



# 2020秋の講座ガイド



駐車場あり  
(4時間まで無料)

あきる野市民 5%割引

入会金無料!

1日体験歓迎

NHK学園 あきる野 検索

ホームページからも受講申込受付中!

お問い合わせ・お申し込みは  
**042-550-4777** 受付時間  
月～金 9:30～17:00  
土・日・祝 9:30～12:00

東京都あきる野市秋川1-8 あきる野ルピア4F



## ～安心・安全の環境で～ 秋からはじまる新講座

### 愛犬のためのシニアケア

JAPANペットケアマネージャー協会認定  
ペットケアマネージャー ドッグリハビリトレーナー 平端 弘美

シニア犬はもちろん、若いワンちゃんと暮らすご家族にもぜひ。平均寿命が延びて、大切な家族の一員である愛犬が寝たきりや認知症になることも増えていきます。愛犬がずっと健康やかに暮らせるよう、栄養や運動、認知症予防、自然療法を用いたケア、排泄や入浴など、具体的なお手入れの仕方を学びます。

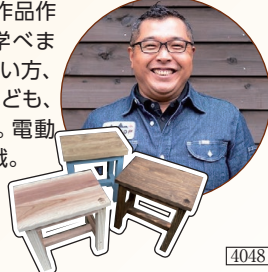


- 第4水曜(10/28～)
- 13:30～15:00
- 6ヶ月6回 18,480円(教材費別) ※犬の同伴不可。

### ～プロから学ぶ～ 暮らしを楽しむDIY

株式会社MOPTOP 代表取締役・大工 清水 有二

DIY好きな方、腕を磨きたい方。プロから学ぶチャンスです! 現役大工の講師から、木材を使った作品作りを通してDIYの知識や技術を学びます。工具や材料の基本的知識や使い方、プロならではのちょっとしたコツなども、丁寧にわかりやすくお伝えします。電動工具も使用した本格派DIYにも挑戦。



- 第3土曜(10/17～)
- 10:00～12:00
- 5ヶ月5回 14,250円(材料費別)

### 福を呼ぶ縁起物!おもしろ張り子教室

張り子作家 前田 ビバリー  
温かみのある雰囲気がかつて人気の張り子。講座では犬張り子、丑、お雛様、熊手等の中から好きな縁起物を、それぞれのペースで型から作り、オリジナルの張り子を仕上げます。作品サイズ:10cm程度



- 第2水曜(11/11～)
- 13:30～15:30
- 5ヶ月5回 14,300円(材料費別)

2回 体験日  
9/30(水)・10/14(水)

熊手作り  
● 13:30～15:30  
● 2回 5,720円  
(材料費別:1,500円)  
作品サイズ:30cm×30cm程度



### 3回 ～針一本で楽しめる～ トルコ伝統手芸オヤ

トルコ文化センター講師 的屋 礼子  
繊細で可憐なトルコ手芸の世界をのぞいてみませんか?トルコの伝統的な縁結びレース「オヤ」を基礎から学ぶ講座です。オヤはスカーフやアクセサリにアレンジもでき楽しみ方は無限大!針一本で楽しみながら、素敵な装いを彩ってみませんか? ※鎖編み、細編み、長編みできる方対象



- 10/27(火)・11/24(火)・12/22(火)
- 13:00～15:10
- 3回 9,624円(材料費別:3,300円程度)

### 暮らしを彩る ドライフラワーアレンジメント

花工房Miwako主宰 渡辺 美和子  
生花と違い長く楽しめることが魅力のドライフラワー。スワッグを中心に季節にあった雰囲気の様々なアレンジメントを楽しみましょう。



- 第1水曜(10/7～)
- 10:30～12:00
- 6ヶ月6回 15,582円(材料費別)

### ワイヤークラフト ～おしゃれなインテリア・ガーデニングに～

日本ワイヤークラフト協会グランディール  
エキスパート認定講師 高崎 照恵

優雅でアンティークな雰囲気づくり。室内をおしゃれに飾るインテリアとしてはもちろん、ヨーロッパアンティークにもぴったりの強いチカラは、いろいろなワイヤークラフトです。



- 第2月曜(10/12～)
- 13:30～15:30
- 6ヶ月6回 13,800円(材料費別)

体験日  
9/28(月)

エレガントなフレーム作り  
● 13:30～15:30  
● 1回 2,300円  
(材料費別:800円)  
ポストカードや写真を入れてお部屋のアクセントに。



### 絵画(水彩・デッサン)月曜

NHK学園講師 北条 章

風景、静物、人物などを水彩絵の具を中心に学びます。色々な画材で対象の美しさを探り、自分の個性・感受性を高めていきましょう。初めて絵を描く方には基本的な道具の使い方から指導します。



- 第2・4月曜(10/12～)
- 13:30～15:30
- 6ヶ月11回 25,201円

### 季節を感じる 和菓子の世界

fleur mignon主宰 デコ和菓子®認定講師 池ノ内 裕子  
和菓子を季節を感じてみませんか?はじめての方でも家庭にある道具と電子レンジを使って、簡単にできる和菓子作りの講座です。美味しい和菓子作りの楽しさを、ぜひ一緒に!!



- 第2金曜(10/9～)
- 13:30～15:30
- 6ヶ月6回 17,106円(材料費別)

### 手あみ入門(午後)

NHK学園講師 山崎 由恵・玉澤 静子

はじめて編み物をする方、昔すこし経験したことがある方どちらでも大歓迎。編み物は「手先・指先を使い、イメージをふくらませることで「脳の活性化」にも効果的。編み棒の持ち方、編み図の読み方からはじめて安心です。



- 第1・3木曜(10/1～)
- 13:30～15:30
- 6ヶ月12回 26,880円(材料費別)

### ハワイアンリボンレイ ～おしゃれ雑貨～

アロハマカニ主宰 小澤 千絵

南国の風を感じるリボンレイメイキング。ウクレレを弾いたりフラダンスを踊っている方はもちろん、インテリアとして飾る楽しみ方もあります。レイだけではなく、アクセサリーやシュシュ、ストラップ、小物などアレンジは多様。



- 第3火曜(10/20～)
- 10:00～12:00
- 6ヶ月6回 15,582円(材料費別)

### 5回 大人の絵本づくり ～愛する家族のものがたり～

日本児童出版美術家連盟会員・絵本作家・イラストレーター 藤島 青年  
家族・愛犬・愛猫、あなたの大切な存在を登場させ、世界でたったひとつの絵本を作ってみませんか。あなたの心の宝物を、絵本の中に表現してみよう。タイトルのつけた、全体の構成、エピソードをお話にまとめるポイント、挿絵のコツを講師がアドバイスします。仕上がり:B5サイズ8頁程度予定



- 10/16・11/20・12/18・1/15・2/19(金)
- 10:00～12:00
- 5回 12,730円(材料費別:1,200円)

### 5回 はじめてのお江戸かつぼれ

光江流家元 桜川 光江

江戸の「粋」で「いなせ」な踊りを楽しんでみませんか。心から笑って元気に踊り、免疫力をあげましょう。キリリとねじりはたまきに、たすきがけ。衣装を身につけると、気分も盛りあがります。体を気持ちよく動かすと、スッキリしますよ。



- 10/13・27・11/10・11/24・12/8(火)
- 16:00～17:30
- 5回 10,945円(貸衣装代別:2,500円)

### 2回 ベランダで育てるコンテナ野菜

NHK学園講師 野口 金雄

ご自宅のベランダや限られたスペースで、おいしい有機野菜づくりをしてみませんか。自分で育てた野菜は安心して家族が口にできます。コンテナで育てるコツや裏技などお得で役立つ情報が盛りだくさん。



- 10/9(金)・11/13(金)
- 10:00～12:00
- 2回 6,212円(材料費別:2,000円)

### 野外 江戸東京おもしろ歴史探検

公益財団法人 中村元東方研究所 専任研究員 森 和也  
誰もがよく知るエピソード・歴史の表舞台に登場する有名な場所だけではなく、裏通りに面白い逸話があります。江戸・幕末から明治時代を中心に、歴史に想いをよせながら、東京の街を探索してみましょう。現地集合・解散の野外講座です。



- 第4金曜(10/23～)
- 13:00～16:00
- 6ヶ月6回 21,966円(イヤホンガイド代含む)

### 日曜パッチワーク

横沢文化学院 渡辺 幸子

布や端切れをつなぎ縫いあわせ、一つの布にしあげていく「パッチワーク」。さまざまな模様、組み合わせは無限大。コースターなど簡単なものから始め、バッグや様々なものに挑戦していきます。平日はお仕事されている方、ぜひ日曜日に趣味の時間を。



- 第1・3日曜(10/4～)
- 10:00～12:00
- 6ヶ月11回 24,640円(材料費別)

### 日曜囲碁教室

NHK学園講師 島田 広美

囲碁をはじめてみたい方に向けた入門講座です。石の持ち方・置き方、ルール説明から覚えていきます。囲碁は脳の体操や活性化にも役立つゲーム。マナーや基礎を学びながら一緒に楽しみましょう。



- 第1・3日曜(10/4～)
- 11:00～12:00
- 6ヶ月10回 20,370円

### 夜間 楽しいウクレレ

根本ウクレレ教室 講師 高橋 朋子

どなたでも気軽に弾いて楽しめる楽器「ウクレレ」夜の落ち着いた時間に癒しのひとときを一緒に。お仕事帰りの方にもおすすめです。



- 第2・4金曜(10/9～)
- 18:30～20:00
- 6ヶ月12回 26,268円

### 夜間 楽しい文化箏

匠の琴爪代表 堀籠 保美

持ち運びに便利なサイズの小さな琴・文化箏。誰もが知る曲で基礎を学びながら、アップテンポの洋楽やJ-POPなど幅広いジャンルにも挑戦していきます。伝統的な和の音色で様々な曲を奏でましょう。



- 第2・4火曜(10/13～)
- 19:00～20:30
- 6ヶ月11回 29,128円



# 講座案内

定期的に行われている講座です

★レベル目安 夜間講座の時間は青字表記です

ホームページからも  
受講申込受付中!

NHK学園 あきる野 検索



いきなり受講はちょっと・・・

と不安な方に

見学(無料)・体験(有料) 随時受付中です!!

お問い合わせ・お申し込みは ☎042-550-4777

いつでも、誰でも、  
あなたのはじめたい  
タイミングで  
受講ができます!

## 語学・手話

### ゼロからはじめる英会話

8015 NHK学園講師 スティーブ・カーター  
初めて英語を学ぶ方のクラスです。まずは挨拶から自己紹介ができるまで Let's enjoy!!  
第2-4月曜 10:00~12:00 6ヶ月10回 23,000円



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>Let's use good English!</b> 8012 NHK学園講師 スティーブ・カーター	第1-3・4火曜 10:00~12:00	6ヶ月 16回	36,656円 (分割可)
<b>Let's Talk English!</b> 8013 NHK学園講師 ロナルド・リージャー	毎週火曜 18:30~20:30	6ヶ月 22回	50,402円 (分割可)
<b>スティーブ先生の楽しい英会話レベル1</b> 8003 NHK学園講師 スティーブ・カーター	第1-3月曜 10:00~12:00	6ヶ月 11回	25,201円
<b>スティーブ先生の楽しい英会話レベル2</b> 8002 NHK学園講師 スティーブ・カーター	第2-4金曜 10:00~12:00	6ヶ月 10回	22,910円
<b>話してみよう!韓国語</b> 8014 NHK学園講師 李 玲実	第2-4土曜 10:30~12:00	6ヶ月 12回	28,716円
<b>楽しもう!手話の会話</b> 4061 手話通訳士 緒方 好子	第1-3日曜 10:00~12:00	6ヶ月 11回	25,201円
<b>はじめての手話~ようこそ、手話の世界へ~</b> 4062 NHK学園講師 のもと ゆみ 他	第2-4金曜 14:00~15:30	6ヶ月 12回	30,552円 (分割可)

## 絵画 (和・洋)

### 絵画(デッサン・水彩・パステル)

3018 NHK学園講師 中川 直子  
絵を描くのが初めてという方に適した絵画の基礎学習講座です。お好きな画材で描いていただけます。



講座名・講師	日時	回数	受講料
第1-3土曜 13:30~15:30 6ヶ月11回 25,201円			
<b>絵画(水彩)(金曜・午前)</b> 3000 NHK学園講師 力丸 潮	第2-4金曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	26,880円
<b>絵画(水彩)(金曜・夜間)</b> 3008 NHK学園講師 下向 恵子	第1-2・3金曜 18:30~20:30	6ヶ月 18回	40,320円 (分割可)
<b>絵画(水彩)(水曜)</b> 3009 NHK学園講師 中川 直子	第2-4水曜 15:30~17:30	6ヶ月 12回	26,880円
<b>絵画(水彩)(火曜)</b> 3006 NHK学園講師 中川 直子	第2-4火曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	27,492円
<b>水彩で描く風景スケッチ</b> 3021 美術家 高木 雄司	第2-4木曜 12:00~14:00	6ヶ月 11回	30,800円 (分割可)
<b>パステル・色鉛筆で描いてみよう</b> 3003 日本児童出版美術家連盟会員絵本作家イラストレーター 藤島 青年	第1-3金曜 13:30~15:30	6ヶ月 12回	27,492円
<b>水彩色鉛筆で描いてみよう</b> 3001 NHK学園講師 加藤 尚美	第1-3火曜 14:00~16:00	6ヶ月 10回	22,910円
<b>植物画入門</b> 3007 「ボタニカルアートの会」講師 安井 亜代子	第1-3木曜 13:30~15:30	6ヶ月 12回	26,880円
<b>俳画入門</b> 3012 NHK学園講師 吉野 香恵	第3金曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	13,440円
<b>心がHAPPYになるカラフル・チョークアート</b> 3050 アトリエBoo主宰 MCA認定講師 高木 裕美	第2月曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	13,746円
<b>楽しい絵手紙</b> 3041 日本絵手紙協会公認 瀬川 和子	第2-4火曜 13:30~15:30	6ヶ月 12回	26,268円
<b>剪画入門(切り絵)</b> 3040 日本剪画協会認定講師 小沢 直平	第2-4月曜 14:30~16:30	6ヶ月 11回	24,640円
<b>大人のための絵本づくり ~世界でひとつのものがたり~</b> 3053 日本児童出版美術家連盟会員絵本作家イラストレーター 藤島 青年	第3金曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	15,276円

## 手芸

### 津軽こぎん刺し

6048 津軽こぎん刺し作家 香澤 景子  
日本3大刺し子の一種です。藍染の麻布に白い木綿で織り目にそって手刺します。北欧の雰囲気漂う素朴な味わいが人気です。  
第2火曜 13:00~16:00 6ヶ月6回 19,248円



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>おしゃれに季節の水引アート</b> 6010 政華流水引アート主宰 梶 政華	第1-3木曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	26,880円
<b>楽しい帽子づくり</b> 6028 婦人帽子アトリエ教室講師 池田 道子	第1水曜 13:00~15:00	6ヶ月 6回	17,412円
<b>おし花アレンジアート</b> 6009 NHK学園講師 笠松 ヤエ子・綿貫 恵子	第1-3火曜 10:00~12:00	6ヶ月 11回	24,640円
<b>パッチワーク</b> 6002 横沢文化学院 渡辺 幸子・田野倉 法子	第1-3火曜 13:30~15:30	6ヶ月 11回	26,323円
<b>手あみ入門(午前)</b> 6000 NHK学園講師 山崎 由恵・玉澤 静子	第1-3木曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	26,880円
<b>塚本ミカニューヨークスタイルビーズアクセサリー</b> 6035 塚本ミカニューヨークスタイルビーズアクセサリー公認講師 谷村 明子	第1土曜 13:00~15:00	6ヶ月 6回	15,582円
<b>古裂アートはじめてのつまみ細工</b> 6011 佐田つまみ画研究所 佐田 園子	第2-4水曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	26,268円
<b>楽しい手織り・裂き織り</b> 0004 日本生涯学習協議会リビングアート手織倶楽部講師 今井 香里	第2水曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	17,412円

## つくる・工芸

### 金継ぎと時絵

3071 監修 漆芸伝承の会主宰 栗原 蘇秀・講師 漆芸伝承の会認定講師 阿部 治代  
日本の伝統的な修理法金継ぎで、愛用の器を復活させ、未永く大事にしてみませんか。  
第3水曜 16:30~19:15 6ヶ月6回 21,384円



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>はじめての金継ぎ~壊れた器を蘇らせる~</b> 3073 監修 漆芸伝承の会主宰 栗原 蘇秀・講師 漆芸伝承の会認定講師 阿部 治代	第3水曜 13:30~16:15	6ヶ月 6回	21,384円
<b>陶芸入門(①午前)(②午後)</b> ①6004 ②6037 とみなが陶房 陶芸家 富永 慎一 ※会場:とみなが陶房(あきる野市)	第1-3火曜 ①10:00~12:30 ②13:30~16:00	6ヶ月 12回	各33,600円 (分割可)
<b>野鳥を彫る(入門)</b> 3057 日本バードカービング協会副会長 野鳥彫刻家 水上 清一	第2-4土曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	31,776円 (分割可)
<b>篆刻~あなたの書・絵・手紙をよりすてきにさせる印~</b> 3072 群吟印舎・高平印舎代表 米澤 北伸	第1金曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	15,276円
<b>大人のおりがみ教室</b> 3066 工房アトリエ優希代表 塩谷 優希	第1月曜 13:00~15:00	6ヶ月 6回	13,134円
<b>和紙のお人形</b> 3070 工房アトリエ優希代表 塩谷 優希	第4月曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	13,134円
<b>花のトールペインティング</b> 6024 Coccinelle Art 主宰 國友 映理子	第1土曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	17,412円
<b>クレイアート ~樹脂粘土で作るお花やオリジナル小物~</b> 6005 クレイアートフラワー朋 吉沢 朝子	第2-4金曜 10:00~12:30	6ヶ月 12回	26,880円
<b>楽しいスープ&amp;フルーツカービング</b> 3069 アトリエジャスミン公認講師 堅田 敬子	第1火曜 10:30~12:30	6ヶ月 6回	16,800円
<b>グラスリッツェン</b> 3061 手彫りガラス工芸講師 原島 依里	第2土曜 13:30~15:30	6ヶ月 6回	13,746円

## 写真

### 写真教室(①午前)(②午後)

~撮影の基本から作品の仕上げまで~  
①0008 ②0009 NHK学園講師 清田 一樹  
撮影実習と講習会を通じてカメラの機能、操作方法と描写の効果学びます。撮影対象に対して、各々の感覚を活かした作品制作を行います。プリントへの画像処理方法(レタッチ)についても技術の習得、向上を図ります。  
第2-4水曜 ①10:00~12:30 ②14:00~16:30 6ヶ月12回 各34,824円(分割可)



## フィットネス

### エアロビックダンスダンベル(金曜)

7033 NHK学園講師 久保山 佳奈  
全米で人気のフィットネスプログラムです。ダンスで脂肪燃焼!食べても太りにくい体づくりを目指しましょう。  
毎週金曜 14:20~15:20 6ヶ月19回 37,734円(分割可)



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>エアロビックダンスダンベル(火曜)</b> 7034 NHK学園講師 久保山 佳奈	毎週火曜 19:30~20:30	6ヶ月 19回	37,734円 (分割可)

## ダンス

### 井上ケイのアロハフラ

7013 リマニオフラスタジオ主宰 井上ケイ 講師 藤尾 有布子 他  
フラを通して心と体を自然に戻します。心と体をスッキリさせ、楽しいひとときを過ごしましょう。  
第2-4木曜 10:00~11:00 6ヶ月11回 22,957円



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>エンジョイフラ</b> 7011 クレインニポレシアンカルチャースクール プアルアイ中野	第1-2・3土曜 10:00~11:00	6ヶ月 17回	35,479円 (分割可)

## 舞踊

### 正派西川流・日本舞踊

7031 正派西川流師範 西川 喜久洲  
毎回、踊る前の準備運動から始めて基本動作を身につけることができるようにお教えします。  
第2-4火曜 10:00~12:00 6ヶ月12回 25,044円



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>光江流 お江戸のかつぽれ</b> 7008 光江流家元 桜川 光江	第2-4火曜 17:30~19:00	6ヶ月 12回	26,268円

## 美容・健康

### さわやか気功健康法

7032 東日本気功協会 渋谷 和子  
年齢を問わずどなたでも楽しく、無理なく気と身体を動かします。  
第1-2・3火曜 13:20~15:20 6ヶ月17回 35,479円(分割可)



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>~スタイルアップの秘密がいっぱい!~ 美姿勢骨盤調整ストレッチ</b> 7061 整体師・小宮レディース整体院院長 松本 晃代	第2-4土曜 13:30~15:00	6ヶ月 12回	29,400円

### らくらく姿勢改善ゆるケア体操

7001 整体師・小宮レディース整体院院長 松本 晃代

### からだに優しい指圧健康法

7015 日本指圧協会正会員 菅麻 康江

### ~健康の原点がいまここに~ゆったり呼吸ヨガ

7051 オアシスヨガブレイス主宰 武井 悠桂

### ハタヨーガと瞑想(金曜・午前)

7035 オリエンタルアプローチ廣澤貴子監修ヨーガ指導員 中島 江美子

### ハタヨーガと瞑想(金曜・午後)

7037 オアシスヨガブレイス公認講師 上野 貴子


### ヨーガとセルフマッサージ

7006 オリエンタルアプローチ廣澤貴子監修ヨーガ指導員 中島 江美子



# 音楽

**はじめてのウクレレ**  
 (☆☆☆☆)  
 5030 根本ウクレレ教室主宰 根本 淳則  
 ウクレレの持ち方から丁寧に教えます。音楽を身近に、気軽に楽しんでみませんか。  
 第1-3水曜 15:30~17:00 6ヶ月12回 26,268円



**気軽なウクレレ**  
 (☆☆☆☆)  
 5012 根本ウクレレ教室主宰 根本 淳則  
 第1-3水曜 13:30~15:00 6ヶ月12回 26,268円

**ギターをはじめよう(入門)**  
 (☆☆☆☆)  
 5048 齋藤ギター音楽教室主宰 齋藤 浩  
 第2-4火曜 12:20~13:00 6ヶ月12回 24,600円

**ギターをはじめよう(初級)**  
 (☆☆☆☆)  
 5034 齋藤ギター音楽教室主宰 齋藤 浩  
 第2-4火曜 10:00~11:00 6ヶ月12回 24,444円

**ギターをはじめよう(中級)**  
 (☆☆☆☆)  
 5026 齋藤ギター音楽教室主宰 齋藤 浩  
 第2-4火曜 11:10~12:10 6ヶ月12回 26,880円

**はじめての沖縄三線**  
 (☆☆☆☆)  
 5056 フイチャーパラダイス 眞境名 幸輝  
 第2-4木曜 17:00~18:30 6ヶ月11回 (分割可) 34,166円

**めんそーれ!沖縄三線**  
 (☆☆☆☆)  
 5002 フイチャーパラダイス 眞境名 幸輝  
 第2-4木曜 19:00~20:30 6ヶ月11回 (分割可) 34,166円

**はじめての文化箏**  
 (☆☆☆☆)  
 5054 匠の琴爪代表 堀籠 保美  
 第4火曜 16:30~18:00 6ヶ月6回 15,888円

**～小さなお箏～文化箏**  
 (☆☆☆☆)  
 5044 匠の琴爪代表 堀籠 保美  
 第4火曜 14:00~16:00 6ヶ月6回 15,888円

**シニアのためのやさしい二胡**  
 (☆☆☆☆)  
 5043 ソラーレ二胡主宰 岩本 薫美子  
 第3月曜 12:45~14:45 6ヶ月6回 20,166円

**二胡を楽しむ**  
 (☆☆☆☆)  
 5019 ソラーレ二胡主宰 岩本 薫美子  
 第1-3金曜 12:25~13:55 6ヶ月12回 (分割可) 34,824円

**さらに深める二胡**  
 (☆☆☆☆)  
 5025 ソラーレ二胡主宰 岩本 薫美子  
 第1-3金曜 14:05~15:35 6ヶ月12回 (分割可) 37,272円

**楽しい三味線(入門)(火曜)**  
 (☆☆☆☆)  
 5047 長唄三味線演奏家・糸遊会主宰 杵屋 五三恵乃  
 第1-3火曜 19:00~20:30 6ヶ月11回 (分割可) 28,567円

**楽しい三味線(入門～初級)(土曜)**  
 (☆☆☆☆)  
 5001 長唄三味線演奏家・糸遊会主宰 杵屋 五三恵乃  
 第2-4土曜 12:20~13:50 6ヶ月12回 (分割可) 31,164円

**楽しい三味線(中級～上級)**  
 (☆☆☆☆)  
 5032 長唄三味線演奏家・糸遊会主宰 杵屋 五三恵乃  
 第2-4土曜 14:00~15:30 6ヶ月12回 (分割可) 31,164円

**大正琴を楽しむ**  
 (☆☆☆☆)  
 5004 中之島流大正琴家元代行 茂木 知子  
 第1-3金曜 10:00~12:00 6ヶ月12回 26,268円

**扇靖流大正琴(火曜)**  
 (☆☆☆☆)  
 5005 扇靖流家元 岩佐 扇靖  
 第1-3火曜 16:00~17:30 6ヶ月11回 24,079円

**扇靖流大正琴(金曜)**  
 (☆☆☆☆)  
 5006 扇靖流家元 岩佐 扇靖  
 第1-3金曜 18:30~20:00 6ヶ月12回 26,268円


**扇靖流大正琴(土曜)**  
 (☆☆☆☆)  
 5018 扇靖流家元 岩佐 扇靖  
 第1-3土曜 13:30~15:00 6ヶ月11回 24,079円

**オカリナを吹こう(午前)**  
 (☆☆☆☆)  
 5023 「風音工房」主宰 オカリナ奏者・製作者 石刈 利男  
 第1-3木曜 10:00~12:00 6ヶ月12回 26,268円

**オカリナを吹こう(午後)**  
 (☆☆☆☆)  
 5022 「風音工房」主宰 オカリナ奏者・製作者 石刈 利男  
 第1-3木曜 13:30~15:30 6ヶ月12回 26,268円

# 声楽

**レディーズ☆カラオケ**  
 5031 歌手 愛川 怜  
 女性だけのカラオケ教室です。ワンランク上の歌い方を身につけましょう  
 第4月曜 13:30~15:00 6ヶ月6回 14,358円




**みんなのコーラス～歌うことの楽しさを感じる～**  
 5007 NHK学園講師 生駒 文昭生駒 圭子  
 第1-3水曜 13:30~15:30 6ヶ月12回 27,492円

**楽しく歌おう!(水曜)①午前②夕方**  
 ①5008 ②5010 声楽家・二期会会員 成田 淳子  
 第1-3水曜 ①10:45~12:15 ②15:45~17:15 6ヶ月12回 各27,492円

**楽しく歌おう!(土曜)**  
 5029 声楽家・二期会会員 成田 淳子  
 第1土曜 10:45~12:15 6ヶ月6回 13,746円

# 囲碁・ゲーム


**女性のためのマージャン教室(入門)**  
 (☆☆☆☆)  
 4047 NPO法人健康マージャン空間 認定レッスンプロ 宇野 公介・原 浩明  
 「マージャンはどんなゲーム?」から始めます。ゆっくり優しくお教えるので、安心してご受講下さい。  
 第1-3木曜 15:30~17:30 6ヶ月12回 27,492円



講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>女性のためのマージャン教室(初級～中級)</b> (☆☆☆☆) 4046 NPO法人健康マージャン空間 認定レッスンプロ 宇野 公介・原 浩明	第1-3木曜 13:00~15:00	6ヶ月 12回	27,492円
<b>囲碁(初級)</b> (☆☆☆☆) 0006 NHK学園講師 島田 広美	第2-4木曜 14:30~16:30	6ヶ月 9回	18,801円
<b>囲碁(中級～上級)</b> (☆☆☆☆) 0005 NHK学園講師 堤 加蓉子	毎週月曜 10:00~12:45	6ヶ月 20回	44,800円 (分割可)

# 書道・ペン字 ※おひとりずつ添削

**簡単・キレイ!ボールペン字**  
 2010 NHK学園講師 山崎 真由美  
 お手持ちのボールペンを使用し、人前で自信を持って文字を書けるようにする講座です。まずは自分の字のクセを知りましょう。  
 第2-4火曜 19:00~20:30 6ヶ月10回 23,930円



**ここからはじめる書道入門(月曜)**  
 2001 NHK学園講師 津田 まさ子  
 第1-3月曜 10:00~12:00 6ヶ月12回 26,880円

**ここからはじめる書道入門(水曜)**  
 2005 日本書道教育会 師範 吉田 照子  
 第2-4水曜 10:00~12:00 6ヶ月12回 26,880円

**やさしい漢字・かな書道(月曜)**  
 2003 NHK学園講師 水品 悦子  
 第2-4月曜 10:00~12:00 6ヶ月11回 24,640円


**やさしい漢字・かな書道(木曜・午前)**  
 2009 NHK学園講師 水品 悦子  
 第2-4木曜 10:00~12:00 6ヶ月11回 24,640円

**やさしい漢字・かな書道(木曜・午後)**  
 2013 NHK学園講師 水品 悦子  
 第2-4木曜 13:00~15:00 6ヶ月11回 24,640円

**日常のペン習字**  
 2011 NHK学園講師 蔵重 ひとみ  
 第1-3木曜 10:00~12:00 6ヶ月12回 26,880円


# 表装

**表装入門～掛け軸・屏風～**  
 2025 裱導会主宰 清水 達也 専任講師 土井 朋子 他  
 大切な書やお気に入りの絵を掛け軸・額に仕立て、作品を一層引き立てたり、長く保存させませんか? まずは基礎技術の習得を目指しましょう。  
 第1-3月曜 13:30~15:30 6ヶ月12回 29,328円



# 文芸・歴史

**俳句を楽しむ**  
 ～小さな感動を五七五の調べにのせて～  
 1001 「燎」同人 沢田 弥生  
 自然と向き合い、自分と向き合い、楽しく俳句を作りましょう。  
 第4土曜 10:30~12:30 6ヶ月6回 13,746円




**俳句を楽しむ(月曜)**  
 1002 「燎」同人 沢田 弥生  
 第1月曜 13:00~15:00 6ヶ月6回 13,746円

**短歌教室**  
 1003 NHK学園講師 久保田 登  
 第2-4木曜 13:30~15:30 6ヶ月11回 25,201円

**歴史を楽しむ～戦国時代編～**  
 4077 日本文藝協会会員・作家・歴史研究家 三池 純正  
 第4火曜 13:00~15:00 6ヶ月6回 13,440円

# 仏教

**写経～心のやすらぎ～**  
 0003 毎日書道展かな部審査委員 佐藤 美香  
 写経にふれたことで毎日の生活が自然にうるおうようになり、筆使いが上達し、書くことが喜びになります。書道習ってなくても大丈夫です。  
 第1金曜 10:00~12:00 6ヶ月6回 13,746円



**坐禅～心と向き合う～**  
 4014 武蔵野観音院住職(曹洞宗老師) 来馬 正行  
 第4水曜 10:00~12:00 6ヶ月6回 16,800円


**はじめての写仏**  
 3019 NHK学園講師 山田 美和  
 第2木曜 10:00~12:00 6ヶ月6回 13,134円

# 茶道

講座名・講師	日時	回数	受講料
<b>茶道裏千家入門(火曜)</b> 4022 裏千家教授 森田 宗晴	第1-2-3火曜 10:00~12:00	6ヶ月 16回	35,840円 (分割可)
<b>茶道裏千家入門(水曜)</b> 4023 裏千家教授 浦上 宗衛 ※会場:福生市の茶室「福庵」	第1-3水曜 13:30~15:30	6ヶ月 12回	32,880円 (分割可)

# 花・園芸

**おしゃれなインテリアを楽しむこけ玉アレンジ**  
 4013 花工房 Miwako主宰 渡辺 美和子  
 インテリアがぐっとおしゃれになる「苔玉(こけだま)」。見た目にも癒され、愛情込めて育てる楽しみは格別。お手入れの方法や、育て方などもお伝えします。  
 第4土曜 13:00~14:30 6ヶ月6回 17,106円




**専心・英国スタイルアレンジ(①午前)(②午後)(③夜間)**  
 ①4010 ②4012 ③4009 NHK学園講師 佐藤 栄美子  
 第2-4木曜 ①10:30~12:30 ②13:30~15:30 ③18:30~20:30 6ヶ月11回 各24,640円

**いけばな池坊**  
 初級 4016 上級 4017 池坊教授 玉田 紅通  
 第2-4月曜 12:30~14:00 6ヶ月12回 初級26,268円 上級28,716円

# くらし・教養

**～英国式～ 家族のためのヘアカット講座**  
 4076 ヘアアーティスト 稲垣 俊彦  
 おうちで生かすカットの技術・失敗しないヘアカット方法を、人毛つき専用マネキンを使って、プロが基礎から丁寧に実践指導します。  
 第3土曜 13:00~14:30 6ヶ月5回 11,200円



**星と宇宙のものがたり**  
 4044 なかのZEROプラネタリウム解説員 坪内 重樹  
 第3水曜 18:30~20:30 6ヶ月6回 18,636円

**着付け専科**  
 4031 滝沢静江きものアカデミー講師 金野 由美子  
 第1-3土曜 10:00~12:00 6ヶ月11回 24,640円

**楽しい絵本の読み聞かせ**  
 4058 くにたちおはなしの会代表 円谷 恭子  
 第3月曜 10:30~12:00 6ヶ月6回 14,358円


# 料理

**楽しく巻こうデコ巻き寿司**  
 4066 日本デコ巻き寿司協会 認定マイスター 日原 弥生二宮 志の  
 第4金曜 13:30~15:30 6ヶ月6回 17,106円

**あきる野de手ごねパン教室**  
 4065 atelier nico主宰 荒木 恵美子  
 ※会場:あきる野市中央公民館  
 第3金曜 10:30~13:30 6ヶ月6回 18,330円

# アウトドア (現地集合・解散)

**森林浴でリフレッシュ!**  
 1023 森林インストラクター・農学博士 渡辺 一夫  
 近郊の水辺と里山を訪ねて、丘陵、川、湖、海などの景観や四季折々の樹木草花を楽しみます。「自然」に心が癒されるひとときです。  
 第2火曜 10:30~14:30 6ヶ月6回 18,636円(交通費自己負担)



**切絵図で歩く「江戸の坂」～御内編～**  
 1025 日本坂道学会会長 山野 勝  
 第4木曜 13:00~16:00 6ヶ月6回 (交通費自己負担) 20,166円

**自家製・有機野菜づくり**  
 4063 NHK学園講師 野口 金雄  
 第2金曜 10:00~12:00 6ヶ月6回 18,330円  
 ※会場:講師自宅ビニールハウス(あきる野市)

**関東名刹紀行**  
 1026 公益財団法人 中村元東方研究所 東方学院講師 黒川 文子  
 第1水曜 10:30~15:30 6ヶ月6回 (交通費自己負担) 20,160円

**上妻宏光「生-丁!」Tour 2020-2021 \*伝統と革新\***  
 2020年10月4日(日) 開場14:30 開演15:00  
 【全席指定・税込】一般 5,000円 友の会 4,500円 学生 2,000円  
 チケット好評発売中!  
 ご予約・お問合せ <http://akigawa-kirarahall.jp>  
 ※未就学児のご入場はご遠慮ください。  
 秋川キララホール ☎042-559-7500 受付時間/9:00~18:00  
 〒197-0804 東京都あきる野市秋川11-16-1 ※毎週月曜日休館(祝日場合は翌日休館)







### ゆがみを整えて免疫力UP! 股関節のお悩み解決 股関節エクササイズで美尻&健康づくり

整体師・小宮レディース整体院院長 松本 晃代  
近年、女性に増えている股関節のお悩み解決講座。足の付け根が詰まる・痛い・曲げにくい…その違和感、解決しませんか? 股関節エクササイズは美尻作りにも効果大。股関節の正しい使い方を身につけて、健康で美しいヒップラインを手に入れましょう! 現役整体師の講師があなたの身体の使い方のクセを見抜きます! レッスン中、個別指導もあります。



● 10/21(水) ● 10:00~11:40  
● 1回 2,800円

### ~思い出の写真をインテリアに~ スクラップブックの額飾り

スクラップブック協会認定講師 小泉 理恵子  
ご家族、ペット、お孫さんなど、ご自身のお気に入りの写真を素敵に飾ってみませんか? 色味を選べるオリジナルのキットをご用意、初めての方も安心です。思い出を色あせることなく鮮やかなまま残せます。プレゼントにしても素敵ですよ。



● 10/10(土) ● 13:00~15:00  
● 1回 2,240円 (材料費: 3,550円【額代含む】)

### 2回 秋の草木染め ~ログウッド&グアバ~

草木染・手織り 袖ら里主宰 池田 明美  
草木染めの魅力や楽しさを体感してください。10月…ログウッド(鉄媒染で青色) 11月…グアバ(ミョウバン・鉄媒染で茶色)。それぞれストールを染め、2作品を完成させます。  
※会場:あきる野市中央公民館



● 10/9(金)・11/13(金) ● 13:30~15:30  
● 2回 6,212円 (材料費: 3,600円~)

### 笑顔を呼ぶコミュニケーションマジック

魔法使いの発想術主宰 中里 正紀

#### ~工作マジック編~

身近なものを使ってマジックの道具を自作し、演じるマジックを3つレクチャーします。覚えてしまえばそのアレンジは無敵大。①変身トランプ…相手が選んだトランプの数字が変わる! ②魔法の筒…筒の中からお札やシルク、花などが出現! ③入れ替わる紐…相手の握った紐の色が入れ替わる!

● 10/4(日) ● 10:00~12:00  
● 1回 2,800円

#### ~ハンカチを使った コインマジック編~

コインが出たり消えたり移ったり。ハンカチを使ったコインマジックを3つレクチャーします。  
①ハンカチを使ったコインの出現と消失  
②ハンカチをすり抜けるコイン  
③ハンカチに通うコイン

● 12/6(日) ● 10:00~12:00  
● 1回 2,800円



### 2回 はじめての手ごねパン教室

atelier nico主宰 荒木 恵美子

手ごねパンを初めて作る方、レシピ通りに作ってもなかなか上手に作れないとお悩みの方。初心者でも失敗しにくい、気軽に作れるパンの作り方を、わかりやすく丁寧にお教え致します。



10月:アーモンドパン  
11月:カレーチーズパン  
※会場:あきる野市中央公民館  
● 10/15(木)・11/19(木) ● 10:30~13:30  
● 2回 6,110円 (材料費: 2,400円)

### クリスマス 特別1日講座



クリスマス・リースパンを作ります。  
※会場:あきる野市中央公民館

● 12/17(木)  
● 10:30~13:30  
● 1回 3,055円  
(材料費: 1,200円)

### 干支のちりめん細工

日本玩具博物館ちりめん細工講師 竹内 友美  
あたたかい風合いのちりめんの端布を縫い合わせ、形作る伝統の手芸です。来年に向けてかわいらしい干支飾り「丑~うし」を、作りましょう。  
作品サイズ 9cm×12cm程度



● 12/3(木) ● 13:00~16:30  
● 1回 3,150円 (材料費: 2,800円)

### ~Beauty講座~

ブラッシュアップスタジオ カラーワンダフル主宰 岩下 佳代

#### ~明日から自分で出来る! マスク美人メイク~ 5才若やく目尻つけまつげ&アイライン

綺麗に見えるアイラインの引き方と簡単ちよい足付けまつげを、自分で出来るよう美習レッスンします。アイラインの位置はお一人ずつの目の形等に合わせた伝授。マスカラ使いも含めて即効簡単マスク美人メイクのコツをつかんで頂きます。



● 10/12(月) ● 13:30~15:30  
● 1回 3,500円 (教材費: 150円)

#### 秋のワードローブ&アクセサリレッスン ~お似合いのアクセサリ・ベーシックカラー・着こなしテクニック~

カラー診断をもとにしたお似合いのベーシックカラー(グレー・紺・ベージュ・茶・白・黒)と着映えアクセサリをお一人ずつ対応でお教えし、さらに最小限の服でおしゃれに着こなし方法を実際のサンプル服と小物を使いながらレッスンします。



● 10/31(土) ● 10:00~12:00  
● 1回 3,500円

#### ~目元きれい! マスク映えメイク~ 眉&簡単アイシャドウレッスン

顔型・目の位置や形等に合わせた眉と簡単アイシャドウで作る、ナチュラルで効果大の目元メイク。マスク映えやトレンドも加味した大人のための洗練メイクをお一人ずつ対応でレッスンします。

● 10/31(土) ● 13:00~15:00  
● 1回 3,500円

#### カラー診断1Dayレッスン ~貴方にお似合いの色・配色・柄の選び方をお教えします~

春夏秋冬とは違うカラータイプ診断で似合う色と組み合わせ・柄・生地を選び方を、多彩なカラードレープやサンプル服等を使ってお教えします。個別カラー診断つきの人数限定講座です。



● 11/9(月) ● 13:30~15:30  
● 1回 3,500円

Welcome!! 秋の体験おすすめ講座 それぞれの講座は定期的におこなわれています。詳細はP2~P3をご参照ください。

#### 陶芸入門(午前)(午後)

とみなが陶房 陶芸家 富永 慎一  
器をつくる楽しさを味わいませんか。作品は焼成後お引渡し。  
※会場:とみなが陶房  
● 9/15(火)  
● 10:00~12:30 ● 13:30~16:00  
● 2,800円(材料費別:1,200円)

#### 星と宇宙のものがたり

なかのZEROプラネタリウム解説員 坪内 重樹  
自然豊かなあきる野の星空を眺め、宇宙へ思いを広げる楽しい時間を一緒に。テーマは「火星」。ミニプラネタリウムもあります。  
● 9/16(水)  
● 18:30~20:30  
● 3,106円

#### パステル・色鉛筆で描いてみよう

日本児童出版美術家連盟会員 絵本作家・イラストレーター 藤島 青年  
柔らかい素材のパステルと色鉛筆を使って、「レモン」を描いてみませんか。  
● 9/18(金)  
● 13:30~15:30  
● 2,291円(材料費別:200円)

#### ~英国式~家族のためのヘアカット講座

ヘアアーティスト 稲垣 俊彦  
おうちで生かすカットの技術・失敗しないヘアカット方法を、基礎から丁寧に指導します。介護されている方にも役立ちます。  
● 9/19(土)  
● 13:00~14:30  
● 2,240円(教材費別:300円)

#### 坐禅~心と向き合う~

武蔵野・観音院住職(曹洞宗老師) 来馬 正行  
坐禅を組み、道元が説いた言葉や「正法眼蔵障門記」を詳しく丁寧に学んでいきます。はじめての方には、座禅の組み方からお教えします。  
● 9/23(水)  
● 10:00~12:00  
● 2,800円

#### 楽しく巻こうデコ巻き寿司

日本デコ巻き寿司協会 認定マスター 日原 弥生・二宮 志の  
切っても切っても図柄が出てくる作って楽しい見て楽しい、食べておいしい巻き寿司をつくりまわす。「もみじ」「ドングリ」予定  
● 9/25(金)  
● 13:30~15:30  
● 2,851円(材料費別:1,200円) ※イメージ画像

#### からだに優しい指圧健康法

日本指圧協会正会員 當麻 康江  
指圧は身体の痛み・コリ・だるさ等の予防に役立ちます。圧は強ければ良いというものではありません。まずは体験してみましょう。  
● 9/26(土)  
● 10:00~12:00  
● 2,087円

#### おしゃれなインテリアを楽しむこけ玉アレンジ

花工房Miwako主宰 渡辺 美和子  
見た目にも癒され、インテリアとしてもおしゃれな「ミニ観葉苔玉テラリウム」を作ります。  
● 9/26(土)  
● 13:00~14:30  
● 2,851円(材料費別:2,500円)

#### ゼロから始める英会話

NHK学園講師 スティーブ・カーター  
初めて英会話を学ぶ方のクラスです。まずは挨拶から自己紹介までを学びます。  
● 9/28(月)  
● 10:00~12:00  
● 2,300円

#### 剪画入門(切り絵)

日本剪画協会認定講師 小沢 直平  
剪画(切り絵)のエコバッグを作ります。下絵(図案)があるので安心。  
● 9/28(月)  
● 14:30~16:30  
● 2,240円(材料費別:800円)

#### 絵画(水彩)(火曜)

NHK学園講師 中川 直子  
絵を描くのが初めての方も、経験者の方も、レベルに応じて丁寧に教えます。気軽に水彩画を楽しみましょう。  
● 9/29(火)  
● 10:00~12:00  
● 2,291円(教材費別:100円)

#### 女性のためのマージャン教室(入門)

NPO法人健康マージャンA空間 認定レッスンプロ 宇野 公介・原 浩明  
マージャンってどんなゲーム? パイの説明から始めるので安心。マージャンは、脳の活性化にも効果が期待できます。  
● 10/1(木)  
● 15:30~17:30  
● 2,291円

#### エンジョイフラ

クワレナニ・ポリネシアンカルチャースクール プアルアライ中野  
フラは年代問わずあなたでも楽しめる踊りです。南国の陽気な気分を味わいながら一緒に踊りませんか。  
● 10/3(土)  
● 10:00~11:00  
● 2,087円

#### 心がHAPPYになるカラフル・チョークアート

アトリエBoo主宰 MCA認定講師 高木 裕美  
黒い背景に指先を使ってカラフルに描くチョークアートで、「きのこ」を描いてみましょう。  
● 10/12(月)  
● 10:00~12:00  
● 2,291円(材料費別:1,500円)

#### ギターをはじめよう(入門)

齋藤ギター音楽教室主宰 齋藤 浩  
ギターを初めて持つ方、もう一度基本から始めたい方のための講座です。アコースティックギター、クラシックギター、どちらでも。ゆっくり楽しく始めましょう。  
● 10/13(火)  
● 12:20~13:00  
● 2,050円(貸楽器あり)

#### 楽しい絵手紙

日本絵手紙協会公認 瀬川 和子  
「ハタを育てるといつか、誰にも追いつけぬものになる」小池邦夫のこの言葉を目標に「個」を大切にしていきます。「ピーマン」を描きましょう。  
● 10/13(火)  
● 13:30~15:30  
● 2,189円

### お問い合わせ・お申し込み

## NHK学園 あきる野オープンスクール \入会金無料! あきる野市民5%割引! 駐車場あり! /

- #### お申し込み方法
- 電話予約をされた方は、1週間以内にお手続きをお願いいたします。
  - 窓口で受講料を添えてお申し込みください。(受講料は税込みです。)
  - 郵便局またはコンビニエンスストアでのお支払も可能です。
  - 受講料は講座が中止の場合を除いて原則としてお返しいたしません。
  - 定員になり次第締切ります。
- #### 受講上の注意
- テキスト・教材など講座によって必要なものは、教室で購入していただきます。
  - 講座の日時・内容等は天候や講師のやむを得ない事情などにより一部変更となる場合があります。また講師を代行して実施することがあります。
  - 受講者が一定数に達しない場合は、講座を中止することがあります。
  - 1日講座につきましては、ご見学できません。

- 一駐車場・タイムズあきる野 「もくせい駐車場」をご利用ください。(4時間まで無料)
  - あきる野ルピア正面玄関からお入りください。
  - 正面玄関は駅前大通りに面しております。
- ホームページもご覧ください  
NHK学園 あきる野 検索

#### 新型コロナウイルス感染防止の取り組み

皆さまの安全に配慮し、安心してご受講いただける環境づくりを進めています。

- 対策① 教室換気を徹底します。
- 対策② ソーシャルディスタンスに留意して座席を配置しています。
- 対策③ 講座終了ごとに、使用後の机・椅子の消毒を実施しています。
- 対策④ ロビー付近にアルコール消毒液を設置しています。
- 対策⑤ スタッフの検温、体調管理、マスク着用を徹底します。
- 対策⑥ 講師・受講者の皆様にマスク着用をお願いしています。