,412円

声楽家 / ソプラノ / 二期会員  
河野 陽子  
ピアニスト  
宮越 美雪

歌うことが大好きな男性のレッスンです。様々な曲目を原語で歌うことにチャレンジしてみませんか。ゆったりとした気持ちで声を出すことで、日曜日の豊かな学びの時間を満喫していただけます。

**スタンダードジャズ & 懐かしのポップス** ①第1・3木曜日 14:15-15:45  
4/1スタート6カ月全12回 41,657円  
②第2・4月曜日 13:45-15:15  
4/12スタート6カ月全12回 41,657円

ヴォイストレーナー / ヴォーカリスト  
竹山 真由美

のびのびと声を出せるようにヴォイストレーニングを行います。ジャズやポップスの英語曲を素敵に歌うコツを学び、1回のレッスンで3曲程度を皆さんで楽しく歌っていきます。

**JAZZ ヴォーカル** 第2・4火曜日 19:00-20:50  
4/13スタート6カ月全12回 47,421円

ジャズシンガー  
澄 淳子

自分の中に眠っている本当の声を見つけませんか。初心者の方でも楽しく上達できるように指導するので大丈夫です。スタンダードナンバーを思いっきり歌い、楽しいレッスンにしましょう。

**ステップアップヴォーカルレッスン** 第1・3土曜日 14:00-16:00  
4/3スタート6カ月全12回 41,470円

声楽家 / ソプラノ / 二期会員  
河野 陽子

ご自分の声ときちんと向き合って、楽しく歌うためのクラスです。無理のない発声を学び、歌うことで心身共に健やかに。ジャンルを問わず様々な曲にチャレンジするので、世界が広がっていきます。

**ヴォーカルトレーニング** 第1・3水曜日 14:30-16:00  
4/7スタート6カ月全12回 40,920円

藤原歌劇団正団員 / 日本演奏連盟会員  
秋永 佳世

腹式呼吸で正しい発声を身につけてお気に入りの1曲を探してみませんか。課題曲はクラシック、愛唱歌、ポップス、ミュージカル等、幅広いジャンルから選び、自信を持って魅力的に歌えるトレーニングを行います。

**シャンソン&カンツォーネ** 第1・3水曜日 16:30-18:00  
4/7スタート3カ月全5回 17,655円

ヴォイストレーナー  
青木 FUKI

「声が出るようになる」という指導に定評のある講師のもとで、楽しく健康的に歌う喜びを味わいましょう。シャンソンやカンツォーネが中心ですが、ミュージカルナンバーも取り入れていきます。

**簡単ウクレレ教室** 第4火曜日 16:00-17:30  
4/27スタート3カ月全3回 10,164円

ウクレレスクール鶴組主宰  
鶴岡 和典

近年フラを楽しんでいらっしゃる方も増え、フラだけではなく曲をウクレレでも弾いて歌えたらとても楽しいです！もちろんフラの経験がなくても、初心者の方でも簡単に弾けるよう指導いたします！まずは1日体験してみてください。※ウクレレをお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方はお貸しいたします。

**美しい日本歌曲を歌う・楽しむ** 第2・4水曜日 10:00-11:45  
4/14スタート3カ月全6回 25,212円

二期会員 / メゾソプラノ / 日本演奏連盟会員  
牧野 庸子

ベルカントの発声で日本歌曲を美しい声で歌えるように練習します。昔から歌われた懐かしい曲や、現代の作曲家による曲にも取り組みます。気持ちよく、のびやかに、楽しみながら歌いましょう。

**イタリア語で歌うイタリアの歌【初心者対象】** 第2・4金曜日 14:15-15:45  
4/9スタート3カ月全6回 25,212円

憧れの名曲をきれいな声と正しい発音で歌ってみませんか？初めてでもイタリア語が読めなくても大丈夫。初心者クラスは、声の指導などから始まり、全員での斉唱まで。

**イタリア語で歌うイタリアの歌【経験者対象】** 第2・4月曜日 16:15-17:45  
4/12スタート3カ月全6回 30,492円

発声練習から始まり、イタリア語の読み方や譜読み丁寧に行います。毎回個人指導の時間もあり、声のチェックをして曲をしあげていきます。

**優しい合唱を楽しむ会** 第2・4木曜日 10:00-11:45  
4/8スタート6カ月全12回 37,092円

声楽家  
佐藤 友里子  
ピアニスト  
松村 智佳子

イタリア伝統のベルカント唱法を解りやすく明るく美しい歌や、楽しい合唱、素敵なピアノ伴奏で習得します。本物の発声法は若さとの健康に最高です。「声は一生30代のままで」がベルカントの教えです。

**ヴォイストレーニング(個人レッスン)** 第1・3木曜日 16:00-18:45  
※1回30分の個人レッスン  
4/1スタート3カ月全6回 30,360円

ヴォイストレーナー / ヴォーカリスト  
竹山 真由美

健康にもよいといわれる人気のレッスン。腹式呼吸から始め、腹筋などを使ったトレーニングで声のお悩みの解決を目指します。(歌唱指導応相談)

**くーるぞれいゆ** 毎水曜日 12:00-14:00  
4/7スタート3カ月全11回 34,001円

藤原歌劇団団員 / 日本歌曲協会代表  
森田 澄夫  
ピアニスト  
井澤 久美子

歌は楽しい。響きあう歌声は心のハーモニー。誰もが持っている豊かで輝きのある声を引き出し、ミュージカルから宗教曲、懐かしい日本の歌、合唱組曲まで女声コーラスの魅力がいっぱいです。

**大人のためのピアノ教室** A 第2・4日曜日 12:00-13:30  
4/11スタート3カ月全5回 25,300円  
B 第2・4木曜日 16:00-18:30  
4/8スタート3カ月全6回 30,360円  
(どちらも1回25分の個人レッスン/発表会費別途)

ピアニスト  
宮越 美雪

オーダーメイドのレッスンで、一生忘れられない珠玉の曲を見つけにいらっしやしませんか？コミュニティクラブたまがわで一番広い教室とランドピアノを独占して、豊かなひとときをお過ごしいただけます。

**童謡・叙情歌、こころの歌** 第1・3月曜日 10:30-12:00  
4/5スタート3カ月全6回 21,230円

声楽家  
井上 由佳

懐かしい曲、大好きな歌、心に残る思い出の曲を、もう一度一緒に歌ってみませんか。馴染みの深い美しい曲を取りあげ、楽しく歌いながら、呼吸法や発声の基本を学んでいけるクラスです。

**沖縄・琉球三線** ①第2・4金曜日 10:00-11:30  
4/9スタート3カ月全6回 16,566円  
②第1・3木曜日 19:00-20:30  
4/1スタート3カ月全6回 16,566円  
(楽譜代別途)

クイチャーパラダイス代表  
仲本 光正 監修  
クイチャーパラダイス専任講師  
宮里 ゆみ

オリジナルのテキストを用いながら、楽器の持ち方・楽譜の読み方・歌い方などを基礎から学びます。楽器が初めての方でも楽しく練習できます。

お申し込みは 当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より TEL:03(3708)6125 受付時間 月曜~土曜 10:00-20:00 日曜・祝日 10:00-17:00

※スケジュールは都合により変更となる場合がございます。詳しくは当クラブホームページサークル一覧より該当サークルのスケジュールをご確認ください。※【トライアル】は、お一人様1回のみのご参加となります。※掲載の写真は一部イメージです。※お申し込みの際には当クラブホームページ「入会と受講のご案内(入会規約)」をご一読ください。

2021年4月期受講生募集 お申し込みは 当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より

WEB先行受付 2/25(木) 10:00より受付開始! 電話・来館受付 2/27(土) 10:00より受付開始!



異文化との交流がこんなに楽しいものだから

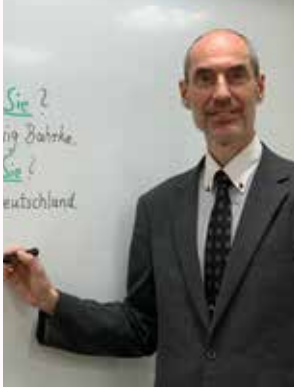


NEW CIRCLE

**定期** 未経験の方を対象とした  
**はじめて学ぶドイツ語**  
(レベル：入門)

**講師** ルートウィッヒバルケ ドイツ語講師  
**開講日** 毎金曜日11:30-13:00  
**金額** 4/2スタート3カ月全12回 **47,784円** (教材費別途)  
**見 TM** 随時 参加費 無料(1回のみ)


ドイツ語をはじめて学ぶ方向けの講座です。挨拶、日常会話から少しずつステップアップして学んでいきます。



**文字からはじめる韓国語**  
(レベル：入門) 毎木曜日 10:00-11:30  
4/1スタート3カ月全13回 49,621円

**韓国語講師** チョ ヨンミ **見 TM**


これから韓国語を学びたい方向けの講座です。文字の読み方からスタートし、発音や会話文を勉強しながら徐々に力をつけていきます。日本語が分かる韓国出身の講師が指導します。



**ゆっくり学ぶ韓国語**  
(レベル：初級) 第2・4水曜日 14:00-15:00  
4/12スタート3カ月全6回 16,632円 (教材費別途)

**韓国語講師** 申美淑 **見 TM**

1年以上の韓国語経験者対象の講座です。韓国語の文字・発音から学びます。韓国出身の講師が、基本から分かりやすく指導します。隔週でゆっくり学びたい方におすすめです。



**楽しく会話できる韓国語**  
(レベル：初中級) 毎月曜日 16:45-17:45  
4/5スタート3カ月全12回 33,264円 (教材費別途)

**見 TM**

韓国語に触れてみたい、韓国旅行に役立てたい方などにおすすめのクラスです。文字や発音など基本的なことからしっかりと覚え、実際に活用できる会話を楽しく学びましょう。

**1から学ぶ韓国語**  
(レベル：入門) 毎月曜日 15:30-16:30  
4/5スタート3カ月全12回 33,264円 (教材費別途)


**見 TM**

ハングルの文字の基本母音、基本子音、合成母音、パッチムなどについて発音と書き方を進めながら学びます。日常生活での普段の簡単な挨拶についても学びます。

**フランス語**  
(レベル：初級) 第2・4水曜日 A 16:00-17:00 B 17:30-18:30  
4/14スタート3カ月全6回 16,038円 (教材費別途)

**フランス語講師** 鈴木 由起子 **見 TM**


英語に次いで、人気のあるフランス語。映画やファッションには興味があるけど、発音が…と躊躇されている方も多いはず。短いフレーズを覚えていくテキストを使用しますので、文法が苦手な方やこれから旅行に行かれる方におすすめです。時には、現地の情報や風習についてもご紹介しします。



**自信がつくフランス語**  
(レベル：中級) 毎金曜日 10:15-11:15  
4/2スタート3カ月全12回 32,076円 (教材費別途)

**フランス語講師** 長谷川 アワテフ **見 TM**

ネイティブによる中級レベル向けのフランス語クラスです。フランス語で一般的な日常会話ができる方が対象です。より深く文法を学習し、実践的なフランス語力をつけていきます。「実用フランス語技能検定」2級もめざすことが出来ます。



**会話を楽しむフランス語**  
(レベル：中級) 第1・3火曜日 16:00-17:30  
4/6スタート3カ月全6回 23,232円 (教材費別途)

**見 TM**


ネイティブによる初中級レベル向けのフランス語クラスです。フランス語の基礎がある程度理解できていて、簡単なコミュニケーションが取れる方を対象。テキストを使用し、日常のあいさつ、時間の表現、発音など会話を中心に学習していきます。「実用フランス語技能検定」3級を目指すこともできます。

NEW CIRCLE

**定期** はじめての方向けの  
**使えるスペイン語**  
(レベル：入門・初級)

**講師** アナ パラシオス スペイン語講師  
**開講日** 毎火曜日13:00-14:30  
**金額** 4/13スタート3カ月全11回 **44,286円** (教材費別途)  
**見 TM** 随時 参加費 無料(1回のみ)


スペイン語に全く触れたことがない方や、独学をしているけれども基礎から新たに学びたい方向けに、「使えるスペイン語」を楽しみ始めてみませんか。Bienvenidos!(ようこそ!)



**ずっと使い続けたいスペイン語**  
(レベル：中級) 毎火曜日 14:40-16:10  
4/13スタート3カ月全11回 44,286円 (教材費別途)

**スペイン語講師** アナ パラシオス **見 TM**

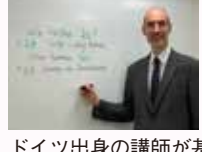
スペイン語の技量を維持したい方やもう一度使えるようになりたい方へ。文法・読み書き・会話などの復習を行い、生涯スペイン語を使い続けられる基礎づくりを行います。



**ドイツ語**  
(レベル：初中級) 毎金曜日 10:00-11:00  
4/2スタート3カ月全12回 32,076円 (教材費別途)

**ドイツ語講師** Ludwig Bahrke (ルートウィッヒ・バルケ) **見 TM**

ドイツ出身の講師が基礎から学ぶドイツ語を丁寧に指導いたします。旅行・ビジネス・留学など様々なシーンに使える実用的な文法・会話術を指導します。



**やさしいドイツ語**  
(レベル：入門・初級) 毎月曜日 10:15-11:30  
4/1スタート3カ月全12回 39,996円 (教材費別途)

**見 TM**

ドイツ語学習歴3カ月～半年程度のクラスです。個々のペースに合わせて指導いたします。少数者クラスの特性を活かし、個々のペースに合った授業を提供いたします。一緒に楽しく学びましょう!

**楽しく学ぶドイツ語**  
(レベル：初中級) 第1・3・5土曜日 10:00-11:30  
4/3スタート3カ月全6回 23,892円 (教材費別途)

**見 TM**

ドイツ語学習歴1年～のクラスです。ドイツ出身の講師が丁寧に指導いたします。旅行・ビジネス・留学など様々なシーンに使える実用的な文法・会話術を指導します。

**身につけて使うドイツ語**  
(レベル：初級) 第2・3・4・5木曜日 12:30-14:00  
4/8スタート3カ月全9回 35,838円 (教材費別途)


**見 TM**

ラジオで独学した方、学生時代に勉強した方。もう一度ドイツ語を学びなおしませんか?ドイツ人講師による丁寧なレッスンで実力をつけましょう。

**楽しいフランス語旅行会話**  
(レベル：初中級) 第1・3火曜日 14:00-15:15  
4/6スタート3カ月全6回 16,038円 (教材費別途)

**フランス語講師** 鈴木 由起子 **見 TM**


旅行中よく使われる表現を中心に、楽しく無理なく、かつ着実にフランス語会話を学びませんか?復習と口頭練習を多く取り入れるので全く初めての方も安心です。フランス文化や観光などの話題にも随時触れていきます。



**ゆっくり学ぶ基礎英語**  
(レベル：初級) 第2・4日曜日 14:15-15:15  
4/11スタート3カ月全6回 15,576円 (テキスト代別途)

**英語講師 / 英会話講師** 吉田 由実 **見 T** 随時 参加費 2,926円(1回分)

英語学習初級者の方のためのクラスです。英語の苦手感をなくしたい、もう一度英語を勉強したいという方のための講座です。海外旅行や日常生活の場面などで使える英語を実践を通して学びます。



**のんびり力がつく総合英会話**  
(レベル：初級) 第2・4日曜日 15:30-16:30  
4/11スタート3カ月全6回 15,576円 (テキスト代別途)

**見 T** 随時 参加費 2,926円(1回分)

様々な話題と日常生活に即した内容を豊富に取り入れながら総合的な英語力をつけることが目標です。聞く、話すに重点を置いた、バイリンガル講師によるゆっくりペースの講座です。

記号の見方 **見** 見学(無料) **T** 有料トライアル **TM** 随時無料トライアル **外** 外出サークル **1回** 一回ごとのご参加可能 **SS** SOUTH STUDIO

●定期サークルは随時お申し込みいただけます。●お申し込みは、当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より●定期サークルのお申し込みは入会が必要です。●入会金はキャンペーンを行っておりますので、裏面をご覧ください。


随時お申し込み受付中  
TEL:03(3708)6125



**ネイティブとはじめる英会話**  
(レベル：初級) 第1・3火曜日 10:00-11:00  
4/6スタート3カ月全6回 16,236円 (テキスト代別途)

**英会話講師** ルイス・ディアンドレイド **見 T** 随時 参加費 3,036円(1回分)

全く初めてでも大丈夫、なかなか勇気がなかったり、今まであきらめていた英会話をもう一度学んでみませんか。基礎から反復練習をはじめ、様々なシチュエーションで使えるフレーズなど文法も含めて学べます。ゆっくり時間をかけて0から教えます。



**元気がでる英会話**  
(レベル：初中級) 毎月曜日 10:00-11:00  
4/5スタート3カ月全12回 32,472円 (テキスト代別途)


**見 TM** 随時 参加費 3,036円(1回分)

全く初めてでも大丈夫、なかなか勇気がなかったり、今まであきらめていた英会話をもう一度学んでみませんか。基礎から反復練習をはじめ、様々なシチュエーションで使えるフレーズなど文法も含めて学べます。ゆっくり時間をかけて1から教えます。

**エンジョイトーキング**  
(レベル：初中級) 毎月曜日 12:15-13:35  
4/5スタート3カ月全11回 34,606円 (テキスト代別途)

**英会話講師 / タレント** A・ウィッキー **見 TM**


ウィッキー先生の気さくで楽しいフリートーキングが中心のクラスです。身近な話題を優しい単語で話していくことで、会話のコツや言い回しのポイントがすぐに身につきます。お気軽に Welcome!



**BASIC ENGLISH**  
(レベル：初中級) 毎木曜日 11:50-13:20  
4/1スタート3カ月全12回 36,432円 (テキスト代別途)

**慶應義塾大学講師 / 東京外国語大学講師** 由井・ロバート **見 TM**

基礎英語をまず耳から何度も聞くことにより慣れていただきます。簡単な挨拶や自己紹介といった初歩的な日常会話を、正確な発音で話せるようにしていくベーシック英語のクラスです。



**EVERYDAY ENGLISH**  
(レベル：中級) A 毎木曜日 10:15-11:45 B 毎木曜日 19:00-20:30  
4/1スタート3カ月全12回 36,432円 (テキスト代別途)

**見 TM**

会話の基本を覚えることで、ショッピングやレストランなどでの会話ができるようになります。毎日のいろいろな生活がスムーズに送れることを目標に、丁寧な指導でレッスンいたします。

**ADVANCED ENGLISH**  
(レベル：上級) 毎木曜日 13:50-15:20  
4/1スタート3カ月全12回 37,752円 (テキスト代別途)

**見 TM**

英語で自分の意思や意向、興味のあることなどをさりげなく、そして自然に表現できるセンスを身につけていきましょう。会話力に磨きをかけていくことを目標にしたクラスです。

NEW CIRCLE

**定期** おもいよりの茶席を演出できる私になる chinese tea salon  
**養生茶として愉しむ台湾茶中国茶**  
Chinese Tea Salon

**講師** 登喜 あいか **中国茶・養生茶研究家 / 中国国際茶文化研究会名誉会員**  
**開講日** 第4水曜日14:00-16:00  
**金額** 4/28スタート6カ月全6回 **41,514円**  
**T** 随時 参加費 7,249円(1回分)


古代、お茶は薬としても飲まれ、様々な効果があると考えられていました。毎回テーマを決めて、台湾・中国の有名茶人から直送の銘茶の魅力や、講師手づくりの薬膳菓子などとともに楽しみながら学びます。



**スパイス・ハーブ & ティーレス**  
第3土曜日 10:30-12:30  
4/17スタート3カ月全3回 12,738円

**(株) cocoroba 主宰 / スパイス・ハーブコーディネーター / 日本紅茶協会公認ティアドバイザー** 峯尾 朋子 **T** 随時 参加費 4,576円(1回分)


世界はとどめきの食材にあふれている…。季節感大切に、ハーブやスパイス、お茶を一緒に愉しみましょう。調理法や日々の生活での活かし方に加え、歴史やとっておきのエピソードなどのお話も満載でお待ちしています。



**三輪薫の素敵な写真の撮り方**  
第2火曜日 10:30-12:00  
4/13スタート3カ月全4回 21,648円 ※4/27 外出授業

**写真家** 三輪 薫 **見 T** 随時 参加費 7,106円(1回分)


見飽きない素敵な写真の撮り方を学ぶ講座で、マンツーマンで各自の持ち時間制で行い、毎回20-30分前後アドバイスしています。作品内容は、風景・花・スナップなど自由で、写真展も毎年のように銀座で開催しています。



**基礎英会話**  
(レベル：初級) 第1・3水曜日 13:30-15:00  
4/5スタート3カ月全5回 16,060円 (テキスト代別途)

**英語講師 / 英会話講師** 吉田 由実 **見 T** 随時 参加費 3,542円(1回分)


ゆっくり英語を学び直したい方向けの講座です。やさしいテキストを使って伝わる英会話を身につけましょう。バイリンガル日本人講師が担当いたします



**スクリーンイングリッシュ**  
(レベル：初中級) 第2・4水曜日 13:50-15:20  
4/14スタート3カ月全6回 21,626円

**通訳 / 美術・英語字幕翻訳家 / 大学講師** 小野寺 和子 **見 T** 随時 参加費 3,861円(1回分)


映画は、生きた英会話を学ぶ最強ツールのひとつ。すぐ使える英会話やフレーズを印象深い映画の各シーンとともに学びます。素敵な表現、ファッション、インテリア、時代背景など異文化を学べます。



**やさしい英会話**  
(レベル：初級) 毎水曜日 10:00-11:30  
4/7スタート3カ月全12回 37,752円 (テキスト代別途)

**ウィルビー英会話スクール専任外国人講師** **見 TM**


映画、旅行など興味のある話題を題材にすることで、英語を楽しく学んでいただけます。正確に話せるように、会話力を身につけていきましょう。ご自分の英語力に磨きをかけるクラスです。



**英会話レッツ・トーク!**  
(レベル：初中級) 毎火曜日 11:15-12:45  
4/6スタート3カ月全12回 37,752円 (テキスト代別途)

**ウィルビー英会話スクール専任外国人講師** **見 TM**


身のまわりのこと、旅行のこと、ちまたのゴシップから簡単な時事英会話まで、講師が提示する話題について英語でおしゃべりしましょう。楽しみながら上達していくことを目指すクラスです。



**おしゃべりサロン**  
(レベル：上級) 毎金曜日 11:45-13:15  
4/2スタート3カ月全11回 34,122円

**マリイ・ウォレス** **見 TM**


講師が英字新聞や海外雑誌から選んだ幅広いテーマを、事前にお知らせいたします。予習が可能ですので、そのテーマをより膨らませて、教室では英語でおしゃべりを楽しみましょう。



**ビジネス英会話 (上級)** 毎土曜日 17:00-18:30  
4/3スタート3カ月全12回 46,332円

**英会話講師** ジョージア・ポーシック **見 TM**

ビジネスの場面で使用する英会話を学びましょう。社会人の方やこれから就職する方にもお勧めです。




同じものを好きな人と過ごす時間はいつもあつという間



**テーブル茶道 表千家**  
アフタヌーンクラス 第1木曜日 14:00-15:30  
4/1スタート3カ月全3回 14,982円

**表千家茶道教授 / 世田谷区花道茶道協会副理事長** 一色 宗穂 **見 T** 随時 参加費 5,324円(1回分)

和室が無くても正座が苦手でも、テーブルと椅子で日本の伝統の茶道を楽しみましょう。なごやかな雰囲気の中で、基本のお茶やお菓子のいただき方からお前まで表千家流で丁寧に指導します。



**テーブル茶道 表千家**  
夜クラス 第1金曜日 19:00-20:30 ※5月は第3金曜日に開催します。  
4/2スタート3カ月全3回 14,982円


**見 T** 随時 参加費 5,324円(1回分)

和室が無くても正座が苦手でも、テーブルと椅子で日本の伝統の茶道を楽しみましょう。なごやかな雰囲気の中で、基本のお茶やお菓子のいただき方からお前まで表千家流で丁寧に指導します。

**点字で本をつくらう** 第1・3日曜日 15:30-17:00  
4/4スタート3カ月全6回 16,896円 (教材費別途)

**東京福祉専門学校講師** 天野 亨 **見 T** 随時 参加費 3,146円(1回分 / 教材費別途)


皆で力を合わせて、1冊の本を点字にしてみましょう。エッセイ、歴史書、短編集など。普段読んでいる本の中から、日本語の美しさを発見してみませんか?完成した時の喜びも、一緒に味わいましょう。点字が初めての方でもご参加いただけます。



**ワインの魅力を楽しむ** 第2金曜日 19:15-20:45  
4/9スタート3カ月全3回 20,328円

**日本ソムリエ協会認定シニア・ソムリエ / 田辺由美ワインスクール講師** 三輪 宗博 **見 T** 随時 参加費 7,106円(1回分)

ワインは世界60カ国以上で生産されています。歴史と伝統に培われたヨーロッパのワイン。新しい技術とパワーを秘めたニューワールドのワイン。代表的な国々のワインをテーマに料理との組み合わせやワインの色々なエピソードなどをご紹介します。実際にワインを味わいながら気軽に楽しめる入門講座です。



お申し込みは当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より TEL:03(3708)6125

受付時間 月曜～土曜 10:00-20:00 日曜・祝日 10:00-17:00

コミュニティクラブたまがわ



※スケジュールは都合により変更となる場合がございます。詳しくは当クラブホームページサークル一覧より該当サークルのスケジュールをご確認ください。【トライアル】は、お一人様1回のみのご参加となります。※掲載の写真は一部イメージです。※お申し込みの際には当クラブホームページ「入会と受講のご案内(入会規約)」をご確認ください。



**素敵なシャンパンライフ** 第3木曜日 19:00-20:30  
4/15スタート3カ月全3回 22,803円

株式会社横浜君嶋屋 代表取締役  
君嶋 哲至

他の地域とは一線を画すシャンパーニュ地方のワイン。宝石のような泡の魅力に誰もが幸せな表情になるシャンパンのこと、もっと深く知りたいと思いませんか？ アッサンブラージュとは？ ドサージュとは？ 味わいの違いはなぜ？ シャンパーニュ騎士団オフィシエのタイトルを持つ君嶋哲至が実際に味わいながら皆さまに丁寧に解説いたします。

見 T 随時 参加費 7,931円(1回分)

**ヨーロッパの室内装飾と家具の歴史** 第3土曜日 13:30-15:30  
4/17スタート3カ月全3回 11,088円

カレッジ・オブ・インテリアデザイン 主宰/インテリアデザイナー  
(米国 New York School of Interior Design 卒業) 日本協会会員 / 日本協会会員  
深江 芳枝

ネオクラシック様式のバックingham宮殿、フランス・ナポレオン3世様式英国ビクトリアン様式を美しい画像と動画で紹介。

見 T 1回ごとのお申込み 参加費 4,026円

**心とからだ磨きの朗読レッスン** 第3金曜日 10:30-12:00  
4/16スタート3カ月全3回 11,748円

フリーアナウンサー  
寺田 理恵子

朗読が初めての方、大歓迎！心とからだの健康を意識した朗読講座です。呼吸・発声の基本を身につけ、様々なジャンルの文章を読んでいきます。楽しい時間を過ごし、心とからだもリフレッシュしましょう。

見 T 随時 参加費 4,246円(1回分)

**タロット講座** ① 第1土曜日 10:30-12:30  
② 第1土曜日 16:30-18:30  
4/3スタート3カ月全3回 13,398円

ハイブリッド・パフォーマンス  
ムンロ王子

東大法学部を卒業した異色なタロット占い師。10年間で1万人以上占いを占い、「女性セブン」ではコロナを見事的中。「サンスポ」では2年連続日本ダービーを的中し、2020年有馬記念も万馬券を当てた。「ワイドナショー」に出演するなどテレビでも人気上昇中。

見 T 1回ごとのお申込み 参加費 4,796円

**熊井明子のボプリ・トーク** 第4土曜日 10:30-12:30  
4/24スタート6カ月全6回 41,096円

熊井明子ボプリの会主宰  
/ エッセイスト  
熊井 明子

香りや旅、おしゃれなど、毎回テーマを決めて人生をより楽しく過ごし、心と体を健やかに保つためのヒントをトークで紹介。また、ボプリ、ハーブ、アロマの最新情報や参考書をお教えいたします。

見 T 随時 参加費 3,146円(1回分)

**iPad・iPhone を使いこなしたいあなたに** 第3木曜日 10:30-12:30  
4/15スタート3カ月全3回 8,448円

ZOU STUDIO アーティスト  
江口 響子

「iPad・iPhone を生活の中で使いこなしていきたい」。そんな初心者の方に向けたクラスです。ゆっくり丁寧にレッスンを進めていきますのでご安心ください。※iPad・iPhoneは、各自お持ちください。

見 T 1回ごとのお申込み 随時 参加費 3,146円

**幸せのタロット占い** 第4月曜日 13:30-15:30  
4/26スタート6カ月全6回 20,196円  
(教材費別途)

タロット・西洋占星講師  
榊 その

タロットの絵柄は不思議な魅力に満ちています。それは自然現象であり私たち人生の全てが網羅されている。タロットを勉強して元気になったという感想を耳にしますが、絵解きを学びながらよりよく生きるヒントや悩みを解決していくことができます。初心者の方も歓迎です。

見 T 随時 参加費 3,696円(1回分)

**オペラの魅力を探る** 第2土曜日 13:30-16:30  
※7月は第2・5土曜日に開催します。  
4/10スタート6カ月全6回 24,288円

オペラ研究者  
岸 純信

オペラを深く理解したい方、オペラに広く親しみきっかけをお探しの方に最適な講座です。今回は、「人気作」と「知られざる名作」を取り合わせ、楽しみどころを映像でじっくり追求していきます。

見 T 1回ごとのお申込み 随時 参加費 4,378円

**免疫力を高める季節の養生薬膳** 第1月曜日 13:30-15:30  
4/5スタート6カ月全6回 26,796円  
(お茶・お菓子付)

管理栄養士  
/ 国際中医薬膳管理師  
植木 もも子

季節の気候の移り変わりは私たちの身体にも関係します。旬の食材はその季節に必要な働きをもっています。食養生の知恵を学び、自身の免疫力を高めて毎日をより快適に過ごしましょう。

見 T 随時 参加費 4,796円(1回分)

**骨盤調整ダイエット** 毎火曜日 19:00-20:00  
4/6スタート3カ月全12回 27,456円

株式会社ロイヤル代表  
/ ダイエットサロン K.Slim 主宰  
東山 一恵  
東海林 惠

心地良く、気持ち上がる音楽に乗りながら、骨盤はじめ、骨盤底筋・腹斜筋や体幹・姿勢を整え、若々しくいくつになっても美尻！美脚！引き締まったウエスト、キレイで健康なカラダへ導きます。運動が苦手な方も安心して始められます。

SS 見 T 随時 参加費 2,618円(1回分)

**骨盤調整ダイエット** 毎火曜日 19:00-20:00  
4/6スタート3カ月全12回 27,456円

株式会社ロイヤル代表  
/ ダイエットサロン K.Slim 主宰  
東山 一恵  
東海林 惠

心地良く、気持ち上がる音楽に乗りながら、骨盤はじめ、骨盤底筋・腹斜筋や体幹・姿勢を整え、若々しくいくつになっても美尻！美脚！引き締まったウエスト、キレイで健康なカラダへ導きます。運動が苦手な方も安心して始められます。

SS 見 T 随時 参加費 2,618円(1回分)

**より深い、「美」の見つけ方** 第3土曜日 14:00-15:30  
4/17スタート3カ月全3回 18,348円

写真家  
遠藤 湖舟

ロサンゼルス・カウンティ美術館に作品が収蔵されている写真家の遠藤湖舟氏とともに、身近に潜む「美」を見出す方法や愉しみ方を学びます。写真、美術、文学、科学など、さまざまな分野にわたる講義内容により普段何気なく見ていた世界が変わります。写真撮影、作品制作などの実技も行います。

T 4/17(土) 参加費 5,896円(1回分)

**きもの、初めの一歩** 第4月曜日 13:30-15:30  
4/26スタート3カ月全3回 16,698円

「青山八木」店主  
八木 健司

これからきものを着たい方のための講座です。きものに興味はあるがどう始めたらいいかわからない、家にあるものを着たい、季節に合わせたきものが難しいなどの疑問をおしゃれに解決します。話題に出る反物、帯締や帯揚などの小物とのコーディネートも見られます。

見 T 1回ごとのお申込み 参加費 8,646円

**チーズとワインで過ごす楽しみ** 第1火曜日 13:30-15:00  
4/6スタート3カ月全3回 24,948円

ワイン&チーズ講師 /  
Salon de C tamagawa 主宰  
松井 千尋

チーズは美味しく栄養価も高い非常に優れたナチュラルな食品です。季節感のあるチーズとワインのマリアージュ、副食材の合わせ方、盛り付けのコツ、おもてなしのアイデアなどをご紹介します。

見 T 1回ごとのお申込み 参加費 8,646円

**アロマテラピー講座** 第1金曜日 14:00-15:30  
4/2スタート5カ月全3回 15,708円

元学習院生涯学習センター講師  
(公社)日本アロマ環境協会認定アロマテラピーインストラクター  
/JNF サプリメントアドバイザー  
川西 エリ子

疲れた身体と心を素敵な植物の香りで癒しましょう。精油を使いアロマケアや南仏のヘルシーなハーブ料理など。暮らしを豊かにする香りのレッスンです。

見 T 随時 参加費 5,566円

**ミセスのための麻雀講座(初・中級クラス)** 第2・4月曜日 10:30-12:30  
4/12スタート3カ月全6回 16,896円  
(テキスト代別途)

日本麻雀道連盟 麻雀師範  
土居 美智子  
日本麻雀道連盟 専任講師  
岡野 マヤ

入門後1~2年継続された方を対象にした麻雀のクラスです。ゲームの仕組み・あがり役・点数計算までを学ばれた後、実践を学び進めていく、充実した講座内容となっています。

見 T 随時 参加費 3,080円(1回分)

**ミセスのための麻雀講座(実践クラス)** 毎月曜日 13:30-15:30  
4/5スタート3カ月全11回 30,976円  
(テキスト代別途)

日本麻雀道連盟 麻雀師範  
土居 美智子  
日本麻雀道連盟 専任講師  
岡野 マヤ

初級・中級クラスを経て、2~3年以上継続されている方が対象の麻雀クラスです。もっとゲームを楽しむために、点数の計算方法を中心に実践的に学んでいきます。

見 T 随時 参加費 3,080円(1回分)

**織作峰子の写真教室** 第2・4月曜日 13:30-15:00  
※外出時は13:30-15:00  
4/12スタート6カ月全10回 47,630円  
(外出時保険代含む) ※外出時実費各自負担

写真家  
織作 峰子

写真家の織作峰子さんを講師に、初心者の方にもわかりやすくカメラの基礎技術や構図の組み立て方などを指導いたします。講座日の約半分は外出実習に出かけて、実践的な撮影の技術を磨くことができます。

外 T 随時 参加費 4,763円(1回分)

**ディスクライバー講座** 第2・4土曜日 10:30-12:30  
4/10スタート3カ月全5回 17,930円  
(DVD代別途)

NPO法人シネマ・アクセス・パートナー理事  
川手 美由紀 監修  
NPO法人シネマ・アクセス・パートナー講師  
寺田 のり子

ディスクライバーとは音声ガイドのライターのこと。「約束のネバーランド」「樹海村」「ヤクザと家族 The Family」「ファーストラヴ」などの映画音声ガイド制作を手掛けてきた講師とともに、ゼミ形式で学びます。

見 T 随時 参加費 3,586円(1回分)

WEB先行受付 **2/25(木) 10:00** より受付開始！  
ホームページでは、24時間いつでもお申し込み受付可能

電話・来館受付 **2/27(土) 10:00** より受付開始！  
TEL:03(3708)6125 受付時間 月曜~土曜 10:00-20:00 日曜・祝日 10:00-17:00

身体は心の動きに、心は身体の動きに連動している不思議

健康・フィットネス  
Healthy and Beauty

**骨盤調整ダイエット** 毎火曜日 19:00-20:00  
4/6スタート3カ月全12回 27,456円

株式会社ロイヤル代表  
/ ダイエットサロン K.Slim 主宰  
東山 一恵  
東海林 惠

心地良く、気持ち上がる音楽に乗りながら、骨盤はじめ、骨盤底筋・腹斜筋や体幹・姿勢を整え、若々しくいくつになっても美尻！美脚！引き締まったウエスト、キレイで健康なカラダへ導きます。運動が苦手な方も安心して始められます。

SS 見 T 随時 参加費 2,618円(1回分)

**股関節スローストレッチ** 第2・4火曜日 14:30-15:45  
4/13スタート3カ月全6回 17,886円

筋肉デザイナー  
/NSCA 認定パーソナルトレーナー  
藤本 陽平

股関節を柔軟にし、骨盤まわりの深層筋を鍛えましょう。正しい姿勢と動作を身につければ、腰や膝の痛みを軽減し身体のゆがみを改善します。美しく疲れにくい快適な身体づくりを目指しましょう。どなたでもできる内容です。なんとなく体調が優れない、疲れやすい方、腰痛や胃こり、運動がニガテな方、まずチャレンジしてみませんか。

SS 見 T 随時 参加費 3,311円(1回分)

**中高年のための音楽体操** 毎水曜日 13:00-14:15  
4/7スタート3カ月全12回 29,436円

横田フィットネス・アソシエーション主宰  
/宝塚歌劇団出身  
横田 由紀子

ストレッチから有酸素運動までさまざまな動きを組み合わせたプログラムです。運動能力に応じ、きめ細やかな指導で、あなたの健康づくりをお手伝いします。楽しい音楽に乗せて体を思いっきり動かしてみましょう。

SS 見 T 随時 参加費 2,783円(1回分)

**健康リフレッシュヨガ** 毎火曜日 10:30-12:00  
4/6スタート3カ月全12回 29,436円

ヨガ講師  
田畑 真弓

基本のポーズをベースに、日常生活でも取り入れられる動きも加え、やさしく分かりやすく行います。心地よい音楽とともに、終わった後「気持ち良かった」と思える時間をごいっしょに！女性を対象としたクラスです。

SS 見 T 随時 参加費 2,783円(1回分)

**楊名時八段錦・太極拳2** 毎月曜日 12:00-13:30  
4/5スタート3カ月全12回 28,908円

NPO 法人日本健康太極拳協会  
/楊名時八段錦・太極拳師範  
永井 博子

太極拳の前後に健康養生法の八段錦を行います。太極拳は深く長い呼吸でゆっくりと連続して動きまです。「人と比べない競わない」を大切に、人に見せる太極拳ではなくその日の体調に合わせて動きますので、どなたでもご参加いただけます。

SS 見 T 随時 参加費 2,739円(1回分)

**楊名時八段錦・太極拳4** 第2・4木曜日 14:00-15:30  
4/8スタート3カ月全6回 14,454円

NPO 法人日本健康太極拳協会  
/楊名時太極拳師範  
竹石 和代

太極拳は、気を養い血の流れを良くし体内の循環を高めることで、病気を予防癒し美容にも効果的です。呼吸が動きを助け、動きが呼吸を助け、自らの生命力を高め同時に精神統一に導く芸術的な運動です。

SS 見 T 随時 参加費 2,739円(1回分)

**ピラティス・ベーシッククラス** 第1・3・5土曜日 14:45-15:45  
4/3スタート3カ月全6回 16,500円

BASI Certified mat instructor  
齊藤 理恵子

初めての方を対象に、基本のムーブメントを中心に行います。姿勢の改善、肩こりや腰痛予防を目的とした身体の機能改善を望む方におすすめです。

SS 見 T 随時 参加費 3,080円(1回分)

**健康体操ルーシーダットン** 第1・3・5日曜日 10:30-11:30  
4/4スタート3カ月全7回 19,250円

日本ルーシーダットン普及連盟認定インストラクター  
YUM I

深い呼吸とやさしいポーズで体を整え、血行促進・代謝アップ・リラクセス！日常生活で動かない箇所も満遍なく動かし、全身の巡りを良くし、無理なく気持ちよく体の歪みやコリをほぐしてスッキリしていきますよ！

SS 見 T 随時 参加費 3,080円(1回分)

**ストレッチ&音楽体操** 毎月曜日 14:00-15:30  
4/5スタート3カ月全12回 29,436円

横田フィットネス・アソシエーション インストラクター  
三好 真理子

音楽に合わせて気持ちよく体を伸ばす体操です。ストレッチ、呼吸法、有酸素運動等バランスよく動きまです。美しく歳をとっていくために、心と体を整えストレスを解消し若々しい体を手に入れましょう！各個人の年齢・体調・体力に合ったペースを大切にしています。楽しんでください！

SS 見 T 随時 参加費 2,783円(1回分)

**ゆったりやわらかヨガ** 毎木曜日 10:30-11:40  
4/1スタート3カ月全13回 31,603円

日本フィットネスヨーガ協会 認定講師  
/JFYA 認定シニアヨーガインストラクター  
梅谷 亜紀子

体の硬い方や体力に自信のない方にも気持ちよく心身を整え全身のバランスを取り戻します。

SS 見 T 随時 参加費 2,761円(1回分)

**リストラティブ メソッド** 第1・3水曜日 15:30-16:30  
4/7スタート3カ月全6回 13,596円

フィットネススペシャリスト  
/ダンスエデュケーター  
/AFAA (アメリカフィットネス協会) マスタートレーナー  
鈴木 しげこ

ツールを使った受け身エクササイズで、緊張緩和と情緒の安定を促します。怠け者のヨガと呼ばれるポーズや、簡単ピラティスをハイブリッドに組み合わせ、リンパドレナージュのように心地よいフィットネスです。

見 T 随時 参加費 2,596円(1回分)

**カラダお助けストレッチ** 第1・3・5月曜日 16:00-17:30  
4/5スタート3カ月全6回 15,708円

GOLDEN STEPS 代表  
/ボディデザイナー  
真野 真由美

筋肉をゆっくりと動かすストレッチで内臓の位置を本来の位置に戻し、内臓機能の向上や姿勢矯正、血液循環、筋肉の発達、怪我の予防に効果的です。講師が一人ひとりの体をみてアドバイスを行います。健康な身体・美しいボディラインを手に入れましょう！

SS 見 T 随時 参加費 2,948円(1回分)

**美ボディ・エクササイズ  
カーディオ・スカルプ** 毎木曜日 19:00-20:00  
4/1スタート3カ月全12回 27,456円

ダンベル健康体操指導協会会長  
/アロマフィットネス指導協会会長  
萱沼 文子

薄着の季節になると気になる「ハミ肉」。萱沼式美ボディエクササイズでハミ肉を即効退治しメリハリボディをつくりましょう。本気で全身を引き締めたい方にオススメです。

SS 見 T 随時 参加費 2,618円(1回分)

**バレエ・エクササイズ** 毎金曜日 12:30-13:45  
4/2スタート3カ月全11回 26,983円

ダンスカンパニーカレイドスコープ所属  
中村 真知子

バレエが全く初めてという方や、本格的なバレエでは体力に自信がないという方が、気軽に楽しく参加できるクラスです。ストレッチで全身をほぐし、バレエの基本動作で体の内側から本来の健康と美容を引き出します。

SS 見 T 随時 参加費 2,783円(1回分)

**楊名時八段錦・太極拳1** 毎月曜日 10:00-11:30  
4/5スタート3カ月全11回 26,499円

楊名時太極拳事務所代表  
/NPO 法人日本健康太極拳協会副理事長  
楊 慧  
NPO 法人日本健康太極拳協会 / 楊名時八段錦・太極拳師範  
北崎 登世美

年齢、性別に関係なく「人と比べない競わない」を大切にします。調心・調息・調身で深く長い呼吸を通して気持ちをおちつけ、太極拳二十四式の動きで体幹をしっかりときさせ、バランスを整えます。

見 T 随時 参加費 2,739円(1回分)

**楊名時八段錦・太極拳3(入門～経験者)** 毎木曜日 12:00-13:30  
4/1スタート3カ月全12回 28,908円

NPO 法人日本健康太極拳協会  
/楊名時太極拳師範  
橋口 澄子 竹石 和代

太極拳は、気を養い血の流れを良くし体内の循環を高めることで、病気を予防癒し美容にも効果的です。呼吸が動きを助け、動きが呼吸を助け、自らの生命力を高め同時に精神統一に導く芸術的な運動です。

見 T 随時 参加費 2,739円(1回分)

**楊名時八段錦・太極拳5  
土曜教室** 毎土曜日 10:00-11:30  
4/3スタート3カ月全11回 26,499円

NPO 法人日本健康太極拳協会  
/楊名時太極拳師範  
河原 正枝

動作はゆっくりで「誰でも」「いつからでも」無理なく始めることが出来ます。ゆっくり動くことで足腰を支えにし、深い呼吸で心肺機能を高め、心穏やかにして体と心を整えます。繰り返し丁寧に指導して参ります。

見 T 随時 参加費 2,739円(1回分)

**ピラティス・アドバンスクラス** 第2・4土曜日 14:45-15:45  
4/10スタート3カ月全6回 16,500円

BASI Certified mat instructor  
齊藤 理恵子

身体のメンテナンスとだけではなく、汗をかくエクササイズとしてピラティスを楽しみたい、経験者向けのクラスです。

SS 見 T 随時 参加費 3,080円(1回分)

**ビューティーピラティス** 第2・4水曜日 14:30-15:30  
4/14スタート3カ月全6回 17,028円

ピラティスインストラクター  
miyuki

ピラティスの呼吸法練習から始まり、筋力リリースやストレッチで身体のコリやハリを和らげた後にエクササイズを行っていきます。リハビリ、痩身、筋力UP、運動不足解消等様々な効果が期待できる効率のよいエクササイズをご紹介します。ピラティスが初めての方や体が硬い方も大歓迎です。気も良くなり、身体も変わっているクラス内容を心がけております。お気軽にクラスに遊びに来てください。

SS 見 T 随時 参加費 3,168円(1回分)

**美ボディ・ピラティス  
&エクササイズ～火曜クラス～** 第1・3火曜日 12:30-13:45  
4/6スタート3カ月全6回 16,896円

フルヤアカデミー校長  
フルヤ 一恵 監修  
フルヤアカデミー専任インストラクター  
高山 勝子

ピラティスを基本とした筋力トレーニングとバレエの要素を取り入れたエクササイズ、ストレッチを行うクラスです。姿勢改善、筋力の向上、体力強化を目指します。美しくしなやかなボディを手に入れましょう！

SS 見 T 随時 参加費 3,146円(1回分)

**ボディ・コンディショニング** 毎土曜日 13:00-14:15  
4/3スタート3カ月全13回 33,176円

日本スーパーストレッチ法振興指導協会  
ストレッチングマスター  
持丸 雅子

ダンベルを使った運動で筋力をつけて、部位別ストレッチで体の歪みを整え、バランスの良い健康的な体をつくっていきます。筋力アップと柔軟性を向上させることで怪我を防止します。生活習慣病の予防にも効果的です。

SS 見 T 随時 参加費 2,695円(1回分)

**アロービック・ダンシング** 毎金曜日 12:00-13:15  
4/2スタート3カ月全12回 30,096円

アロービックダンシングジャパン専任インストラクター  
石垣 賀永子

エアロビクスの先駆者ジャッキー・ソーレンセン考案のアロービック・ダンシング。ダンベルで無理なく効果的に身体を引き締め、明るく楽しいダンスで思いっきり体を動かします。心肺機能、脂肪燃焼もレベルアップ！

見 T 随時 参加費 2,838円(1回分)

**萱沼文子式  
生活習慣病改善体操** 毎木曜日 16:00-17:00  
4/1スタート3カ月全13回 30,745円

ダンベル健康体操指導協会会長  
/アロマフィットネス指導協会会長  
萱沼 文子

生活習慣病(高血圧、高血糖、脂質異常症等)で悩まされている中高年の方、萱沼式ストレッチング・ウォーキング・筋トレをバランスよく取り入れ、体調を整えませんか。無理なく楽しく運動不足を解消しましょう！

SS 見 T 随時 参加費 2,695円(1回分)

**プレス&  
ヴォイス・エクササイズ** 第1・3火曜日 14:30-16:00  
4/6スタート3カ月全6回 16,368円

ヴォイストレーナー/ソプラノ歌手  
木山 みづほ

最近声が出ない、呼吸が浅いような気がする。声を使った活動をしたい、そんな方にお勧めです。深い呼吸と、世界で一つしかない自分の声をより豊かに、明瞭な発音で生活に生かしてください。

見 T 随時 参加費 3,058円(1回分)



 <p><b>すみれ体操</b></p> <p>第4土曜日 14:00-15:30 ※6月は第2土曜日に開催します。 4/24スタート3カ月全3回 9,009円</p> <p>元宝塚組男役トップスター 平 みち</p> <p>日々の生活習慣で使われている筋肉。ほとんど使われていない筋肉。自分自身の体をよく知り、使ったところを動かすことで、バランスを取りましょう。楽しみながら、おしゃべりしながら。</p>	 <p><b>パレエ・ストレッチ</b></p> <p>第3水曜日 19:30-20:30 4/21スタート3カ月全3回 7,359円</p> <p>NPO 法人 パー・アスティエ協会 Barre Astie 認定講師 塩澤 咲英</p> <p>フランス式メソッド「パー・アスティエ」を取り入れたバレエの要素を含むストレッチです。音楽に合わせて踊るようにエクササイズを楽しむことで心がリフレッシュされ、続けるうちに身体が引き締まっていきます。</p>
 <p><b>骨盤ケア&amp;ストレッチ</b></p> <p>第1・3・5金曜日 14:00-15:15 4/2スタート3カ月全7回 18,491円 (初回教材費含む)</p> <p>スポーツプログラマー / 排港機能指導士 石川 知子</p> <p>更年期症状、肩こり、腰痛、尿のトラブルなど女性特有の不快感を緩和するエクササイズを行うクラスです。ストレッチやソフトトレーニング、リズム体操で、楽しく身体を動かしていきます。</p>	 <p><b>やさしい気功ストレッチ</b></p> <p>第1・3月曜日 14:00-15:30 4/5スタート6カ月全11回 33,033円</p> <p>気功研究家 菅井 美樹</p> <p>「何か身体によいことを始めたい!」そう思ったら気功ストレッチをお試しください。女性を対象とした気功法と美容効果の高い体操で、身体の機能をアップし目覚めさせます。運動が苦手な方も楽しくレッスンできます。</p>
 <p><b>ルーシーダットン</b></p> <p>第2・4木曜日 19:00-20:30 4/8スタート3カ月全6回 17,028円</p> <p>ルーシーダットン&amp;背骨コンディショニング ベルヴィックストレッチ インストラクター 大橋 静恵</p> <p>ルーシーダットンとはタイのストレッチ健康体操です。体調やお悩みに合わせた女性を対象としたプログラムで、体の歪みを整え正しい位置で保つ力をつけていきましょう。年齢に関係なく、どなたでもご参加いただけます。</p>	 <p><b>やさしい広池ヨガ健康法 (火曜クラス)</b></p> <p>①第1・3火曜日 14:15-15:45 4/6スタート3カ月全6回 16,566円 ②第2・4火曜日 12:30-13:45 4/13スタート3カ月全6回 13,926円</p> <p>広池ヨガ講師 五十嵐 寿子 粕川 享子</p> <p>ヨガは、身体と心から苦痛を取り去る最も効果的のよい行法といわれています。女性を対象とした、無理をせず、リラックスしながら、体幹もしっかりつくり、姿勢を整えていきます。10分間ヨガから始め、肩こりや腰痛などを治すレッスンへ進みます。</p>
 <p><b>広池ヨガ健康法 (土曜クラス)</b></p> <p>第2・4土曜日 16:00-17:30 4/10スタート3カ月全6回 16,566円</p> <p>広池ヨガ講師 第2:原 千鶴子 第4:粕川 享子</p> <p>健康の原理に従い、無理をしないで心身のゆがみを改善していく女性を対象としたクラスです。生活の中に楽しく取り入れ、健康のために続けていきましょう。最初は10分間ヨガを基本とし、肩こり、腰痛などを治すポーズや、リラックスするための緊張を取り除くポーズへと進みます。</p>	 <p><b>より健康になるためのヨガ</b></p> <p>第4木曜日 14:00-15:30 4/22スタート3カ月全3回 8,283円</p> <p>広池ヨガ講師 五十嵐 寿子</p> <p>ゆったりと静かな動きなのに、健康法のひとつとして女性を対象とした即効性のあるヨガ。最初は10分間ヨガを基本とし、肩こり、腰痛などを改善するポーズやリラックスするための緊張を取り除くポーズへと進みます。</p>
 <p><b>リズム&amp;ストレッチ&amp;バレエ</b></p> <p>第2・4水曜日 19:00-20:30 4/14スタート3カ月全6回 19,008円</p> <p>バレエ講師 広田 実千</p> <p>健康な身体、美しい姿勢と動きを身につけませんか。バレエの基本運動で体幹を鍛え、筋力をアップ。ストレッチでしなやかな体づくり。音楽に合わせて動きながら体も心もリフレッシュしていきます。</p>	 <p><b>スロー・ヨガ</b></p> <p>第2・4日曜日 10:30-11:30 4/11スタート3カ月全6回 14,718円</p> <p>SLOW YOGA 主宰 清水 洋美</p> <p>身体と心をリラックスさせ美しく健康を保っていくためのクラスです。更年期障害、腰痛予防、ストレスからくる頭痛や肩こり、悩んでいた不調もヨガのゆったりとした動作と呼吸で解消していきます。</p>
 <p><b>ヴィンヤータヨガ</b></p> <p>第1・3土曜日 10:30-11:30 4/3スタート3カ月全6回 15,708円</p> <p>インド中央政府公認 ヨーガインストラクター hiroko</p> <p>太陽礼拝を基本とし、呼吸と動作を同調させながら流れるように運動させることで、集中力を高めて心と体を柔軟に。伝統あるヨガにカラダ調整法を取り入れることで、バランスのよい体をつくっていきます。</p>	 <p>サウススタジオは2020年秋、南館8Fにオープンした、フィットネス・ダンススタジオです。開放的なガラス張りのこの新スタジオは、二子玉川駅からのアクセスも抜群。お買い物やお食事の前後にも気軽にご利用いただけます。</p>

体を動かすことが、一番のアンチエイジング

ダンス・舞踊  
*Move Your Body*

定期  
～フラ、それはアロハ(愛)の心を伝えるもの～  
**楽しいハワイアンフラ**  
【初・中級】  
講師 蜂須賀 栄美 フラ ハーウ オ マカナニ主宰  
公認インストラクター フラハーウ オ マカナニ  
開講日 第1・3木曜日14:30-15:30  
金額 4/1スタート3カ月全6回 17,028円  
SS 見 T 随時 参加費 3,168円(1回分)  
ハワイアン音楽に合わせて自然の美しさや愛する心を手の動きや笑顔で美しく表現するフラ。経験者の方対象のクラスです。より美しく踊れるようステップやハンドモーション、歌詞の意味を確認しながら楽しく一緒に踊りましょう!




NEW CIRCLE  
定期  
～フラ、それはアロハ(愛)の心を伝えるもの～  
**楽しいハワイアンフラ**  
【入門・初級】  
講師 蜂須賀 栄美 フラ ハーウ オ マカナニ主宰  
公認インストラクター フラハーウ オ マカナニ  
開講日 毎木曜日12:30-13:30  
金額 4/1スタート3カ月全12回 34,056円  
SS 見 T 随時 参加費 3,168円(1回分)  
ハワイアン音楽に合わせて自然の美しさや愛する心を手の動きや笑顔で美しく表現するフラ。基本ステップから初めての方でも無理なく始められます。楽しく一緒に踊りましょう!


NEW CIRCLE  
定期 民謡、J-POP、昭和歌謡・・・いろいろな歌に合わせて気軽に楽しく踊れる日本の舞踊  
**やってみよう!盆踊り**  
講師 鳳蝶 美成 公益財団法人 日本民謡協会 教授 / 日本民謡・新舞踊協会 指導員  
開講日 & 金額 第1・3金曜日10:30-12:00 4/2スタート3カ月全6回 15,708円  
第2・4金曜日10:30-12:00 4/9スタート3カ月全6回 15,708円  
見 SS T 随時 参加費 2,948円(1回分)  
夏の風物詩、盆踊り。ゆかたで舞う可憐な姿には憧れを抱きませんか?「～音頭」「～節」等なじみの曲を聞けば自然と体も動きます。和の心、日本の美を体現する楽しさは一度味わってみたいとわからない!



歌劇団レビューを踊ろう! A(レベル制限なし): 毎月曜日 12:00-13:30  
4/5スタート3カ月全12回 32,736円  
B(中級): 第1・3水曜日 14:30-16:00 4/7スタート3カ月全6回 16,368円  
C(入門): 第1・3水曜日 16:15-17:45 4/7スタート3カ月全6回 16,368円  
見 SS T 随時 参加費 3,058円(1回分)  
講師オリジナルのやさしい振付で、レビューの世界をたっぷり体験できます。ダンス未経験の方大歓迎! 憧れだけで終わらせない!あの夢の世界をあなたも体験しましょう。





フライデー・ナイト・フィーバー!  
ディスコダンス 第2・4金曜日 19:30-20:30  
4/9スタート3カ月全6回 16,368円  
ダンサー/コレオグラファー はやせ 翔馬  
ディスコ全盛期時代にタイムスリップ! 人気のあの曲この曲に合わせてディスコダンスを楽しみましょう。レッスン前にはストレッチを行い、ディスコステップの練習もたっぷりしますので運動不足を解消したい方にもオススメです。




記号の見方  
見 見学(無料) T 有料トライアル TM 随時無料トライアル  
外 外出サークル 1回 一回ごとのご参加可能 SS SOUTH STUDIO

美しい身体をつくる  
ベリーダンス 毎月曜日 19:00-20:30  
4/5スタート3カ月全10回 26,400円  
ダンスアラベスク主宰  
松本 眞寿美 監修・指導  
ダンスアラベスク・ベリーダンサー  
Khaleda (ハリーダ)  
SS 見 T 随時 参加費 2,970円(1回分)  
ベリーダンスはアラブ・中東諸国で発展したダンス・スタイル。美しくエキゾチックで創造性に富み、一人ひとりが本来持っている豊かで個性的な輝きを表す踊りです。楽しく踊りながら、しなやかに美しい身体をつくりませんか?


気軽に社交ダンス  
～月曜クラス～ 第2・4月曜日 19:30-20:30  
4/12スタート3カ月全6回 15,246円  
公益財団法人日本ボールルームダンス連盟  
東部連盟審査員 スタンダード A級  
柳川 純子


はじめてのクラシックバレエ 毎土曜日 17:15-18:30  
4/3スタート3カ月全13回 36,894円  
松山バレエ団名譽芸術監督  
松山 樹子 監修  
松山バレエ団総代表  
清水 哲太郎  
松山バレエ団団長  
森下 洋子  
平元 久美・茅島 ますみ  
SS 見 T 随時 参加費 3,168円(1回分)  
松山バレエ団プリマバレリーナとして、「くるみ割り人形」「白鳥の湖」はじめ全ての作品で、主演ならびにソリストをつとめ、松山バレエ学校においても主任教師として長年指導に携わっております平元久美が、基本から丁寧に指導を行います。クラシックバレエ、舞踊芸術を通じて舞踊の本質を学び皆様バレエの喜びを味わって頂けるようつとめてまいります。




クラシックバレエ 毎土曜日 18:45-20:00  
4/3スタート3カ月全13回 36,894円  
※第2・4土曜日は会場コミュニティクラブたまがわ  
SS 見 T 随時 参加費 3,168円(1回分)  
松山バレエ団プリマバレリーナ、ソリストの平元久美が直接指導。ローザンヌ国際バレエコンクールのローザンヌ賞受賞、ロイヤルバレエスクール留学を経験。松山バレエ団の要として活躍。多くの舞台を通じて学んだクラシックバレエの素晴らしさを皆様にお届けし、夢・希望・ロマン・喜びを感じて頂けたらとの思いで丁寧に指導に取り組んでまいります。




陽気で楽しい  
カントリーダンス ①第1・3月曜日 17:15-18:45  
②第1・3月曜日 19:00-20:30  
4/5スタート6カ月全11回 33,858円  
ダンシング・テキサス代表  
テキサス州名譽州民  
ナツコ・グレース  
T 随時 参加費 3,388円(1回分)  
人気が上昇中のカントリーダンスのクラス。音楽にのって誰でも気軽に楽しく踊れます。そのうえ、有酸素運動、脳トレなど効果大! 講師は、日本の第一人者ナツコ・グレースが指導いたします。



SAM(TRF)の  
健康イージーダンス  
ダレデモダンス  
MAIKA 第1・3水曜日 10:00-11:30  
4/7スタート3カ月全6回 20,328円  
T 随時 参加費 3,718円(1回分)  
足腰を鍛えて「ロコモ予防」! 有酸素運動で「メタボ予防」! 指先を動かして「認知症予防」! 医師・理学療法士の監修のもと、60代～80代の方にも安心してご参加いただけるクラスです。



日曜日の  
やさしいバレエレッスン 第1・3日曜日 15:30-16:45  
4/4スタート3カ月全6回 18,348円  
SS 見 T 随時 参加費 3,388円  
林あゆみバレエスタジオ主宰  
林 あゆみ  
バレリーナ特有のすっきりとした立ち姿や美しい身のこなしは全ての女性の憧れです。ストレッチで体をゆったりとほぐした後、バーで正しい姿勢と足の使い方を学びます。レベルに応じた指導をしますので、エレガントな身のこなしやリズムに乗って、軽やかに踊れます。





大地の豊かな彩りを暮らしに取り込む

花・園芸  
*be a good gardener*



ハリのお花屋さん  
アレンジメント 第3木曜日 14:00-16:00  
4/15スタート3カ月全3回 22,638円  
※初回道具代 2,200円  
SS 見 T 随時 参加費 7,876円(1回分)  
サロンドバリ主宰  
青海 英子  
モダンでオシャレなバリのお花屋さんのようなブーケ、お花にフルーツやキャンドルなども取り入れたアレンジメントなど、バリスタイルの魅力をお伝えしています。

はじめてのモダン盆栽 ①第1水曜日 10:15-12:15  
②第1水曜日 13:30-15:30  
4/7スタート3カ月全3回 26,268円  
SS 見 T 随時 参加費 9,086円(1回分)  
琳葉盆栽教室主宰  
千絵  
モダン盆栽と一緒に日本の四季を愛でてみませんか。基礎からゆっくり学べる内容なので安心してご参加いただけます。気軽に洒落を楽しんで盆栽のお手入れ方法を習得できます。現代のインテリアに合うように、鉢もお洒落な物をご用意しています。※写真はイメージです。





ZUMBA 第2・4土曜日 10:30-11:30  
4/10スタート3カ月全6回 17,028円  
米田 ZUMBA Fitness 公認インストラクター  
miyuki  
SS 見 T 随時 参加費 3,168円(1回分)  
ZUMBA (ズンバ)とは、ラテン系の音楽とダンスを融合させてつくられたダンスフィットネスエクササイズです。講座では1レッスンで4種類のジャンルのダンスを踊ります。短時間のエクササイズで楽しみながら十分にカロリーを消費しましょう!


社交ダンス ①毎金曜日 16:45-18:00  
②毎金曜日 17:30-18:45  
③毎金曜日 19:00-20:15  
④毎金曜日 19:15-20:30  
4/2スタート3カ月全11回 25,168円  
ワシミダンススクール  
鈴木 洋子  
SS 見 T 随時 参加費 2,618円(1回分)  
まったく初めての方から、経験者の方まで、レベルに合わせて楽しめる、社交ダンスをしっかりと学ぶクラスです。ペアでもお一人でも気軽に参加いただけます。


楽しいアメリカンカントリーダンス A 第2・4火曜日 16:00-17:30  
B 第2・4火曜日 14:00-15:30  
4/13スタート3カ月全6回 18,348円  
ダンシング・テキサス代表  
ナツコ・グレース 監修  
ダンシング・テキサス  
斉藤 直美  
見 T 随時 参加費 3,388円(1回分)  
世界的に人気のカントリーダンスを最新のカントリーミュージックで踊りましょう。知らないうちに5000歩、6000歩、身体に無理なく楽しく有酸素運動。音楽やファッションを含めて、本場アメリカを体験してみませんか?初めての方にも基本からゆっくり丁寧に指導いたします。




ハワイアンフラ A 毎火曜日 10:00-11:00 32,208円  
4/6スタート3カ月全11回  
B 毎火曜日 11:00-12:10 72,204円  
C 毎火曜日 11:50-13:00 72,204円  
※B-C級経験者対象 4/6スタート6カ月全23回  
D 第1・3火曜日 19:30-20:30  
4/6スタート3カ月全6回 18,568円  
見 T 随時 参加費 3,058円(1回分) ※A・Dのみ  
カ・バ・フラ・オ・モアナ主宰  
モアナ 羽田 他  
大地からのマナを受け、ストーリーを感じながら踊るハワイアンフラ。レッスンを重ねるごとに、心からの笑顔に包まれていきます。途中入会の方は補講サポートいたしますので、お気軽に始められます。




SOUL DISCO DANCING 第1・3木曜日 19:00-20:30  
4/1スタート3カ月全6回 15,708円  
YUKI'S SOUL DANCE 主宰  
矢作 幸裕 (YUKI)  
見 T 随時 参加費 2,948円(1回分)  
60年～80年代のソウル・ディスコミュージックでダンスを踊りましょう。リズムに乗って楽しく踊ることで、健康促進、気分転換にもなる心地よいフレッシュタイムを過ごしていただけます。



アロハとつながるフラ 毎水曜日 ① 10:30-11:30  
② 11:40-12:40  
4/7スタート3カ月全13回 32,604円  
SS 見 T 随時 参加費 2,838円(1回分)  
フラダンス講師  
奥村 真実子  
フラダンスは年齢に関係なくどなたでも楽しめるダンスです。腰痛を防ぎ、整腸効果を高め、若さと美容の維持に最適な健康法です。ゆったりと優雅なフラダンスを基礎から学び、無理なく楽しんで踊りましょう。女性を対象としたクラスです。



癒しのハッピーフラ 第1・3月曜日 19:30-20:30  
4/5スタート3カ月全6回 18,348円  
マイレ本間フラスクール公認講師  
(プロフェッショナルフラチーム) カルアスターズ  
カ・ラア リノリノ 朋子  
見 T 随時 参加費 3,388円  
マイレ先生、カ・ラア先生から学んだフラと、舞台などで学んだことを、多くの方に伝えたいと指導しています。レッスンの中でハワイの風やアロハの心を感じ、笑顔が増え、フラが皆さんの支えになれると嬉しく思っています。



お申し込みは当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より TEL:03(3708)6125 受付時間 月曜～土曜 10:00-20:00 日曜・祝日 10:00-17:00  
※スケジュールは都合により変更となる場合がございます。詳しくは当クラブホームページサークル一覧より該当サークルのスケジュールをご確認ください。※【トライアル】は、お一人様1回のみのご参加となります。※掲載の写真は一部イメージです。※お申し込みの際には当クラブホームページ「入会と受講のご案内(入会規約)」をご確認ください。

検索欄: コミュニティクラブたまがわ





**はじめてのハンギングバスケット** 第3木曜日 14:00-16:00  
※5月・7月・9月に実施。  
5/20スタート5カ月全3回 35,178円

日本ハンギングバスケット協会公認講師  
柿戸 清実

小さな空間を花や緑で華やかに彩るのがハンギングバスケットの魅力です。初めての方でもわかりやすいよう、植え込み方を図解しながら丁寧に説明いたします。

**CHAJIN 花教室** 第3水曜日 10:30-12:30  
4/21スタート3カ月全3回 29,998円

フラワーアーティスト  
CHAJIN

CHAJIN 花教室は、ひと味違った季節の花合わせと、カジュアルな器選びが好評のクラスです。満席必至の鎌倉アトリエレッスンのメニューをお届けしながら、鎌倉銘菓のおみやげもプレゼントいたします。

**季節と色彩の花講座** 第2土曜日 14:00-16:00  
4/10スタート3カ月全3回 26,598円

フラワーデザイナー  
中三川 聖次

毎月テーマカラーを決め、色に合わせた季節の花材の中から好きな花と器を選んでアレンジメントを楽しむ講座です。色についての基本や合わせ方を学べるだけでなく、様々な花のいけ方も楽しめます。

**ステップアップ コンテナガーデン** 第3水曜日 14:00-16:00  
※7月・9月に実施。  
7/21スタート3カ月全2回 24,552円

園芸研究家  
杉井 志織

鉢と植物の組み合わせにこだわる、コンテナガーデンのレクチャーです。様々なジャンルの植物を多く用い、生活スタイルに合わせたコンテナガーデンをつくります。

**ハンギングバスケット アドバンスコース** 第3木曜日 10:30-12:30  
※5月・7月・9月に実施。  
5/20スタート5カ月全3回 44,088円

日本ハンギングバスケット協会本部講師  
榎澤 智江

基本的なテクニックから個性をいかした応用レベルまで、実技中心に学んでいきます。テクニックを解説する中級者のための講座です。  
※はじめてのハンギングバスケット講座 1 年修了者、またはハンギングバスケットマスター資格取得者対象

**フラワーコーディネーション I・II** I 第3木曜日 14:00-16:00  
4/15スタート6カ月全6回 47,256円  
II 第2・4木曜日 18:30-20:30  
4/8スタート6カ月全10回 78,760円

M.H.B フラワーコーディネーション  
アカデミー主宰  
村山 百合子

多摩美術大学卒業後、ロンドンのコンスタンス・スプライ校でディプロマを取得。英国流生花のコーディネーションを学ばれた村山百合子先生による講座です。一人一人の個性を見ながら、季節に合わせたレッスンをしていきます。

**薔薇の庭を訪ねて** 指定火曜日 13:30-15:30  
※外出時は10:00-12:00か10:30-13:30となります。  
5/11スタート4カ月全4回 25,212円  
(外出時保険代含む) ※外出時実費各自負担

薔薇園芸家  
高木 純子

様々な薔薇が美しく咲き誇る高木純子先生のお庭を訪ねて、「薔薇のもつ魅力」に浸りながら、見て、感じて、そして実践的なお手入れの方法や楽しみ方を先生よりうかがえます。

**桐原春子・四季のハーブ** 第4金曜日 13:30-15:30  
4/23スタート5カ月全5回 26,070円

ハーブ研究家  
桐原 春子

ハーブのある楽しい暮らしを実践するための教室です。ハーブを実際に見て、触れて、香りも確かめていただきながら、その月に相応しいテーマで様々なクラフトをお楽しみいただきます。

**スタイリッシュ コンテナガーデン** 第2木曜日 10:30-12:30  
※4月・6月に実施。  
4/8スタート3カ月全2回 15,752円

園芸研究家  
杉井 志織

生活の様々な景色に合わせて、手軽に楽しめるコンテナガーデンをつくりましょう。基本的な土、肥料、管理についてもレクチャーいたしますので、初心者の方でも上手に育てるコツを学んでいきます。

**ハンギングバスケット 制作テクニックコース** 第4金曜日 14:00-16:00  
※5月・7月・9月に実施。  
※7月は第5金曜日に開催します。  
5/28スタート5カ月全3回 33,308円

園芸研究家  
柚木 直子

「講師による制作実演」「用意された材料による実習」「材料をもち込む実習」の3ステップでレベルアップを目指すクラスです。苦手な点の克服もサポートしますので、お気軽にご相談ください。  
※ハンギングバスケットアドバンスコース講座 1 年修了者、またはハンギングバスケットマスター資格取得者対象

**季節の山野草の寄せ植え** 第3木曜日 14:00-16:00  
※4月・6月・8月に実施。  
4/15スタート5カ月全3回 2,1978円

園芸研究家 / 自然観察指導員  
高橋 佳晴

どこか懐かしく、癒される・・・そんな自然の風景を、雑木を添えてひとつの鉢に再現します。山野草の植え方や育て方、ほかの植物との組み合わせ、鉢との調和などを学びます。

**モダンテイスト花デザイン** 第1木曜日 14:00-16:00  
4/1スタート6カ月全6回 46,596円

フラワーデザイナー  
大久保 のりこ

おもてなしに欠かせないフラワーアレンジメント。四季折々の行事などを取りあげながら、自由な感覚のおしゃれで癒される花をデザインします。花をアートする楽しさを、じっくりと味わいましょう。

まずは外に出てみよう、それは旅の始まり

お出かけ  
Go out

**ホテルの魅力と楽しみ方** 指定日(4/22・8/26・9/30) 11:30-15:00  
4/22スタート6カ月全3回 16,610円  
(外出時保険代含む、ランチ代別送) ※外出時実費各自負担

旅行作家  
山口 由美

リビエラ逗子マリーナに開業した「マリアホテル」ではイタリアン、旧二期倶楽部の思想を受け継ぐ「アートビオア那須」では、水庭の見学とともに大地の恵みを感じられるフレンチ、東京立川に「ウェルビーイング」をコンセプトに開業した「SORANO HOTEL」では和食をベースにした「ジャパニーズクオースーパー」を楽しめます。いずれも2020年開業、個性あふれる話題のホテルです。

**ゆったり下町散歩** 第4火曜日 11:00-15:00  
4/27スタート6カ月全3回 17,160円  
(外出時保険代含む、ランチ代別送) ※外出時実費各自負担

絵地図師・散歩屋  
高橋 美江

全国 250 カ所の絵地図を描き「絵地図の第一人者」で、プロの散歩屋でもある美江先生と行くお散歩講座。おすすめのランチや、配布される可愛い絵地図が好評です。

子どもは小さな大人じゃなくて、無限に広がる宇宙です

子ども  
For Kids

**はじめてのキッズフラ** 第1・3火曜日 16:30-17:20  
【対象:3歳～8歳】  
4/6スタート3カ月全6回 16,599円  
(初回教材費含む)

レイアロハフラスタジオ 主宰  
やよい リコレシア 木村

ハワイの風を感じながら、やさしいステップで楽しく踊ります。アロハスピリット(思いやり・調和・優しさ・謙虚・忍耐)を大切に優しい心を育てます。笑顔が得意になって、お子様の自信につながる楽しいキッズフラクラスです。

**クラシックバレエ 子供クラス** 第1・3日曜日 13:45-15:00  
4/4スタート3カ月全6回 17,028円

林あゆみバレエスタジオ主宰  
林 あゆみ

踊ることを楽しみながら、美しい立ち方や正しい動き方を学び、機敏さや順応性を身につけましょう。元松山バレエ団ソリスト、現在は、林あゆみバレエスタジオ主宰の指導経験豊富な講師による指導のクラスです。お子様の可能性を引き出しませんか。

**子どもマンガ・イラスト講座** 第2・4土曜日 16:30-18:00  
【対象:小学3年生～】  
4/10スタート3カ月全6回 18,150円  
※道具費出料275円(1回)

イラストレーター・漫画家  
野村 明加

好きな作品を好きにだけ描いてみましょう。基本となる道具の使い方から丁寧に指導いたします。今や世界用語でもある「manga」を特技に持ってみませんか？

**楽しく描く子ども絵画教室** A 第2・4日曜日 10:00-11:30  
B 第2・4日曜日 13:00-14:30  
4/11スタート3カ月全6回【小学生】18,018円  
【中学生】19,338円

画家・絵本画家  
高原 美和

子どもの良い心の目で見たいものを、子どもが思うように表現できるように手助けをしていきたいと思えます。学校では経験することが少ない、「静かにものを見つめ、描く」という、大切な時間となることでしょう。

●定期サークルは随時お申し込みいただけます。●お申し込みは、当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より●定期サークルのお申し込みは入会が必要です。●入会金はキャンペーンを行っておりますので、裏面をご覧ください。

**リズム新体操** 幼児クラス【3歳～年長】 低学年クラス【小学1～3年生】  
第2・4水曜日 幼児クラス 16:00-17:00  
低学年クラス 17:15-18:30  
4/14スタート3カ月全6回 11,418円  
小学4年生～小学生【小学4年生以上】  
毎水曜日 18:45-20:00  
※第1,3週は延長授業あり(1回770円別途)  
4/7スタート3カ月全12回 24,156円

J・O・Y新体操クラブ渋谷 / PERLA RGS 主宰  
森 まどか

柔軟、トレーニング、しっかりとしたカラダづくりを基本とし、姿勢、リズム感、お友達との協調性などお子様の可能性を広げます。ボール、フープなどを用いて楽しく体操能力や表現技術を身につけていくことができます。

**たまがわ天体観測クラブ** 第4土曜日 16:00-18:00  
4/24スタート3カ月全3回 12,771円

はまぎん こども宇宙科学館  
プラネタリウム解説員  
甲谷 保和

将来は天文学者！観測道具や宇宙グッズを工作したり、星座や星のことを学んだりしながら、夜の屋上観望会で大きな望遠鏡や大きな双眼鏡を使って本物の天体観測にチャレンジしましょう。

**バイオリンの会** 毎土曜日 13:30-20:30  
※1回30分の個人レッスン  
4/3スタート3カ月全10回 35,970円～  
※受講料はレベルによって異なります。時間帯等はご相談ください。  
本都會費別送

スズキメソッド派遣講師

日々のお稽古で、美しい音と心を育てていくことを目指す教室です。音楽と真剣に向き合い、精神力や忍耐力も身につけていきます。バイオリンを通じて人生を豊かに。

**お箏&三味線 こどもクラス** 第1・3水曜日 16:00-19:00  
【対象:6歳～】  
※1回30分の個人レッスン ※時間帯等はご相談ください。  
4/7スタート3カ月全6回 19,536円  
(楽器貸出料含む)

生田流宮城社大節師  
たちばな みち

お茶室で、伝統楽器を楽しく弾きながら元気に歌いましょう！未来への抽きだしを増やす大切な時期。一人一人の個性や進み具合に沿った個人稽古です。美しい音色を通じ、日本を肌で感じ学びます。

**子どもヴォーカルレッスン** 第1・3土曜日 16:30-18:00  
【対象:小学生】  
4/3スタート3カ月全6回 18,480円

声楽家・ソプラノ / 二期会会員  
河野 陽子

歌うことが大好きなお子さまにぴったりの講座です。ひとりでも堂々と自分らしく歌う喜び、仲間とともに歌う喜び、歌うことで感じ・学び、ひとりひとりの歌声の可能性を広げていきましょう。

**手ぶらで通うキッズ書道** 毎月曜日 16:30-17:45  
【対象:年長～】  
4/5スタート3カ月全12回 26,928円

文科省後援 日本書写技能検定東京都審査委員  
荒谷 桂翠

基本のとめ、はね、はらいから始め、文字を丁寧に正しく美しく書くことを目指します。書初めや読書大会に参加したり、願書、履歴書に書ける文科省後援書写検定試験にチャレンジして資格を取得することができます。毛筆、硬筆ともに道具は用意しますので持ち物なしで学習することができます。(エプロン、スモック等はご持参ください)フリータイム制で、お一人1時間を目安に硬筆、毛筆のいずれかを選択していただけます。期ごとの硬筆毛筆の変更は可能です。

**手ぶらで通う日曜ジュニア書道** 第4日曜日 15:30-16:45  
【対象:年長～】  
4/25スタート3カ月全3回 6,732円

文科省後援 日本書写技能検定東京都審査委員  
加藤 純子 他

基本のとめ、はね、はらいから始め、文字を丁寧に正しく美しく書くことを目指します。書初めや読書大会に参加したり、願書、履歴書に書ける文科省後援書写検定試験にチャレンジして資格を取得することができます。毛筆、硬筆ともに道具は用意しますので持ち物なしで学習することができます。(エプロン、スモック等はご持参ください)フリータイム制で、お一人1時間を目安に硬筆、毛筆のいずれかを選択していただけます。期ごとの硬筆毛筆の変更は可能です。

**手ぶらで通う日曜ジュニア書道** 第4日曜日 15:30-16:45  
【対象:年長～】  
4/25スタート3カ月全3回 6,732円

文科省後援 日本書写技能検定東京都審査委員  
加藤 純子 他

基本のとめ、はね、はらいから始め、文字を丁寧に正しく美しく書くことを目指します。書初めや読書大会に参加したり、願書、履歴書に書ける文科省後援書写検定試験にチャレンジして資格を取得することができます。毛筆、硬筆ともに道具は用意しますので持ち物なしで学習することができます。(エプロン、スモック等はご持参ください)フリータイム制で、お一人1時間を目安に硬筆、毛筆のいずれかを選択していただけます。期ごとの硬筆毛筆の変更は可能です。

**アップ・ゴルフスクール** レッスン経験豊富なティーチングプロの指導で、あなたのゴルフが変わります！

◆講師  
日本プロゴルフ協会認定のティーチングプロが、個人のレベルを見極めて、適切に指導いたします。

◆タイムスケジュール

	レギュラークラス (1期2カ月間:レッスン全8回)		ウィークエンドレッスン (1カ月間で4回までレッスンを受けられます。)	
	火曜日～金曜日	土曜日・日曜日	金曜日	土曜日・日曜日
Aクラス	—	8:45-10:15	1	10:00-10:50
Bクラス	10:30-12:00	10:30-12:00	2	—
Cクラス	13:00-14:30	13:00-14:30	3	13:00-13:50
Dクラス	14:45-16:15	14:45-16:15	4	14:00-14:50
Eクラス	—	16:30-18:00	5	15:00-15:50
Fクラス	18:45-20:05	—	6	16:00-16:50
			7	17:00-17:50
			8	19:00-19:50
			9	20:00-20:50

●月曜日は休業日となります。  
●上記時間帯より、ご都合のよいクラスをお選びください。  
●開始日はか、詳細につきましてはお問い合わせください。  
●開始日に在籍者のいないクラスは休講となります。 ●上記時間帯より、その都度ご予約をお取りください。

◆料金  
入会金 (最終受講月の末日より2年間有効) 5,500円  
受講料  
レギュラークラス 火～金曜日 (2カ月全8回) 31,900円  
レギュラークラス 土・日曜日 (2カ月全8回) 33,000円  
ウィークエンドレッスン (1カ月全4回/月謝制) 22,000円

◆レッスン会場  
井山ゴルフ練習場 2階打席 世田谷区大蔵6-7-21  
距離134ヤード 無料駐車場完備

◆お問い合わせ 詳しくはコミュニティクラブたまがわゴルフスクール担当者まで。 お問い合わせ先 TEL 03(3708)6125

**キッズパーカッション アンサンブル** 第2・4日曜日 10:00-10:45  
【対象:2～4歳親子】  
4/11スタート3カ月全6回 20,658円

定成音楽教室主宰  
定成 淡紅子  
専属講師 星野 恵美 松原 麻子

音楽は本来肌で感じて体で表現するものです。大人から子供まで誰でもすぐに音の出せる“たいこ”。この不思議な魅力いっぱいいたいこや打楽器に生で触れ、体を動かしたり歌ったりのリズム遊びを通して、理屈抜きで親子で音楽を楽しみましょう！

**キッズパーカッション アンサンブル** 第2・4日曜日 10:50-11:35  
【対象:年長～小6】  
4/11スタート3カ月全6回 20,658円

打楽器は叩けば音が出て楽しめます。お教室にある沢山の楽器を演奏して、お友達とリズムアンサンブルで遊びましょう。

**学生書道毛筆クラス** 第1・3金曜日 18:15-19:15  
【対象:小学5年生～高校生】  
4/2スタート3カ月全7回  
小学5年生～中学生 15,708円  
高校生 17,248円

毎日書道展会員  
横山 美水

姿勢を正し書に集中することで、心が安らぎ美意識も高まります。段級取得、展覧会出品、古典や実用も学びます。

**ジュニア書道・毛筆クラス** 第1・3金曜日 16:45-18:30  
【対象:年長～中学生】  
4/2スタート3カ月全7回 15,708円

毎日書道展会員  
横山 美水

正しく美しい文字を書くために、姿勢や基本の動作を身につけましょう。段級取得・読書大会にも積極的に参加します。時間内、お一人1時間です。

**ジュニア書道 隔週クラス(硬筆 or 毛筆)** 第2・4金曜日 16:45-18:30  
【対象:年長～中学生】  
4/9スタート3カ月全6回 13,464円

毎日書道展会員  
横山 美水

正しく美しい文字を書くための講座です。ゆっくり丁寧に書くことから始め、早くきれいに書く事を目指します。毛筆は段級取得、時間内、お一人1時間です。

**ジュニア書道 毎週クラス(硬筆&毛筆)** 毎金曜日 16:45-18:30  
【対象:年長～中学生】  
4/2スタート3カ月全13回 29,172円

毎日書道展会員  
横山 美水

姿勢を正し呼吸を整え、正しく美しい文字を書く事を身につけましょう。時間内、お一人1時間です。

**ジュニア書道 毛筆火曜クラス** 第2・4火曜日 17:00-18:30  
【対象:年長～中学生】  
4/13スタート3カ月全6回 13,464円

毎日書道展会員  
横山 美水

正しく美しい文字を書くために基本の所作を身につけましょう。又個性を生かした作品制作や展覧会出品、段級取得も可能です。時間内お一人1時間です。

**伊藤範子のジュニアクラシックバレエ** ①第2・4水曜日 17:15-18:30  
【対象:小学校中学年～】  
4/14スタート3カ月全6回 16,236円  
②第1・3金曜日 18:30-19:45  
4/2スタート3カ月全6回 16,236円

谷桃子バレエ団シニアプリンシパル / 附属アカデミー芸術監督  
伊藤 範子

谷桃子バレエ団所属のプリマバレリーナが指導します。初めての方もご参加いただけます。憧れのバレリーナになろう！

FOR KIDS  
【ジュニアレッスン】  
【対象】小学生～中学生

市川雄三プロ

現役のトーナメントプロが、あなたのお子さまをご指導いたします。  
プロゴルフアームを目指すお子さま、競技ゴルフで活躍したいお子さまのほか、お子さまの情操教育として最適なジュニアゴルフレッスンです。

料金 入会金 5,500円 (最終受講月の末日より2年間有効)  
受講料 22,000円 (1カ月全4回/月謝制)

開催日 毎月1～第4日曜日 11:00-11:50  
●市川プロの試合出場時はレッスン日を変更させていただきます。 ●お子さまと同一打席となりますが、ご家族の方も一緒にレッスンを受講いただけます。



WEB先行受付 2/25(木) 10:00 より受付開始!

電話・来館受付 2/27(土) 10:00 より受付開始!

お申し込みは当クラブホームページ、ご来館受付、お電話より TEL:03(3708)6125

受付時間 月曜～土曜 10:00～20:00  
日曜・祝日 10:00～17:00

コミュニティクラブたまがわ



※スケジュールは都合により変更となる場合がございます。詳しくは当クラブホームページサークル一覧より該当サークルのスケジュールをご確認ください。※【トライアル】は、お一人様1回のみのご参加となります。※掲載の写真は一部イメージです。※お申し込みの際には当クラブホームページ「入会と受講のご案内(入会規約)」をご一読ください。

## CAMPAIGN

WEB入会キャンペーン

WEBからのお申し込みの方は、入会金半額の2,750円!  
タカシマヤカードご利用でさらに半額1,375円!  
コミュニティクラブたまがわの会員にご入会できます。

期間: 2021年2月25日(木)～4月30日(金)

入会方法: コミュニティクラブたまがわホームページより、料金区分(新規または会員)をお選びいただき、サークルのお申し込みをされますと、入会金が半額、タカシマヤカードご利用でさらに半額になります。

※WEBからのお申し込みは、WEB会員登録(無料)が必要です。

### 入会のご案内

コミュニティクラブたまがわへの入会、サークルのお申し込みは、当クラブホームページ、受付、お電話よりご利用いただけます。

入会金 **5,500**円  
(最終受講月の末日より2年間有効)

●タカシマヤカード《ゴールド》会員の方は、カードでのお支払いで**入会金無料!** ●タカシマヤカード会員・タカシマヤセゾンカード会員の方は、カードでのお支払いで**入会金半額!** ●S・Cカード会員の方は、受付にてカードでのお支払いで**入会金半額!** ●タカシマヤ友の会会員、玉川タカシマヤキッズクラブ会員の方は、会員証を受付提示で**入会金半額!** ※タカシマヤポイントカードは対象外。※ホームページからのお申し込みの場合はクレジットカード決済のみとなります。 ※ご入会の際は、ホームページに記載の「入会と受講のご案内」をご一読ください。

### お申し込み・お問い合わせ

受付時間 月曜～土曜 10:00-20:00  
日曜・祝日 10:00-17:00  
TEL: 03(3708)6125  
FAX: 03(3700)4338

ウェブサイトは、24時間お申し込み受付可能

Q コミュニティクラブたまがわ で検索

お休みのお知らせ 8月13日(金)～8月15日(日)は  
お休みさせていただきます。

※営業時間は変更になる場合がございます。詳しくはホームページをご確認ください。

### アクセス



#### 駐車場のご案内

受講日は、玉川高島屋S・Cの  
駐車場が3時間無料で  
ご利用いただけます。

#### 駐車場のご利用時間

9:30 - 23:00  
※マロニエコート駐車場のみ  
8:30よりご利用いただけます。

全国民間カルチャー事業協議会加盟【管理・運営】たまがわ生活文化研究所株式会社

所在地 〒158-0094 東京都世田谷区玉川3-17-1  
玉川高島屋S・C 東館4F

最寄駅 東急田園都市線/東急大井町線  
二子玉川駅 下車 西口より徒歩約3分

サークルの紹介や様子、  
イベント情報を発信中!

Facebook



Twitter



### LINE 公式アカウント

サークルの紹介やイベントなど  
お得な情報をいち早くお知らせします。



## WEB入会でも! タカシマヤのクレジットカード 新規ご入会受付中!



ご入会と  
ご利用で

タカシマヤカード《ゴールド》なら  
**最大 10,000** ポイント  
プレゼント

タカシマヤカードなら  
**最大 3,000** ポイント  
プレゼント

※ポイントプレゼントにあたり、各カードごとに  
各種条件がございます。  
※新規入会・ご利用特典は、事前の予告なく  
変更あるいは終了する場合がございます。

## Rakuten シニア

### お出かけ健康アプリ「楽天シニア」が使えます!

東館 4F コミュニティクラブたまがわの受付に設置されたタブレット端末にアプリで「チェックイン」  
することで楽天スーパーポイントがたまります!

「楽天シニア」をインストールして、毎日のレッスンをさらに楽しく、お得に、健康に!  
詳しくは受付にてお問い合わせください。



楽天シニアアプリの  
インストールはこちらから

この春、玉川高島屋S・C本館屋上「玉川テラス」は「たまがわ LOOP」に変わります。

## 街へ、社会へ。繋ぐ、繋がる。たまがわ LOOP



### コミュニティの活動拠点『たまがわ LOOP』4月開業!

開設から10年、「玉川テラス」はこの春、「たまがわ LOOP」として新たな  
スタートをきることになりました。10年間支えてくださった皆様には心から  
感謝いたします。ありがとうございました。これからはさらに街や社会に関心  
を拡げたコミュニティ活動の拠点になりたいと考えています。春のスタート時  
に予定している会の一部をご紹介します。詳しくは後日。ご期待ください!

### ソーシャルウェルネス「私たちのSDGs」

今の時代に求められていることや課題にみんなで取り組んでいく。そんな仲間の集まりです。

#### たまがわパパ倶楽部

川島高之氏による  
キックオフトーク

4月29日(木・祝)  
13:30~16:30

子育てでも仕事も楽しむ  
“パパコミュニティ”。その  
キックオフとして開催します。



日本再発見  
ふじのくにがお届けする  
美味食材



3月に富士市の煎茶と煎茶のブレンド、4月または5月  
に焼津市の鰹節と出汁を使った料理。美味しい食べ物  
いっぱいの静岡。各生産者が直接皆様にお届けします。

### ウェルビーイング「大人の部活・同好会」

同じ趣味/志向の人、この指、生まれ〜! 懐かしの「部活・同好会」を復活させよう!

#### いとう美都世サロン

「さまざまなアプローチで  
気の流れをよくして、  
美しく暮らしたい」

住まい、食、美容など気の流れ  
をよくして気持ちよく暮らすための  
エッセンスを一緒に体験します。



#### クラシック音楽愛好会

クラシック音楽好きの真野美郷  
さんがリーダーとなって開く会。  
クラシック音楽が大好きな人、  
みんなで集まって語り合い、情  
報交換いっしょ!



### ショップアクティビティ

玉川高島屋S・Cのさまざまなショップが自慢の商品を直接ご紹介し、  
皆様に体験していただきます。

「たまがわ LOOP」の詳細は玉川高島屋S・Cホームページにて後日発表いたします。この件に関するお問い合わせは右記メールまで。

tamagawa.loop@cctamagawa.co.jp

ひとと空気も、みずみずしい  
**玉川高島屋S・C**