

2024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



新しいことはきっと楽しい  
**深まる興味  
広がるライフスタイル**

スケジュールは変更になる場合がございます。表示価格は、消費税を含む総額にて表示しております。

講座  
受付



WEB 先行受付  で検索

**2/25 (日) 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 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覧ください。

**2/26 (月) 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

# 日本文化と和の心

**川瀬敏郎**  
初心者講座  
**四季折々の花の美を伝える**



川瀬敏郎 花人  
私たちが花をいけてきた大本には、自然に対する信仰があります。日本人は、一木一草一花に宿る美を「カミ」として奉っただけでなく、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しを交えながら、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。  
※お申し込みは、1年分全4回で承ります。  
※ホームページからのお申し込みを受付しておりますので、お電話か、メールにてお問い合わせください。

開講日 指定土曜日 13:00~16:30 (6/29・9/28・2025年1/18・3/15)  
金額 1カ年全4回 **54,648円**

**川瀬敏郎**  
花の講座  
**日本の美『茶と能』**



千宗屋 味方玄 川瀬敏郎

1回目 川瀬敏郎 花人 / 千宗屋 武者小路千家第15代家元後嗣  
2回目 川瀬敏郎 花人 / 味方玄 能役者  
人気講座の第5弾。今回は、『茶と能』をテーマに、第1回は千宗屋さん、第2回は味方玄さんをゲストにお迎えして茶の世界、能の世界を大きな世界観で深堀りいたします。  
※お申し込みは、1年分全2回で承ります。  
※ホームページからのお申し込みを受付しておりますので、お電話か、メールにてお問い合わせください。

開講日 指定土曜日 13:00~16:30 (5/25・2025年2/15)  
金額 1カ年全2回 **27,984円**

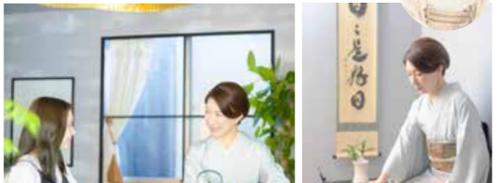
**綺麗さびの美を学ぶ**  
**遠州流茶道入門**  
堀内 宗長 遠州流茶道連盟・理事 / 茶の文化フォーラム主宰



遠州流茶道は徳川家光の茶道指南役であった小堀遠州を流祖とする武家の茶道です。「綺麗さび」と称された美しい点前・道具・思想を初めての方にもわかりやすくご指導していただけます。  
※お稽古に必要なお道具をお持ちでない方は、ご参加時に講師へご相談ください。

開講日 第2・4木曜日① 10:30~12:30 ② 13:30~15:30 ③ 18:30~20:30 (4/25・5/9・5/23・6/13・6/27)  
金額 3カ月全5回 **33,660円** ※教材費は、水屋料とテキスト代等を含んでおります。  
【トライアル】随時 参加費 7,062円 (1回分)

**「茶箱」を使っていつでも自由に茶道を楽しもう**  
**「茶箱」で愉しむ裏千家茶道教室**  
石川 恭子 裏千家準教授 / 茶道教室「光雲庵」主宰



「茶箱」とは、利休居士の時代から旅行用・携帯用として使われていた、抹茶を点てるための最小限の道具一式がコンパクトに収められている箱のことです。裏千家「茶箱点前」の基本を学び、お茶室が無くて、季節のしつらえや特別な道具を用意しなくても、和洋自由にアレンジ可能で場所を選ばない「茶箱」を使って茶道を愉しみましょう！

開講日 第2・4水曜日 10:30~12:30 (4/10・4/24・5/8・5/22・6/12・6/26)  
金額 3カ月全6回 お稽古セットご持参 **40,392円**  
お稽古セット付 **51,392円**  
※お稽古セットはホームページより持ち物をご参照ください。※教材費は、水屋料等を含んでおります。

**【綺麗さびの美を遠州流茶道で学ぶ】**  
小堀遠州を流祖とする武家の茶道。「綺麗さび」と称された美しい点前・道具・思想を学んでみましょう。  
開講日 4/11(木) ①10:30~12:30 ②13:30~15:30 ③18:30~20:30  
金額 **6,732円** ※1回ごとの申し込みで承ります。※各回、同内容の開催になります。

**~基礎から学ぶおもてなしの心~**  
**裏千家茶道教室**  
竹田 理絵 裏千家教授 / 茶禅主宰



茶道を知ること、日本の伝統文化や日本人の心、日本の美を堪能することができます。四季折々の「もてなしの心」を学べる講座です。一度きちんと学んだ作法は、かけがえのない一生の財産となることでしょう。※お稽古に必要なお道具をお持ちでない方は、ご参加時に講師へご相談ください。

開講日 第1・3・5水曜日① 10:30~12:30 ② 13:30~15:30 (4/17・5/1・5/15・5/29・6/5・6/19)  
金額 3カ月全6回 **41,712円** ※教材費は、水屋料等を含んでおります。 【トライアル】随時 参加費 7,282円 (1回分)

**【春のおもてなしの心を学ぶ】**  
茶道を通して、日本の美を学びます。初めての方でもご参加いただけます。  
開講日 4/3(水) ①10:30~12:30 ②13:30~15:30  
金額 **6,952円** ※1回ごとの申し込みで承ります。※各回、同内容の開催になります。

**おいしいお茶とお菓子で日々是好日**  
**おもてなしの心を学ぶ表千家**  
大橋 宗智 表千家教授



静寂で厳かな雰囲気の中にも優しいおもてなしの心にあふれる茶道は、日本人の美意識の高さを象徴する文化です。忙しい毎日の中に、少し特別な時間を持ってみませんか。免状や資格の取得も出来ます。  
※お稽古に必要なお道具をお持ちでない方は、ご参加時に講師へご相談ください。

開講日 第2・4水曜日 14:00~16:00 (4/22・5/13・5/27・6/10・6/24)  
金額 3カ月全5回 **25,410円** ※教材費は、水屋料等を含んでおります。  
【トライアル】随時 参加費 5,412円 (1回分)

**【優しいおもてなしの心にあふれる】**  
日本人の美意識の高さを象徴する文化、茶道。静寂で厳かな雰囲気の中に感じるおもてなしの心を学びましょう。初めての方でもご参加いただけます。  
開講日 4/8(月)14:00~16:00  
金額 **5,082円**

**~どこから始めて良いかわからない貴方へ~**  
**個性にふれる、着物の楽しみ方入門**  
森 由香利 きものスタイリスト / Yukari Mori Kimono Studio 主宰



全く初めて着付けを習う方も大歓迎。久しぶりに挑戦したい方も、遠慮なく。苦しい着付けは、もう古い！手結びのシンプルな方法で、ずっと着ていたくなる着物の「着心地」を学びます。全6回の中で、お手持ちの着物のコーディネートもお気軽にご相談下さい。

開講日 第2・4水曜日 13:30~15:30 (4/10・4/24・5/8・5/22・6/12・6/26)  
金額 3カ月全6回 お着物ご持参 **27,192円**  
お着物レンタル **33,792円**

**手ぶらでならえる津軽三味線**  
**初心者でも弾ける津軽三味線教室**  
澤田 一成 津軽三味線奏者



敷居の高い津軽三味線を、カジュアルに習いたいという方向けのサークルです。密度の濃いレッスンができるように少人数制を採用しています。そのため自宅で練習できなくても確実に上達します。

開講日 第1・3月曜日 11:00~12:00 (4/1・4/15・5/6・5/20・6/3・6/17)  
金額 3カ月全6回 三味線ご持参 **27,192円**  
三味線貸出 **43,692円**

**~心と体が喜ぶシンプルメソッド~**  
**初心者のための、着物の着かた講座**  
森 由香利 きものスタイリスト / Yukari Mori Kimono Studio 主宰



全く知識が無く、着物の始め方が分からない。受け継いだ着物を活かしたいけれど、選べず悩んでいるというお悩みはありませんか？本講座では、着物の着かた以前に知りた「着物を楽しむコツ」や、「その方に向合った着こなしのポイント」を全3回で学びます。

開講日 第1木曜日 10:30~12:30 (4/4・5/2・6/6)  
金額 3カ月全3回 **15,686円**

## 日本文化と和の心

**新しい茶室がオープンします。**  
玉川高島屋 S・C 東館4階に

新設した和室にて、抹茶と季節の和菓子をいただく『たまがわお茶サロン』を日曜日に開催予定です。詳しくはコミュニティクラブたまがわホームページをご覧ください。  
経験は要りません。ゆったりしたい、気分転換したい、和菓子をいただきたいなど、お気軽に本格的和室を体験してください。

**お香を焚いてみませんか?**  
**はじめての香道・直心流**  
松崎 雨香 直心流家元 松崎 香正 師範

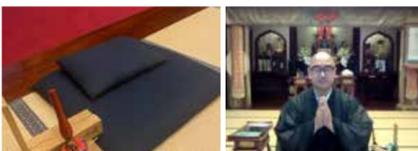


この講座では一人一人に「お香」を自ら焚いていただきます。慌ただしい日常を離れて一心にお香を焚き、最高の香りを味わう。心休まるひと時をお過ごしいただけます。

開講日 第3火曜日 13:30~15:30 (4/16・5/21・6/18)  
金額 3カ月全3回 **16,896円**

**【お香とは?香木の由来と敬虔な心】**  
お香の歴史について学んだあと、香道のお手前を体験しながら、お香を焚いていただきます。  
開講日 4/16(火)13:30~15:30  
金額 **5,632円**

**心穏やかに精神集中**  
**座禅講座**  
稲田 健昌 臨済宗妙心寺派家院住職



坐禅は特別に行うものではなく普段の生活の中で行うことで、今ここにいる自分の心がどういう状態にあるのか自分で感じていきます。この講座では普段から行うことを意識しながらみんなと心合わせて座って参ります。

開講日 第4火曜日 11:30~12:30 (5/28・6/25)  
金額 2カ月全2回 **6,424円**  
【トライアル】随時 参加費 3,542円 (1回分)

**【心を落ち着けて精神集中しよう】**  
60分の短い時間に心を落ち着けて、座って精神集中をしてみましょう。  
開講日 4/23(火)11:30~12:30  
金額 **3,212円**

**心静かに**  
**写経講座**  
稲田 健昌 臨済宗妙心寺派家院住職



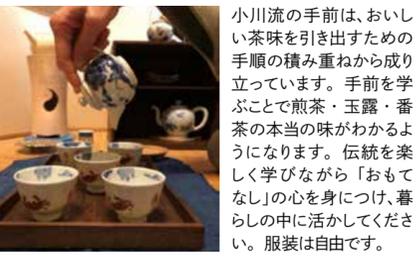
写経はお経を書き写すという、その行為を通じて自分の心を紙の上に書き現します。今日の自分の心がどう現れるか、それはいつもと同じかそれとも違っているのか、ゆっくり感じていただければと思います。

開講日 第4火曜日 10:00~11:00 (5/28・6/25)  
金額 2カ月全2回 **6,468円**  
【トライアル】随時 参加費 3,564円 (1回分)

**心静かに**  
**写経講座**  
稲田 健昌 臨済宗妙心寺派家院住職

**【自分の心を紙の上に書き現そう】**  
心を落ち着かせて、お経を書き写しましょう。精神集中をする大切さを身につけましょう。  
開講日 4/23(火)10:00~11:00  
金額 **3,234円**

**美味しいお茶の淹れ方と作法を学ぶ**  
**煎茶を楽しむ(初級)**  
小川 珂楽 小川流煎茶副家元 上田 明楽 家元総師範



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・番茶の本当の味がわ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。

開講日 第1・5土曜日 16:00~18:30 (4/6・6/1・6/29)  
金額 3カ月全3回 **13,464円**

**【おいしい茶味の引き出し方】**  
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みましよう。  
開講日 4/6(土)16:00~18:30  
金額 **4,488円**

**煎茶の意義を学ぶ**  
**煎茶道・小川流(上級)**  
小川 珂楽 小川流煎茶副家元 上田 明楽 家元総師範

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・番茶の本当の味がわ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。

開講日 第3土曜日 16:00~18:30 (4/20・5/18・6/15)  
金額 3カ月全3回 **15,114円**

**【おもてなしの心に基づく茶の湯を学ぶ】**  
茶の湯を介して、豊かな世界を広げてみましょう。初めての方でもご参加いただけます。  
開講日 4/2(火)10:00~12:00  
金額 **6,182円**

**お香と味わう源氏物語**  
**はじめての源氏香講座**  
松崎 雨香 直心流家元 松崎 香正 師範

この講座では、源氏物語の原文を抜粋したテキストを基に一帖ずつ解説いたします。同時に「源氏香」と呼ばれる香道の遊びを通して、源氏物語をお香と共に味わっていただきます。

開講日 第1火曜日 13:30~15:30 (4/2・5/7・6/4)  
金額 3カ月全3回 **20,196円**  
(初回のみテキスト代1,650円が別途かかります。)

**【第一帖「桐壺の巻」】**  
源氏物語第一帖「桐壺の巻」を読みながら、その文化的背景などについて学びます。「源氏香」では五つの香りを味わい、「源氏香之図」を描いて同じ香りを答えます。  
開講日 4/2(火)13:30~15:30  
金額 **6,732円**

**おもてなしの心に基づく茶の湯とは**  
**表千家茶道講座**  
一色 宗穂 表千家教授 / 家元直門

千利休より今日に至るまで、おもてなしの心に基づく茶の湯は、どんな時代においても人々の精神を支えてきました。是非、茶の湯を介して、日々の暮らしに生かし、豊かな世界を広げてください。基本の動作や、手順から慣れていただけます。※お稽古に必要なお道具をお持ちでない方は、ご参加時に講師へご相談ください。※ご希望の方には、表千家の許状をお取次ぎすることも可能です。

開講日 第1火曜日 10:00~12:00 (4/2・5/7・6/4)  
金額 3カ月全3回 **18,546円** ※教材費は、水屋料等を含んでおります。

**【おもてなしの心に基づく茶の湯を学ぶ】**  
茶の湯を介して、豊かな世界を広げてみましょう。初めての方でもご参加いただけます。  
開講日 4/2(火)10:00~12:00  
金額 **6,182円**

**四季のうつろいや大切にしてきた心と伝統文化を学ぶ**  
**京のはんなり着物講座入門**  
服部 雅美 着物コンシェルジュ / 裏千家準教授

京友禅などの着物、西陣織の帯、和装小物をコーディネートしながらご覧いただけます。着物がより身近に、そして素敵な着姿になっていただくためのお勉強講座です。京都の和菓子とお抹茶をご用意してお待ちしております。

開講日 第2土曜日 10:30~12:30 (4/12・5/10・6/14)  
金額 3カ月全3回 **13,596円**

**【着物のコーディネートを学ぶ】**  
どのような着物、帯を選んだらよいのか、似合う着物を選ぶための内容です。京都の和菓子とお抹茶もお楽しみください。  
開講日 4/12(金)10:30~12:30  
金額 **4,532円**

踏み出した一歩からはじまる新たなストーリー

暮らしの中に花を添える  
**身近に咲く花々のポタニカル刺繍**  
 ながたに あいこ アトリエド ノラ主宰



きれいなステッチのための基本を学びながら、身近に咲く愛らしい花々をモチーフに刺していきます。最初の3カ月間はブローチから始め、ニードルブックをおつくりいただけます。ひと針ひと針刺す時間をお楽しみください。

開講日 第4 金曜日 10:30-12:30  
 (4/26・5/24・6/28)  
 金額 3カ月全3回 19,096円  
 ※2 作品分の教材費が含まれています。

刺して楽しい眺めて幸せ  
**はじめての食べ物刺繍**  
 新田 花梨 食べ物刺繍作家



生活に欠かせない『食』をかわい刺繍にしました。見てだけでホッくりできる食べ物のモチーフをフランス刺繍の技術を使って少しリアルに刺繍します。かわいい刺繍に癒されながら刺繍の技術を学ぶことができます。今回はフルーツバスケットの刺繍の巾着を制作します。

開講日 第4 火曜日 13:15-15:45  
 (4/23・5/28・6/25)  
 金額 3カ月全3回 14,366円

フルーツバスケットの「バスケットの部分」を刺繍します。  
 開講日 4/23(火)13:15-15:45 金額 7,502円  
 ※フルーツバスケット刺繍完成までの教材が含まれています。

イタリアなど地中海地域で生産されているマヨリカ焼きの絵付けの技法を学びます  
**イタリア・マヨリカ焼き絵付け**  
 池田 由美子 陶芸家 / イタリア陶磁器研究者 / ラ・チェラミカ主宰



講座では、絵付けの技法だけでなく、陶磁器の知識、色彩学、イタリア陶器の歴史、イタリアの食文化などについてもお話させていただきます。器の楽しさをお伝えします。1回目はミニプレート、2回目以降は各自ご希望アイテムの制作になります。

開講日 第4 木曜日 10:30-12:30  
 (4/25・5/23・6/27)  
 金額 3カ月全3回 16,346円 (初回教材費込)

絵付けの練習を兼ねてミニプレート(12cm)を制作します。参加費には素焼き、顔料、釉薬、焼成代全て含まれています。※作品のお渡しは焼成後になります。  
 開講日 4/25(木)10:30-12:30 金額 8,030円

パンとパンにまつわる美味しいものを一緒に描きましょう!  
**ペン彩画パンと美味しいもの**  
 秋山 洋子 イラストレーター



毎回講師がお勧めする美味しいパン、オリーブオイル、ジャムなどをご用意し、ハガキサイズの用紙にペンと透明水彩絵の具で描きます。質感を出したり、鮮やかな透明水彩絵の具で美味しさを表現しましょう。パン好きの方や美味しいものが好きな方、お気軽にご参加ください。  
 ※美味しい教材はお持ち帰りいただけます。

開講日 第2 水曜日 13:30-15:30  
 (4/10・5/8・6/12)  
 金額 3カ月全3回 17,226円

BLUE POPPY Bakery (ブルーポピーベーカリー)のパンとオリーブオイルをモチーフにペンと透明水彩絵の具で描きます。モチーフのお土産はお家で楽しんでください。  
 開講日 4/10(水)13:30-15:30 金額 5,742円

艶々のお肌さえあれば人生も輝く!  
**ぶる肌スキンケア・メイクの秘密**  
 アンヌ はるか 元TBSアナウンサー(小林悠名義) / AEAJ アロマセラピスト



お使いのスキンケア用品を最大限活かし、自分史上最高のぶる肌になる秘密をメディアでお馴染みの講師と共に学びます。年齢も肌質も関係ありません。お肌が輝けば表情が変わり、そして人生もより輝き始めます。

開講日 第4・5 土曜日 13:30-15:30  
 (5/25・6/29)  
 金額 2カ月全2回 9,064円  
 【トライアル】 随時参加費 4,862円(1回分)

【メイクスキンケア講座体験】  
 お一人お一人の悩みやお肌のコンディションを拝見しながら、ぶる肌を実現するためのスキンケアやメイクについてじっくりお話しします。  
 開講日 4/27(土)13:30-15:30 金額 4,532円

メディアでお馴染みの講師に習う美、健康、防災に役立つ知識  
**はじめてのアロマセラピー**  
 アンヌ はるか 元TBSアナウンサー(小林悠名義) / AEAJ アロマセラピスト



植物から抽出した精油一本あれば、日常生活での心身ケアや災害対策のみならず、自分にピッタリのコスメを手づくりする事まででき、可能性は無限大!新しい趣味や学びが欲しい、人の為になる特技が欲しいという方に。

開講日 第3 木曜日 10:30-12:30  
 (5/16・6/20)  
 金額 2カ月全2回 13,024円  
 【トライアル】 随時参加費 6,842円(1回分)

【アロマセラピー体験講座】  
 精油を活用し自分にぴったりの、世の中にたった1つのアロマビローミストをつくっていただけます。  
 開講日 4/18(木)10:30-12:30 金額 5,632円

美容解剖学を基に日常で快活に動ける身体づくりを目指しましょう  
**シットピクス+ウォーキング**  
 白井 ヨシ 天空ストレッチ主宰 / シットピクス® トレーナー ・ 他



「キレイなスタイル、ウォーキング」についてストレッチやトレーニングをします。今話題のイスを使用するオリジナルメソッド・シットピクス® トレーニングも取り入れ、教室の外に出てウォーキングをします。運動が久しぶりの方、苦手意識がある方も、安心してご参加ください。

開講日 第2・4 日曜日 12:00-13:00  
 (5/12・5/26・6/9・6/23)  
 金額 2カ月全4回 11,528円  
 会場 玉川高島屋S-C東館3Fスタジオ  
 ※5/12新しいスタジオでスタートします。

合唱曲、歌謡曲、ミュージカルソング  
**大人のためのヴォーカルレッスン**  
 植元 直美 藤原歌劇団所属

基本的な発声や呼吸のトレーニング、身体のストレッチから始め、皆さんで声を出しながら、ふるさとやミュージカルソングなどを楽しく歌いましょう。金曜日の夜は、歌ってリフレッシュ! 1週間の疲れを吹き飛ばしましょう! 声のアンチエイジングにも役に立ちます。

開講日 第1・3・5 金曜日 19:00-20:30  
 (4/19・5/17・5/31・6/7・6/21)  
 金額 3カ月全5回 14,905円

【皆さんと一緒に歌いましょう!】  
 声を出して、心も身体もリフレッシュしましょう。  
 開講日 4/5(金)19:00-19:40 金額 1,254円

〜写真から描く風景画〜  
**楽しく活き活きとした水彩絵画塾**  
 山口 栄一 美楽画塾 塾長



このクラスでは、講師の準備した「写真」より水彩画を描きます。題材は各自異なります。子供の頃から遠ざかり、経験も少ないけど、またトライしてみたい方にもわかりやすくご指導します。半年も過ぎたら、見違える絵が描けた自分に驚嘆されるようになります。

開講日 第3 水曜日 10:30-12:30  
 (4/17・5/15・6/19)  
 金額 3カ月全3回 10,956円

各自、異なる「写真」から描きます。  
 開講日 4/17(水)10:30-12:30 金額 3,652円

玉川高島屋S・C東館3階に5月初旬オープン予定!

NEW OPEN  
**INDOOR GOLF**

世界のトッププロから選ばれているアメリカ生まれのゴルフシミュレーターを備えたインドアゴルフスクール

G・Wにオープニングイベントを開催予定。

詳しくはコミュニティクラブたまがわホームページをご覧ください。

厳選されたティーチングプロが親切丁寧にレッスンしますので、初心者の方も安心してお越しください。



榎本裕明プロ 西本尚功プロ

その他 ティーチングプロ多数在籍。詳しくはコミュニティクラブたまがわホームページをご覧ください。



レッスンコース紹介

初心者も経験者も確実にレベルアップ  
**レギュラーレッスンコース (個人レッスン)**  
 選択枠 全ての時間帯  
 金額 1カ月最大6回 26,400円

本場アメリカのプロゴルフツアー選手たちも活用しているゴルフシミュレーターを使っているインドアゴルフレッスンです。タイムスケジュールの中から1ヵ月間で最大6回までレッスンを受けられます。(※要予約) 1~2名の少人数制レッスンなので、初心者の方も安心してご受講ください。受講特典:受講月中はセルフ打席無料(※要予約)

平日にゆっくりとレベルアップ  
**ウィークデイレッスンコース (個人レッスン)**  
 選択枠 ①~⑧  
 金額 3カ月最大12回 39,600円

タイムスケジュール中の平日の時間帯から3ヵ月間で最大12回までレッスンを受けられます。(※要予約) 平日限定のレッスンコースとなりますが、3ヵ月間掛けついでにレベルアップしていただけます。

お仕事帰りにレベルアップ  
**ナイトレッスンコース (個人レッスン)**  
 選択枠 ⑥~⑧、⑭~⑯  
 金額 3カ月最大12回 39,600円

タイムスケジュール中の夜間の時間帯から3ヵ月間で最大12回までレッスンを受けられます。(※要予約) 二子玉川駅から徒歩約4分のインドアゴルフ施設ですので、ぜひお仕事帰りにお立ち寄りください。

お二人一緒にレベルアップ  
**ペアレッスンコース**  
 選択枠 全ての時間帯  
 金額 1カ月最大4回 26,400円 (2名様分)

親子、ご夫婦、お友達 etc. 気心知れたお2人で楽しくレッスンを受けてみませんか? タイムスケジュールの中から1ヵ月最大4回までお2人で一緒にレッスンを受けられます。(※お2人様 同時間帯での予約が必要となります。) ゴルフを始めるのに不安を感じている方、ぜひご家族やお友達を誘って一緒にゴルフを始めましょう。

実践テクニックを学ぶ  
**ラウンドモードレッスン**  
 金額 会員 5,500円 一般 7,700円

ゴルフシミュレーターを使用してのバーチャルラウンドレッスンになります。世界のトッププロがその精度を信頼して使用しているゴルフシミュレーターなので、実際にラウンドしているのと同じ感覚でプレーできます。暑い日でも寒い日でも雨の日でも、快適なラウンドをご体験ください。※開催日程は、タイムスケジュールと異なりますので、コミュニティクラブたまがわまでお電話ください。※1~8名様でご参加いただけます。

タイムスケジュール

月~金曜日	土曜日	日曜・祝日
① 10:30~11:20	⑨ 10:30~11:20	⑰ 10:30~11:20
② 11:30~12:20	⑩ 11:30~12:20	⑱ 11:30~12:20
③ 13:30~14:20	⑪ 13:30~14:20	⑲ 13:30~14:20
④ 14:30~15:20	⑫ 14:30~15:20	⑳ 14:30~15:20
⑤ 15:30~16:20	⑬ 15:30~16:20	㉑ 15:30~16:20
⑥ 16:30~17:20	⑭ 16:30~17:20	—
⑦ 18:00~18:50	⑮ 18:00~18:50	—
⑧ 19:00~19:50	⑯ 19:00~19:50	—

- レギュラーレッスンコース、ペアレッスンコース お申し込みの方は全時間帯でレッスンをご予約いただけます。
- ウィークデイレッスンコース お申し込みの方は①~⑧の時間帯でレッスンをご予約いただけます。
- ナイトレッスンコース お申し込みの方は⑥~⑧、⑭~⑯の時間帯でレッスンをご予約いただけます。
- 各時間帯、2打席のため定員2名様先着順となります。

自主練習  
**セルフ打席**  
 金額 会員 1,100円/30分間 一般 2,200円/30分間

最新のテクノロジー、最高のクオリティを備えたゴルフシミュレーターを体験できます。(※レッスンではありませんが、予約は必要となります。) レッスンモードでもラウンドモードでも、利用時間内なら自由にお好きなだけお使いください。レッスン受講生はレッスンの予習・復習にも活用してください。タイムスケジュール全時間帯で打席が空いている時にご利用いただけます。※ご利用の1週間前から受付します。

各レッスンコース、セルフ打席お申し込み後、レッスン日時のご予約はお電話にて承ります。

コミュニティクラブたまがわ TEL: 03-3708-6125

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

# 楽しい“食のコンテンツ”が誕生します!

今後「たまがわ LOOP」内のキッチンを使って様々な料理サークルの開催を予定しています。  
キッチンを囲んで実際の料理を楽しみながら、新しい知識と体験を重ねていきましょう。

一日

～魚介豊かな郷土料理とおしゃれなピンチョス～

## バスコ料理を愉しむ

丸山 久美

スペイン家庭料理研究家 / スペイン料理教室 mi mesa 主宰



「美食の地方」と呼ばれるスペイン北部のバスコ地方は、古くから独特の食文化が発達し、美味しい郷土料理が世界でも注目され続けています。今回はピンチョスと伝統的な魚介料理をバスコ原産のワインと一緒に愉しんでいただきます。ふだんの食卓に、また得意料理としてぜひ活用ください。デモンストレーションと試食&ワイン、レシピ付きです。

※当日ご紹介レシビよりチーズとも相性の良いトマトのスライス風味ジャムをお持ち帰りいただけます。

開講日 5/13(月)13:30~15:00  
金額 会員 8,162円 一般 8,712円  
会場 玉川高島屋S・C東館3FたまがわLOOP

一日

シャンパンがある豊かな生活を

## 素敵なシャンパンライフ

君嶋 哲至

株式会社横浜君嶋屋 代表取締役社長



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ります。そんなシャンパンの事をもっと深く知りたいと思いませんか。実際に味わいながら解説いたします。

開講日 5/16(木)13:30~15:00  
金額 会員 9,152円 一般 9,702円  
会場 玉川高島屋S・C東館3FたまがわLOOP

一日

ヘルシーで美味しいアラビア料理を家庭でもつくっていただく会

## アラビア料理を愉しむ

ハミス・ソフィヤーン

有限会社アラブジャパンインタープライズ代表



今回のテーマはモロヘイヤ。日本でも徐々に馴染みある食材となってきましたが、エジプトが発祥といわれています。チキンと煮て日本とは全く異なる食べ方です。ぜひ本場の「モロヘイヤ」を食べてみませんか。デモンストレーションと試食&ワイン、レシピ付きです。

※ご紹介レシビよりオリーブオイル・ビター(100ml)・死海の塩(250g)・スナマ(80g)をお持ち帰りいただけます。

開講日 5/24(金)13:30~15:00  
金額 会員 5,412円 一般 5,962円  
会場 玉川高島屋S・C東館3FたまがわLOOP

## 小さなきっかけで人生が動き出す

一日

リネンに優しい影らみと陰影を添えるスマッキングで、A4裏付トートをつくりませ

## スマッキング刺繍のリネントート

吉竹 ゆきこ スマッキング&刺繍教室スズィエ主宰 / (公財)日本手芸普及協会刺繍師範



スマッキングの基本ステッチを丁寧に練習してから作品に入ります。裏地、ポケット付きのリネンバッグは縫製済みですので、刺繍するのみで完成となります。刺繍初心者の方も大丈夫です。糸の色を選んでオリジナルを楽しみましょう。※リネンバッグの色は2色からお選びいただけます。

開講日 5/30(木)10:30~15:30(休憩時間含む)  
金額 会員 10,032円 一般 10,582円

一日

お好みカスタマイズで、あなただけのまるい猫のポーチと一緒につくりましょう

## 私の猫をつくる

なからい みき 革作家 / ies design 主宰



パーツをお好みのカラーで組み合わせ、革の手縫いをお教えます。耳の飛び出した個性的な猫ポーチのお顔をつくりましょう。後日あるい便利なポーチ(マメポ)に仕上げたお渡しとなります。※仕上げ後の作品のお渡しは6月下旬予定 ※オプションにて、斜めがけ用チェーンストラップ製作は別途5,500円

開講日 5/31(金)10:00~12:30  
金額 会員 14,432円 一般 14,982円

一日

オーストリッチの羽根を使って  
こだわりの猫じゃらしをつくる

関更 キャットショーブリーダー / 猫のおもちゃ屋さん mamu-ta 主宰



キャットショーブリーダーとして活躍中の講師から猫のおもちゃの大切さや遊び方を学び、猫の食いつき度や安全性を考えたこだわりの猫じゃらしを愛猫のためにつくってみませんか。我が家の猫ちゃんとじゃれる時間が楽しみですね。

開講日 5/26(日)13:30~16:00  
金額 会員 5,412円 一般 5,962円

一日

世界にひとつのオリジナル!  
オリジナルテーブルランプをつくらう

森上 大輔・森上 佳代 ランプクリエイター / ペインター



灯りがついていなくてもかわいい!お部屋のアクセントになるテーブルランプをつくりましょう。シェードに合わせランプベースは英国塗料でペイントしていただけます。ふたつの組み合わせは世界にひとつ!自分だけのオリジナルランプになります。※開催日当日にシェードの生地は選んでいただけます。

開講日 6/8(土) 10:30~12:30  
金額 会員 16,632円 一般 17,182円

一日

～好きな色を選び、自分だけのランプを～

## 大理石モザイクでつくるランプ

檜崎 美保子 Studio Mosaico 主宰



イタリア直輸入の天然大理石を使ってスタイリッシュな照明をつくってみましょう。ベースの黒のスチールスタンドにあわせ、好きな色の大理石を選びインテリアにも映え、自慢したくなるお洒落な作品ができます!

開講日 5/4(土・祝)10:30~12:30  
金額 会員 22,242円 一般 22,792円

一日

あなたの魅力を最大限に引き出す

## 奇跡の1枚\*写真撮影会

オプシス専属ヘアメイク&フォトグラファー



写真映えに特化したヘア&メイク、スタイリングを楽しんで、とっておきの1枚を撮ってもらいましょう。プロならではのヘア&メイクのちょっとしたコツもアドバイス。画像修正に頼らない高い技術力で、あなたの魅力を最大限に引き出す写真ができれば幸いです。※写真のお渡しは6月末予定

開講日 5/30(木)10:30~19:30  
※上記時間帯でお1人様2時間  
金額 会員 17,732円 一般 18,282円  
(キャビネ1枚台紙付)

一日

グラスペイントを楽しんで、心と暮らしを彩りましょう。  
白い紫陽花を描くクリアガラス花瓶

遠藤 綾子 September25ArtStudio 主宰 / ペペオブランドアンバサダー



クリアガラスの花瓶に白い紫陽花をグラスペイント。お部屋に潤いと癒しを添えるお花やグリーンとのアレンジをお楽しみください。キャンドルを入れて、ランタンとしてもお使いいただけます。描いて、ご家庭のオープンで焼成することで耐久性となります。※焼成を希望の方は、講師が焼成します。(焼成代 1,100円+送料別途)

開講日 6/22(土)13:30~16:00  
金額 会員 7,832円 一般 8,382円

一日

化学薬品を使用せず、書道墨を利用したお家でも安心してできる本格的な墨染め

## ギルド工房 墨染め教室

河口 祐佑 染色家 / ギルド工房主宰



書道墨を利用した墨染めは、深みがあるグレーになります。光との反応を利用した墨染めならではの手法で、工夫次第でいろいろな柄を表現する事ができます。今回は生地を墨色に染めてから、絞って墨染めをする技法に挑戦します。自分だけのオリジナルをつくってみませんか。

開講日 6/26(水)13:30~15:30  
金額 [A]エプロン(バニランコットン)フリーサイズ 会員 14,432円 一般 14,982円 [B]ブルオーバー(平織りコットン)サイズ M/L 会員 14,432円 一般 14,982円 [C]丸衿つきチュニック(ダブルガーゼコットン)フリーサイズ 会員 23,232円 一般 23,782円

一日

「丹頂鶴」を描く

## 日本画で楽しむ四季 特別講座

太田 慧香 日本画画塾 虚心洞 四代目主宰



日本のシンボル『丹頂鶴』は、おめでたいモチーフとして古くから日本文化の中で色々なところに描かれてきました。美しく白い羽と優雅な姿は、一度は描いてみたいと思う題材です。是非、日本画で描いてみましょう。

開講日 6/15(土)10:30~13:30  
金額 会員 12,232円 一般 12,782円

一日

人気のデザインでつくる

## オリーブのブローチをつくる

清 弘子・安井 しづえ アトリエFII 主宰



オリーブでおしゃれなブローチをつくりましょう。なつめ型のウッドビーズに糸を巻いて、オリーブの実をつくります。葉は、刺繍して切り抜きます。今回はブローチをつくりませんが、葉と実をたくさんとくとリースにも仕立てられます。

開講日 4/19(金)10:00~12:30  
金額 会員 7,612円 一般 8,162円

一日

初夏のリーフ&リトルフラワーで紡ぐ

## サマーリース

たてぬま ひでか フラワーデザイナー / プチクロージュ主宰



まあるい形は「永遠」を意味し、いつまでも幸せが続くようにという願いが込められています。夏のフレッシュな花々を紡いで、爽やかな風を運んでくれるサマーリースをつくります。

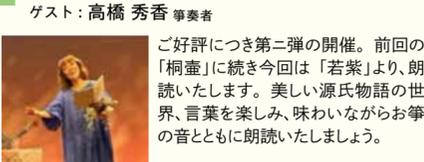
開講日 5/29(水)13:30~15:30  
金額 会員 11,132円 一般 11,682円

一日

「源氏物語」原文を、お筆の音とともに楽しんで朗読いたしましょう。

## 「源氏物語」1日朗読講座

金田 瑠奈 朗読家 / 音楽と語るパフォーマンス / 朗読会珊瑚の語り主宰



ゲスト: 高橋 秀香 華奏者

開講日 6/30(日)10:00~12:30  
金額 会員 4,730円 一般 5,280円

一日

健康と美容に良い抹茶をお気軽にご家庭で楽しませよう。

## 抹茶を楽しむナビゲート講座

神林 浩子 一般社団法人日本テーブル茶道協会代表



正しい製法で育てられた本物の抹茶をご家庭でも楽しむために、正しい知識と点て方を習得しましょう。抹茶の由来や製法を学び、地域毎の抹茶の飲み比べを楽しんで、美味しい抹茶を暮らしに上手に取り入れてみませんか。薄茶の点て方や濃茶の練り方も学びます。

開講日 4/27(土)14:00~16:30  
金額 会員 8,932円 一般 9,482円

定期

身につけたい和の心

## 表千家子ども茶道教室

大橋 宗智 表千家教授



様々な価値観の中で育っていく子供達にとって、自分の軸をもつ事は大切です。500年の時の流れとともに洗練されてきた表千家茶道の学びは、ゆたかでインターナショナルな心を育くみます。

開講日 第2月曜日<月組> 16:30~18:00 (5/13・6/10) 開講日 第4月曜日<花組> 16:30~18:00 (5/27・6/24)

金額 2ヵ月全2回 9,064円 金額 2ヵ月全2回 9,064円

【トライアル】 随時 参加費 4,862円 (1回分) 【トライアル】 随時 参加費 4,862円 (1回分)

【日本の美と心を学ぶ】  
日本の伝統を学んで、心の豊かさを広げよう。  
開講日 4/8(月)<月組>・4/22(月)<花組>各日 16:30~18:00 金額 4,532円  
※1回ごとのお申し込みで承ります。※各回、同内容の開催になります。

たまがわ LOOP

# 5月初旬「たまがわLOOP」は東館3Fに移転します。

キッチンが新設され、内装も新しくなってますます活動の幅を広げていく、みなさまのコミュニティ活動拠点「たまがわLOOP」。こんなことをしてみたい、あんなことはどうだろう? みなさまのさまざまなアイデア、ご要望etc. お待ちしています!



CAMPAIGN WEB入会キャンペーン 入会金のご優待のご案内

ホームページからのお申し込みの方は、**入会金無料**とさせていただきます。  
期 間: 2024年2月25日(日)~4月30日(火)

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ると、入会金が無料になります。  
※ホームページからのお申し込みは、WEB会員登録(無料)が必要です。

WEB先行受付 2/25(日) 10:00 より受付開始!

電話・来館受付 2/26(月) 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)」をご確認ください。※表示価格は、消費税を含む総額にて表示しております。



# 春の宝塚イベント



**定期** 描く、歌う、踊る!  
**平みちと楽しむ世界**  
 平みち 元宝塚歌劇団雪組男役トップスター

平みちオリジナルのハートいっぱいのイラストを描いたり、タカラヅカソングと一緒に歌ったり、踊ったりして、平みちさんと楽しいひと時を過ごしてみませんか。

開講日 指定土曜日 12:00~13:30 金額 3ヵ月全3回 11,143円  
 (4/27・5/11・6/22)

一回ごと 4月 ハートがいっぱいのポストカード 金額 4,202円(1回分)  
 5月 タカラヅカソングを歌おう 金額 3,487円(1回分)  
 6月 フィナーレと一緒に踊ろう 金額 3,454円(1回分)



**定期** より健康的で美しい身体をつくりましょう  
**美ボディピラティス**  
 十輝 いりす 元宝塚歌劇団宙組・星組 / ピラティスインストラクター

ピラティスは深い呼吸をしながら身体をじっくり動かし、インナーマッスルを鍛えるエクササイズです。また、身体を正しく使って姿勢を改善してゆきます。マット1枚の中でのシンプルな動きですので、どなたにでもチャレンジしていただけます。ご参加をお待ちしております!

開講日 第3土曜日 12:30~13:30 金額 3ヵ月全3回 11,781円  
 (4/20・5/18・6/15)

**プレ体験** 【深い呼吸で姿勢の改善をしよう】  
 はじめての方でも深い呼吸をしながら、身体をじっくり動かしてインナーマッスルを鍛えます。一緒に体験してみましょう!

開講日 4/20(土)12:30~13:30 金額 3,927円

**定期** コラージュであなただけの世界を! 夢のコラージュへのお話し  
**蛇腹ファイルの  
 コラージュを楽しもう!**  
 立樹 遥 元宝塚歌劇団雪組・星組の男役スター / コラージュ作家

ステップアップして今回は、「蛇腹ファイル」を作ります。あなただけのコラージュしたファイルに何を入れましょうか。オリジナルの蛇腹ファイルを楽しみましょう。  
 ※親子参加の場合は、教材が2セットのお渡しとなります。  
 ※親子参加のお子様は年長からご参加いただけます。

開講日 6/2(日)13:30~15:30 金額 会員/一般 大人1名 6,732円 親子2名1組 11,132円



**一日** 越乃リュウと歌う宝塚の名曲を楽しもう!  
**タカラヅカソング  
 「ME AND MY GIRL」**  
 越乃リュウ 元宝塚歌劇団月組組長

宝塚の名曲を歌いましょう。今回のテーマは「ME AND MY GIRL」より「ランベスウォーク」と「パレード」の曲を歌いましょう。越乃リュウさんのミニライブもどうぞお楽しみに。

開講日 6/30(日)13:30~15:30 金額 会員/一般 6,182円

**一日** コラージュであなただけの世界を! 夢のコラージュへのお話し  
**額縁コラージュを楽しもう!**  
 立樹 遥 元宝塚歌劇団雪組・星組の男役スター / コラージュ作家



コラージュ(Collage)とは絵画の技法の1つで、フランス語で「糊付け」を意味します。色とりどりの切り抜きや綺麗な壁紙を自由に貼り付けて、あなただけの夢の芸術作品を作りましょう。素敵な素材をご用意します。  
 ※親子参加の場合は、教材が2セットのお渡しとなります。  
 ※親子参加のお子様は年長からご参加いただけます。

開講日 4/7(日)13:30~15:30 金額 会員/一般 大人1名 6,182円 親子2名1組 10,032円

**一日** 懐かしい宝塚スターの歌とトークショーを楽しむ  
**夢の宝塚サロン**  
 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

一世紀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を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。

開講日 4/21(日)13:30~15:30 ゲスト:北翔 海莉 金額 会員/一般 6,890円  
 5/19(日)13:30~15:30 ゲスト:吉月 朱美 ※1回ごとのお申し込みで承ります。  
 6/16(日)13:30~15:30 ゲスト:晴華 みどり



4月 北翔 海莉 5月 吉月 朱美 6月 晴華 みどり

## オンラインサークル

### Hiroko.k のオンライン講座～南フランス香るオーガニックライフ～

※配信日翌日より10日間、アーカイブ動画をご覧いただけます。



近藤 Hiroko  
 オーガニック調香師

#### オーガニックケアで紫外線対策



肌を美しく健康に保つ最善の方法は紫外線対策です。皮膚科クリニックの看護師さんをお迎えし、敏感肌の方や妊婦さんにも愛用されるオーガニックオイルを使ったフランスの紫外線ケアについてお話します。紫外線から肌を守り、肌を輝かせるケアを学びましょう。

開講日 4/27(土)14:00~14:50 金額 会員 4,920円 一般 5,470円

#### ママ & ベビー オーガニックケア



産婦人科院長をお迎えし、オーガニックオイルを使った妊婦さんや赤ちゃんケアについてお話します。産科最先端の現場から英国助産師の経験も取り入れたトリートメントケアをご紹介します。植物オイルの不思議な力を使った産前産後のスキンケア法を学びましょう。

開講日 5/25(土)14:00~14:50 金額 会員 4,920円 一般 5,470円

#### 虫除けになるオーデオロンをつくる



美しい香りの香水が天然の虫除けにもなる!そんな夢のような働きをするのはインド原産のニームオイル。なんとコウモリやアブ、スズメバチも嫌うオーガニックニームオイルをフランスから取り寄せ、それに素晴らしいアロマの香りをつけるワークショップです。

開講日 6/22(土)14:00~14:50 金額 会員 4,920円 一般 5,470円

## やってみなかったを、やってみよう

茶道・裏千家  
**京のはんなりお茶講座**

服部 宗雅  
 裏千家準教授



和の文化に触れ、はんなりしたひとときをお過ごしいただきます。季節の移ろいや風情、そして美しい所作をお伝えできればと思っております。初心者の方もどうぞお越しください。※お稽古に必要なお道具をお持ちでない方は、ご参加時に講師へご相談ください。

開講日 第2・4土曜日 ①11:00~13:00 ②14:00~16:00  
 (4/13・4/27・5/11・5/25・6/8・6/22)  
 金額 3ヵ月全6回 33,792円  
 ※教材費は、水屋料を含んでおります。

**プレ体験** 【和の文化を学び美しい所作を学びましょう】  
 和の文化に触れはんなりとしたひと時を過ごしましょう。  
 開講日 4/13(土)①11:00~13:00 /②14:00~16:00  
 金額 5,632円(1回分)

「香」への誘い  
**はじめての香あそび**

伊藤 香夜子・田中 廣子  
 御家流香道桂雪会



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、香りの中で取り込んで心を遊ばせる時間です。

開講日 第2火曜日 10:30~12:30  
 (4/9・5/14・6/11)  
 金額 3ヵ月全3回 16,236円

**プレ体験** 【香の世界に触れてみましょう】  
 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。初めての方でもご参加いただけます。  
 開講日 4/9(火)10:30~12:30  
 金額 5,412円

英語を母国語とする人と初めての会話  
**入門英会話**

サイモン ダン  
 語学教師



【レベル:入門】リスニングとスピーキングに焦点をあてて会話力をのべします。基本的な挨拶や自己紹介、相手に簡単な質問をするなどを学び、日常のやり取りをシンプルに表現できるレベルを目指します。  
 ※使用する教材(テキスト)はコースが始まってから決定します。

開講日 第1・3月曜日 10:30~12:00  
 (4/1・4/15・5/20・6/3・6/17)  
 金額 3ヵ月全5回 17,160円

**プレ体験** 【日常のやり取りをシンプルに表現しよう】  
 ビギナークラスでは、教科書のサンプルを使ってパケーションについて話します。  
 開講日 4/1(月)10:30~12:00  
 金額 3,498円

英語を母国語とする人と初めての会話  
**中級英会話**

サイモン ダン  
 語学教師



【レベル:中級】リスニングとスピーキングに加え、リーディングにも焦点をあてて会話力をのべします。ニュースや文化などについて説明したり話し合ったりできるレベルを目指します。  
 ※使用する教材(テキスト)はコースが始まってから決定します。

開講日 毎週月曜日 15:00~16:30  
 (4/1・4/15・4/22・5/13・5/20・5/27・6/3・6/10・6/17・6/24)  
 金額 3ヵ月全10回 34,320円

**プレ体験** 【リーディングにも焦点をあてて会話力をのべします】  
 中級クラスでは、新聞記事を使ってディスカッションをします。  
 開講日 4/1(月)15:00~16:30  
 金額 3,498円

無限の美を組む  
**組紐サロン**

貫井 佳菜子  
 有職組紐 道明



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。今回は、中山氏デザインキットの中から初心者向けのトレイを3回にわたって制作します。

開講日 ①第1・3金曜日 10:30~12:30  
 (4/5・4/19・5/17・5/31・6/7・6/21・7/5・7/19・8/2・8/16・8/30)  
 ②第2・4金曜日 10:30~12:30  
 (4/12・4/26・5/10・5/24・6/14・6/28・7/12・7/26・8/9・8/23・9/13・9/27)  
 ③第2金曜日 13:30~15:30  
 (4/12・5/10・6/14・7/12・8/9・9/13)  
 ④第1金曜日 13:30~15:30  
 (4/15・5/31・6/17・7/15・8/2・9/6)  
 ※クラスによって第5週の開催があります。

金額 6ヵ月全12回 ①② 47,784円 ③④ 23,892円  
 (共に教材費別途)

会話を楽しもう  
**はじめてのフランス語**

コントセーヌ ローラン  
 フランス語講師



【レベル:入門】フランス語の文法・語彙・会話の仕方・発音・リズムを、色々なシチュエーションを通してバランスよく楽しく練習して身につけていきます。短くて面白い聞き取りの練習も行います。フランス文化についても皆さんと一緒にディスカッションしましょう。さあ、楽しくフランス語と一緒に始めてみませんか?

開講日 毎週土曜日 10:15~11:30  
 (4/13・4/20・4/27・5/11・5/18・5/25・6/1・6/8・6/15・6/22)  
 金額 3ヵ月全10回 31,020円

**プレ体験** 【日常使えるフランス語で会話を楽しもう】  
 文法、会話を学んで楽しく会話をしてみましょう。旅行に行った気分を楽しみましょう。  
 開講日 4/6(土)10:15~11:30  
 金額 3,102円

小さなサクラのジュエリートレイをつくりませんか?  
**はじめてのブティ**

中山久美子 ジュエリートレイ 監修  
 小室 康子  
 ブティ講師



ブティは南フランスのプロヴァンス地方に伝わる伝統手芸。2枚の布を重ねて縫いつけた図柄に綿糸を詰めることで陰影が生まれ、鮮明、繊細な仕上がりになります。今回は、中山氏デザインキットの中から初心者向けのトレイを3回にわたって制作します。

開講日 第2土曜日 10:30~12:30  
 (4/13・5/11・6/8)  
 金額 3ヵ月全3回 14,256円

**プレ体験** 【小さなサクラのジュエリートレイ】  
 鮮明で繊細なブティの作品を制作します。※仕上げはご自宅での作業になります。  
 開講日 4/13(土) 5/11(土)  
 各日10:30~12:30  
 金額 10,604円(1回分)

基礎から積み重ねる  
**はじめてのドイツ語**

Ludwig Bahrke(ルートウィッヒ・パールケ)  
 ドイツ語講師



【レベル:入門】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。

開講日 毎週金曜日 11:15~12:45  
 (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11回 30,129円

**プレ体験** 【旅行に役立つドイツ語を学ぼう】  
 会話の基本から学んでみましょう。最初に日常会話からチャレンジしてみましょう  
 開講日 4/5(金)11:15~12:45  
 金額 2,739円

美しくなやかに  
**美ボディピラティス & エクササイズ**

高山 勝子  
 ピラティスインストラクター / フルヤマアカデミーインストラクター



ご好評につき増設!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。初心者の方も大歓迎です。

開講日 第1・3木曜日 19:00~20:15  
 (4/4・4/18・5/2・5/16・6/6・6/20)  
 金額 3ヵ月全6回 17,292円  
 【トライアル】随時 参加費3,212円(1回分)

開講日 第2・4日曜日 13:30~14:45 (5/12・5/26・6/9・6/23)  
 金額 2ヵ月全4回 11,528円  
 会場 玉川高島屋S・C東館3Fスタジオ  
 【トライアル】随時 参加費3,212円(1回分)

基本ルールを学ぶはじめての方向けの講座  
**ミセスのための  
 はじめての麻雀講座入門**

岡野 マヤ  
 日本麻雀道連盟吉祥寺支部長師範 土居 美智子 監修



はじめて麻雀をされる方を対象としたクラスです。基本的なルールを中心にゲームの仕組み・あがり役・点数計算などを学びます。役と点数計算を学びながら、中級クラスへのステップアップを目指したい方が対象です。

開講日 第1・3木曜日 10:30~12:30  
 (5/16・6/6・6/20)  
 金額 3ヵ月全3回 8,646円

**プレ体験** 【麻雀の基本ルールとは】  
 はじめて麻雀をされる方を対象に基本ルールを学びます。  
 開講日 4/18(木)10:30~12:30 金額 2,882円

線ではなく、面で捉える空間を描く  
**右近としこの透明水彩画教室  
 月曜日 B クラス**

右近 としこ  
 透明水彩画家(洋画) / 日本美術家連盟会員 / AWS 正会員



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し、自然にできるにじみやぼかしを生かして水彩画らしい表現が可能になります。 ※ご好評につき、第2月曜日の午後にもクラスを増設いたしました。

開講日 第2月曜日 14:00~17:00  
 (4/8・5/13・6/10・7/8・9/9)  
 金額 6ヵ月全5回 27,060円



CIRCLE LISTS

本格的なインテリア イタリア大理石モザイク工房 榎崎 美保子 Studio Mosaico 主宰

パリのセンスとともに 気軽にフランス額装 B アトリエYO 主宰 小笠原 よしえ 監修 吉川 澄江 アトリエYO 講師

薫るリボンワークを楽しむ フレンチリボンクラフト 安藤 れい子 Ribbons & Roses 主宰 / リボンクラフト作家 / リボンクラフト協会主宰

繊細な写仏を描く はじめての仏画 盧 万喜 画家

Handicraft section table with columns for category, item name, and details.

Art section table with columns for category, item name, and details.

Japanese Culture section table with columns for category, item name, and details.

Calligraphy section table with columns for category, item name, and details.

Music section table with columns for category, item name, and details.

Literature & Education section table with columns for category, item name, and details.

Language section table with columns for category, item name, and details.

Health & Fitness section table with columns for category, item name, and details.

Dance & Music section table with columns for category, item name, and details.

Flower & Garden section table with columns for category, item name, and details.

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

手づくりの小さな織り機を使って

### はじめてのリボン織り

藤原 真子

nysta o gnola 糸花生活研究所主宰



このリボン織りは、世界各地の伝統織物技法から着想を得て、暮らしに寄り添う繊細な絵柄のリボンを織り出す糸花生活研究所オリジナルの織物技法です。小さな織り機を使って、麻糸と刺繍糸で花模様などの短いリボンを織っていきましょう。

開講日 第1木曜日 10:30~12:30 (4/4・5/2・6/6)

金額 3カ月全3回  
織り機貸出 17,996円  
織り機購入 47,696円  
(どちらも初回教材費含む)

光あふれる色彩を描く

### 青木美和の光を捉える透明水彩

青木 美和

水彩画家 / 日本透明水彩会会員 / 日本出版美術家連盟理事



毎回講師のデモンストレーションがあり、授業内容は風景と静物を交互に描きます。風景は講師撮影の写真を使用し、静物は季節の花や野菜・果物・雑貨を題材とします。レベルに合わせて、楽しく制作していただく講座です。

開講日 第2日曜日 13:30~17:00 (4/14・5/12・6/9・7/14・8/11・9/8)

金額 6カ月全6回 29,568円  
【トライアル】随時参加費5,258円(1回分)

声の魅力と可能性を広げる

### はじめての楽しい朗読講座

金田 瑠奈

朗読家(～音楽語り人～) / 朗読舎 瑠璃の語り主宰



経験を問わずどなたでもご参加いただけます。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、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りましょう。

開講日 第2・5火曜日 13:30~15:30 (4/9・4/30・6/11)

金額 3カ月全3回 9,075円  
【トライアル】随時参加費3,355円(1回分)

リラックスする時間のための

### 月のサイクルヨガ

三輪 かのん

インド政府公認シヴァナンダヨガ正式指導員



数度インドへ渡航し、さまざまな師から教えを受けた講師が指導します。生活する上での知恵として、インド占星術を取り入れたヨガを学びませんか。12の月星座のサイクルに適したポーズを指導します。

開講日 第1・3月曜日 10:30~11:30 (5/20・6/3・6/17)

金額 2カ月全3回 7,491円

会場 玉川高島屋S・C 東館3F スタジオ

【トライアル】随時参加費2,827円(1回分)

宝塚ファンのための

### 歌劇団レビューを踊ろう! 夜組

はやせ 翔馬

ダンサー / コレオグラファー



持続して振付を覚える必要のない、1講座完結レッスンです。講師オリジナルの振付で楽しくレビューダンスを踊りましょう。初心者の方大歓迎です。

開講日 第1水曜日 19:15~20:30 (4/3・5/1・6/5)

金額 3カ月全3回 8,382円  
【トライアル】随時参加費3,124円(1回分)

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!

## アップ・ゴルフスクール

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。

講師

堀田大介プロ

火・木・日曜日担当

横田信敬プロ

水・金・土曜日担当

金額 入会金 5,500円

(最終受講月の末日より2年間有効)

受講料

レギュラークラス 火～金曜日 47,850円

(3カ月全12回)

レギュラークラス 土・日曜日 49,500円

(3カ月全12回)

●月曜日は休校日となります。

●右記時間帯より、ご都合のよいクラスをお選びください。

●開始日は、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。

タイムスケジュール

レギュラークラス (1期3カ月間:レッスン全12回)		
	火曜日～金曜日	土曜日・日曜日
Aクラス	—	9:15～10:45
Bクラス	10:30～12:00	11:00～12:30
Cクラス	13:00～14:30	13:00～14:30
Dクラス	14:45～16:15	14:45～16:15
Eクラス	—	16:30～18:00
Fクラス	18:45～20:05	—

レッスン会場 井山ゴルフ練習場 2階打席  
東京都世田谷区大蔵 6-7-21

距離 134ヤード  
無料駐車場完備

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

茶室を東館4階に新設しました。

装いを新たに4階に茶室が新設されます。時代を超えた価値を体感できる非日常の空間で、和の感性が深まるひとときを。

インドアゴルフがオープンします。

米国製ゴルフシミュレーター「FULLSWING」を導入したインドアゴルフ場が玉川高島屋S・C東館3階に5月初旬にオープン予定です。

サウススタジオが東館3階に移転します。

STUDIO by Community Club TAMAGAWAとして新たにオープンします。この機会に心身の美しさと健康を維持のため身体を動かしてみませんか? 5月初旬にオープン予定です。

## CAMPAIGN WEB入会キャンペーン

入会金のご優待のご案内

ホームページからのお申し込みの方は、**入会金無料**とさせていただきます。

期間: 2024年2月25日(日)~4月30日(火)

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、入会金が無料になります。  
※ホームページ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、ご来館受付、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)

入会金特典	会員種別	支払方法		入会金
		WEB	来館	
	タカシマヤカード《ゴールド》	○	○	無料
	タカシマヤカード/タカシマヤセゾンカード	○	○	半額
	S・Cカード		○	半額
	タカシマヤ友の会/玉川高島屋キッズクラブ		○	半額

※タカシマヤポイントカードは対象外です。※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。

お申し込み・お問い合わせ

受付時間 月曜～土曜 10:00-20:00 ホームページは、24時間お申し込み受付可能  
日曜・祝日 10:00-17:00

検索欄に「コミュニティクラブたまがわ」で検索

TEL: 03-3708-6125 FAX: 03-3700-4338

※営業時間に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



[管理・運営]東神開発株式会社

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

駐車場のご案内

受講日は、玉川高島屋S・Cの駐車が3時間無料でご利用いただけます。

駐車場のご利用時間

9:30～22:30 入庫は22:00まで  
※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。  
※玉川高島屋S・Cの営業時間の変更により変わる場合がございます。詳しくは玉川高島屋S・Cオフィシャルサイトにてご確認ください。

サークルの紹介や様子、イベント情報を発信中!

Instagram



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。



ご入会はこちらから



## 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、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。

# 玉川高島屋S・C