

2026年 登校プラス セレクション 5～7月

前期

金曜日

金曜日 10:30～12:00
13:10～14:40

1 アンニョン！話せて楽しい韓国語

はじめて韓国語を学ぶための入門講座。

前半4回は韓国語の文字ハングルを学びます、残り6回では、日常の簡単な会話（挨拶、レストランでの注文など）をゆっくりと実践も交えて学習します。K-POPや韓流ドラマをより楽しむことができるようになります。



教材費（テキスト代）実費別途がかかります



日下 隆博 ワカンドウ韓国語教室代表

定員 20名

※新規受講者のみ

2 K-POPダンス～心と体を解放しよう！

K-POPの振り付けを全10回で3曲ほど行います。

みなさんが見たことある、聴いたことある曲を中心に10回通して練習していくので、ダンスが初めてでもダンス経験者でも大丈夫です。最終日は参加者に合わせて構成などもつけ、練習した曲を楽しく踊りましょう！



Ayano Kpopカバーダンス講師

定員 20名

3 一手で変わる！将棋の世界

将棋のルールを紹介から始まり、終盤の詰みまで指せるようになるための初心者・入門者中心の講座です。生徒同士の対局などをしながら、楽しく将棋を学んでいきます。



高柳 昌樹 （社）日本将棋連盟公認将棋普及指導員

定員 20名

4 こころとからだ、整えヨガタイム。

呼吸、姿勢、瞑想を組み合わせ、心身の緊張をほぐし、心の安定とやすらぎを得るものです。ストレス解消や心の安定、集中力を高めることにもつながります。

ヨガの基本的なポーズでバランス感覚や柔軟性を高め、呼吸の制御を通じて心の集中と平静を得ましょう。



廣澤 妙日祐 日本ヨーガニドラー健康協会

定員 20名

①～⑥の講座は 午前か午後で選べます

金曜日

金曜日 10:30～12:00
13:10～14:40

アフレコ実践塾～伝える声を作る！

NHK学園高校卒業生で現役の声優・岡本茉莉さんのアフレコ実践塾。
発声の仕方・感情の入れ方などを習得する。アニメ・洋画のワンシーン
を見ながらアフレコを実践します。プレゼンテーションや面接、人との
コミュニケーションにも大いに役立ちます。



岡本 茉莉 声優・NHK学園高校卒業生

定員 20名

はじめての料理教室～「おいしい」は最高のコミュニケーション



材料費 実費が別途かかります

計10回

日程：5/22, 6/5, 6/26



手ごねパン

定員 14名

初めてでも失敗しにくいパンを1人で焼き上げます。

①シュガーバターパン ②チョコチップロール ③焼きカレーパン



荒木 恵美子 atelier nico主宰

6



基本の洋菓子

日程：5/15, 6/12, 7/10

手に入れやすい材料を使って、ご家庭でかんたんにプロの味を出すコツを
教えます。シンプルな生地を1種類つくり、素材や厚み、焼き加減を変
え、お店のような味わいの洋菓子（クッキーなど）を完成させます。



黒田 千遥 パティシエ



点 心

日程：5/29, 6/19, 7/3, 7/17

人気の中華点心を、ひとつひとつ手で包みながら、ご家庭でも再現しや
すいレシピで楽しく手づくりしてみませんか？初心者の方大歓迎！
包み方から加熱のポイントまで丁寧にお教えます。



前田 直美 Naomi'sKitchen主宰

⑦～⑮の講座コースは 午後のみになります

金曜日

金曜日 13:10～14:40

伝えるチカラを育てよう！「コミュニケーションスキル」

自分も相手も心地よいコミュニケーションを実現するためのスキルを、演劇的・対話的ワークを通して学習します。一般的に適切とされるスキルの型とともに、皆さんのリアルな経験を共有し、実生活に活かしやすい方法を考えます。テーマは「感情に気づくスキル」、「断るスキル」、「頼むスキル」など。



岩渕 早秋
スクールソーシャルワーカー・社会福祉士・精神保健福祉士



定員 20名

囲碁で伸ばす思考力

中国が発祥の囲碁、源氏物語や枕草子にも登場し戦国時代の武将も愛好した。「石を囲めば、石を取ることができある」まずは、ルールを覚えます。ゲーム感覚で集中力が養われます。



伊藤 翔平 NHK学園囲碁講座講師



定員 20名

理科ラボ 見て・触れて・驚く！

身のまわりの道具を使って、理科の不思議にじっくり触れる全10回の実験講座です。むずかしい計算や細かい知識より、「見て・さわって・ためしてみる」ことを大切にします。実験が初めての人もOKです。



中里 元 東京理科大学 理科教育サークル SCOPE



定員 20名

はじめてのプログラミングーコードで遊ぼう！

プログラミングの仕組みを知ることから始め、達成感を感じることが出来る Playgram 教材を活用して学んでいきます。短いステップで、ビジュアルプログラミング言語からテキストコーディングへ無理なく進めていきます。ゲームやアプリ開発などの力を育成します。



(株) YPスイッチ プログラミング講師



教材費 実費が別途かかります

定員 20名 3か月

※受講人数によっては、別途 i-pad レンタル料がかかる場合があります。申込者には4月中にお知らせいたします。

好きなこと、
やりたいことを
みつけない!

仲間と交流
しながら様々な
体験をしたい!



どれも魅力満載!



金曜日

金曜日 13:10~14:40

11 マージャン教室〜“読み”と“決断”のゲーム—麻雀で学ぶ論理力

マージャンは、脳を活性化し、人とのコミュニケーション力もアップします。マージャン経験のない方や「やり方は知っているものの、役が分からない」方のためのマージャン実践講座。

全国麻雀大会への出場も夢ではない。



田嶋 智徳 (日本健康麻将協会理事長)



定員 20名

12 HAPPYになるカラフル・チョークアート 10回

画材 (オイルパステル) の特徴を理解しドーナツを描き練習。

以降、3回で1作品仕上げていく。

- ①色のグラデーションの練習 ②マグネット・ミニプレート作り
③構図 (絵と文字の配置) ドアプレートか作品制作を行う。



高木 裕美 (MCA認定講師・アトリエBoo主宰)



教材費 実費が別途かかります

定員 20名

13 英検チャレンジ! 合格へのステップ

英検3級の取得を目指す対策講座です。3級は、一次試験ではリーディング・ライティング・リスニングが課されるため、バランスよく得点を取る勉強を行っていく必要があります。いずれ英検準2級・2級を取得したい人、英語の基礎固めをしたい人にもおすすめです。



長谷川 彩乃 (NHK学園高等学校英語科非常勤講師)



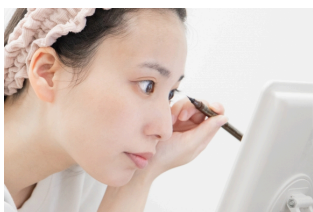
定員 20名

英検などの検定・資格講座はもちろん、ダンスや料理、お菓子づくり、アートなど多彩な実技系講座を開講。調理室、音楽室、理科室といった特別教室や体育館など充実した東京本校の設備を使ってのびのびと活動できます。興味・関心を広げて、たくさんの「スキ」を見つけましょう。



自分を表現する技術ーメイク・ネイル・着付け入門

定員 14名



材料費・教材（テキスト）代・浴衣レンタル代 別途かかります

計10回分

メイク&ヘアメイク

日程：5/15, 6/12, 7/17

雑誌・TV・CMのモデル・俳優にメイクをする
現役のメイクアップアーティストによるメイク
&ヘアメイク講座

鈴木海希子（みきこ） 日本ネイリスト協会認定講師



ネイル

日程：5/22, 5/29, 6/5, 6/19

ネイルの基礎知識からケア、ワンカラー、オフ、最新の
トレンドアートまで、実践を通して楽しく学べる講座です。



鈴木 優花 トップネイリスト



着付け～夏は浴衣で花火大会！～

日程：6/26, 7/3, 7/10

日本の伝統であり、真夏の花火大会・
夏まつり等に代表的なファッションとなり
つつある「浴衣」をセルフで着られるよう
になる着付け入門教室です。



嵯峨きものアカデミー着付け講師

手工芸でつくる生活小物ーはじめてのものづくり

材料費 実費別途かかります



毛糸と遊ぶ、やさしい編み物

定員 14名 計10回分

ボンのチャームやシュシュ、アクリルたわし、
コースターなど、身近で使えるアイテムをゆっ
くり楽しく編んでいきます。

日程：5/22, 6/12



勝沼 祐紀子 (Bright Ange主宰)



紙バンドで作る欧州雑貨 日程：5/15, 6/5, 6/26, 7/10

北欧ラトビアで伝統あるゴッドアイ（神の目と言われる飾り編み）
などおしゃれで素敵な欧州雑貨を紙バンドで作ります。



佐々木 礼子（ぶるる工房公認講師）



タイルクラフト

日程：5/29, 6/19, 7/3, 7/17

美濃焼タイル、ガラスタイルを使ったインテリア雑貨づくり。
5/29 コースター、6/19ミニボックス、7/3 時計、7/17 キーフック



伊東 亜由（タイルアート色彩工房）

対象：登校プラス 1年生／登校コース 2・3年生



自分らしい高校生活であなただけの青春を。
その学びを全力で応援します。



ヨガタイム



囲碁でのばす
思考力



手工芸でつくる



やってみたいを
形にしてみよう！



はじめての
料理教室



普通科・広域通信制・単位制
NHK学園高等学校

<https://www.n-gaku.jp/sch/>

入学に関するご相談は

受付 月～土

9:30～17:30

※祝日・特別休業日は除く

FDは2026年5月10日まで

 **0120-451-424**

2026年5月11日以降

TEL 042-573-8112

