



2020 春の講座ガイド



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**

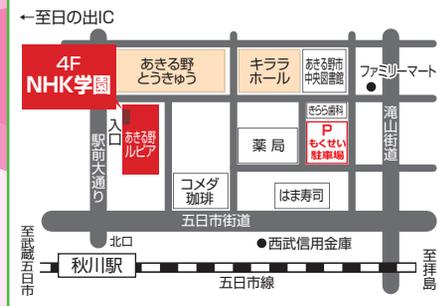
ホームページからも受講申込受付中!

042-550-4777 受付時間
月～金 9:30～17:00
土・日・祝 9:30～12:00

お問い合わせ・お申し込みは

東京都あきる野市秋川1-8 あきる野ルピア4F

電車:JR秋川駅すぐ 徒歩5分
車:圏央道の出口IC～5分



あきる野スペシャル～春一番の特別講座!!～

1回 日本100名城の楽しみ方

公益財団法人日本城郭協会理事 城郭ライター 編集者 萩原 さちこ
“城めぐり”を楽しむための入門講座です。著書・講演多数、各メディアで活躍中の人気講師が「日本100名城」を取り上げ、城の魅力と楽しみ方をいくつかのキーワードを挙げながら解説します。城めぐりに役立つ“鑑賞のコツ”や“着目ポイント”もお話しします。これから城見学をお考えの方、城が好き!な方には必須の講座!! 城めぐりがより一層楽しくなります。



- 4/15(水)
- 10:30～12:00
- 1回 3,800円(資料代別:300円)

[9113]

2回 ～歩き方を変えれば人生が変わる!～ すぐできる!正しい歩き方とインソール活用法

NPO法人日本ウォーキングセラピー協会理事 ウォーキングセラピスト 多村 亜希子
約3万人の歩き方を改善! TV出演や取材・講演など多方面で活躍中の講師からウォーキングやフットケア&インソールの活用まで学べるお得な講座! 正しく歩くことはダイエットや冷え性対策だけでなく、精神を安定させる効果があり、将来の寝たきり予防にも役立ちます。猫背やO脚、体の不調にお悩みの方も、正しい姿勢と歩き方を身に付けて毎日を笑顔で健康に過ごしましょう。



- 4/13(月)・4/27(月)
- 13:30～15:00
- 2回 7,128円(教材費別:330円)

[7078]

1回 愛犬の春から夏の薬膳ごはん1day教室

ペット食育協会上級指導士 犬めし亭主宰 藤根 悦子
好評につき第2弾!! 愛犬の季節による体調不良を予防する薬膳ごはんの食材や調理方法を紹介します。愛犬の体調が気になる方、愛犬が喜ぶおいしいごはんをお探しの方にぜひおススメ! 講師が実際に作っているごはんを紹介、レシピも付き、質疑応答の時間もたっぷりある楽しい講座です。



- 4/2(木)
- 13:00～15:00
- 1回 3,500円(教材費別:800円)

[9114]

新しい世界に一步踏み出す、チャレンジの春です!

NEW 世界遺産が楽しくなる講座

元日本ユネスコ協会連盟事務局長 大妻女子大学非常勤講師 吉岡 淳
いま、世界には1000を超える世界遺産があります。日本にも23か所が登録されています。この講座では、映像や写真を活用しながら、世界遺産の魅力を皆さんと一緒に探っていきます。これから世界遺産ツアーを予定されている方、世界の見聞を広げたい方々にはうってつけの講座です。



- 原則第3月曜
(1回目は第1月曜(4/6)となります)
- 14:00～15:30
- 6ヶ月6回 17,106円

[4043]

NEW ～日本茶の奥深い世界を味わう～ 美味しく愉しむ日本茶レッスン

日本茶インストラクターリーダー-日本茶アドバイザー-養成スクール専任講師 中里 真理子
いつも何気なく飲んでいる日本茶の、意外と知らない種類・効能をご紹介します! 美味しい淹れ方もご紹介し、体験して頂く講座です。日本茶に合うお菓子、普段飲むことの少ない珍しいお茶もご用意しております。新しい季節に日本茶の知識を深め、一緒にお茶を愉しませませんか?



- 第1水曜(4/1～)
- 10:30～12:00
- 6ヶ月6回 15,276円(材料費別)

[4024]

NEW 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
和菓子が季節を感じてみませんか? 日本の四季の移ろい、豊かな自然を感じられる和菓子作りの講座です。はじめての方も家庭にある道具と電子レンジを使って、簡単に作る事ができます。和菓子作りの楽しさを、ぜひ一緒に!! 試食もあります。



- 第2金曜(4/10～)
- 13:30～15:30
- 6ヶ月6回 17,106円(材料費別)

予定・4月:桜2種類 5月:鯉のぼり2色
6月:紫陽花・茶巾絞り [4070]

NEW ～心をこめて、おもてなし～手作りお菓子教室

atelier nico主宰 荒木 恵美子
贈り物やホームパーティーにも喜ばれる、ひと手間かけたワンランク上のお菓子作りの講座です。作って楽しい、食べて美味しい、もって嬉しいお菓子作りを学んでみませんか? お菓子作りが初めての方も大歓迎! 楽しく始めましょう。うれしい試食つき。



- 第3木曜(4/16～)
- 10:30～13:30
- 6ヶ月5回 15,275円(材料費別)

[4071]

NEW 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
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(4/25～)
- 13:00～14:30
- 6ヶ月6回 17,106円(材料費別)

[4013]

2回 おしゃれなインテリア 多肉植物アレンジメント

花工房Miwako主宰 渡辺 美和子
ぷくぷくした質感やその愛らしい独特のフォルムで大人気の多肉植物を使ったアレンジメントです。おしゃれなインテリアとしておすすめ。リースと額飾りを作ってみましょう。



- 4/18(土)・5/16(土)
- 10:30～12:00
- 2回 5,804円(材料費別)

[4018]

NEW 絵画(水彩・デッサン)月曜

NHK学園講師 北条 章
水彩絵の具を中心に学びます。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、経験者の方はレベルに応じて指導しますので、お気軽にご参加ください。



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

[3004]

NEW 日曜囲碁教室(入門)

NHK学園講師 島田 広美
これから囲碁をはじめたい方に向けた入門講座。石の持ち方・置き方、ルール説明から覚えていきます。囲碁は脳の活性化に役立つゲームです。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(4/5～)
- 11:00～12:00
- 6ヶ月10回 20,370円

[0007]

NEW 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～

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を学びます。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。年に一度「ルピアギャラリー」での作品展示を行います。



- 第2・4水曜(4/8～)
- ①10:00～12:30 ②14:00～16:30
- 6ヶ月12回 34,824円(分割可)

[10008]
[10009]

NEW 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
日々の喧騒をいっと忘れ、自分を見つめる時間を作ってみませんか。気持ちを律し、心静かに坐禅を組みます。道元がおりにふれ弟子たちに説いた言葉や「正法眼蔵階門記」をていねいに読んで学びます。



- 第4水曜(4/22～)
- 10:00～12:00
- 6ヶ月6回 16,800円

[4014]

1日体験 大歓迎! ～素敵なガーデニングやインテリアに～ ワイヤークラフト

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に、手作りのおしゃれな針金アートを飾ってみませんか? ゆっくり進めていきますので、初めての方も安心です。ヨーロッパガーデニングにもぴったり。

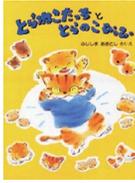


- 第3火曜
- 10:00～12:00
- 6ヶ月6回 13,800円(材料費別)

[3074]

見学 大歓迎! 大人のための絵本づくり ～世界にひとつのものがたり～

絵本作家・イラストレーター-日本児童出版美術家連盟会員 藤島 青年
パステルや色鉛筆を使いあたたかなタッチで、あなたの大切な存在を主人公にした世界にひとつだけの絵本を作りましょう。講師がやさしく丁寧にお手伝いします。



- 第3金曜
- 10:00～12:00
- 6ヶ月6回 15,276円

[3053]

見学 大歓迎! 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
アコースティックギター、クラシックギターを初めて持つ方、もう一度基本を最初からやってみようという方のための教室です。ドレミの読み方から、簡単なコードを使った伴奏などゆったりとした雰囲気の中で楽しくギターの魅力に触れましょう。



- 第2・4火曜
- 12:20～13:00
- 6ヶ月11回 22,550円

[5048]

見学 大歓迎! ～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

小宮レディース整体院院長 松本 晃代
運動が苦手な方、体が硬い方でも大丈夫! セルフ全体のエクササイズを加えた骨盤調整ストレッチで歪みを整えスタイル美人を目指しませんか? 体の奥深くからジワっと熱くなるエクササイズはポッコリお腹周りにも効果的!



- 第2・4土曜
- 13:30～15:00
- 6ヶ月12回 29,400円

[7061]

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 あさる野 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・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11回 25,300円



講座名・講師	日時	回数	受講料
Let's use good English! 8012 NHK学園講師 スティーブ・カーター	第1-3火曜 10:00~12:00	6ヶ月 17回	38,947円 (分割可)
Let's Talk English! 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 23回	52,693円 (分割可)
スティーブ先生の楽しい英会話レベル1 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
スティーブ先生の楽しい英会話レベル2 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
話してみよう!韓国語 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
楽しもう!手話の会話 4061 手話通訳士 緒方 好子	第1-3日曜 10:00~12:00	6ヶ月 10回	22,910円
はじめての手話~ようこそ、手話の世界へ~ 4062 NHK学園講師 野元 ゆみ 他	第2-4金曜 14:00~15:30	6ヶ月 11回	28,006円

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。
第1-3土曜 13:30~15:30 6ヶ月12回 27,492円



講座名・講師	日時	回数	受講料
絵画(水彩)(金曜・午前) 3000 NHK学園講師 カ丸 潮	第2-4金曜 10:00~12:00	6ヶ月 11回	24,640円
絵画(水彩)(金曜・夜間) 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)
絵画(水彩)(水曜) 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
絵画(水彩)(火曜) 3006 美術家 高木 雄司	第2-4火曜 10:00~12:00	6ヶ月 11回	25,201円
水彩で描く風景スケッチ 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)
パステル・色鉛筆で描いてみよう 3003 絵本作家イラストレーター・日本児童出版美術家連盟会員 藤島 青年	第1-3金曜 13:30~15:30	6ヶ月 12回	27,492円
水彩色鉛筆で描いてみよう 3001 NHK学園講師 加藤 尚美	第1-3火曜 14:00~16:00	6ヶ月 12回	27,492円
植物画入門 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
俳画入門 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
はじめての水墨画 3010 国際墨画協会理事 津田 陽山人	第2-4水曜 13:00~15:00	6ヶ月 12回	26,880円
心がHAPPYになるカラフル・チョークアート 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
楽しい絵手紙 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 11回	24,079円
剪画入門(切り絵) 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 12回	26,880円
大人のための絵本づくり ~世界でひとつのものがたり~ 3053 絵本作家イラストレーター・日本児童出版美術家連盟会員 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JAS日本国際美術家協会会員 沓澤 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
おしゃれに季節の水引アート 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
楽しい帽子づくり 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
おし花アレンジアート 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 12回	26,880円
パッチワーク 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 12回	28,716円
手あみ入門 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
ハワイアンリボンレイ 6023 アロハマカニ主宰 小澤 千絵	第1水曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	15,582円
塚本ミカニニューヨークスタイルビーズアクセサリー 6035 塚本ミカニ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
古裂アートはじめてのつまみ細工 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
楽しい手織り・裂き織り 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 5回	14,510円

つくる・工芸

はじめての金継ぎ~壊れた器を蘇らせる~

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
日本の伝統的な修理法金継ぎで、愛用の器を復活させ、末永く大事にしてみませんか。
第3水曜 13:30~16:15 6ヶ月6回 21,384円



講座名・講師	日時	回数	受講料
金継ぎと蒔絵 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	第3水曜 16:30~19:15	6ヶ月 6回	21,384円
~素敵なガーデニングやインテリアに~ ワイヤークラフト 3074 日本ワイヤークラフト協会ファンデーションエキスパート認定講師 高崎 照恵	第3火曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	13,800円
陶芸入門(①午前)(②午後) ①6004 ②6037 とみなが陶房 陶芸家 富永 慎一 ※会場:とみなが陶房(あさる野市)	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)
野鳥を彫る(入門) 3057 野鳥彫刻家 日本バードカービング協会副会長 水上 清一	第2-4土曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	31,776円 (分割可)
篆刻~あなたの書・絵・紙をよりすてきにさせる印~ 3072 畔切印會・高平印會代表 米澤 北伸	第1金曜 10:00~12:00	6ヶ月 6回	15,276円
大人のおりがみ教室 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
和紙のお人形 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
スクラップブックング ~かわいいフォトブックを作ろう~ 3064 スクラップブックング協会認定講師 小泉 理恵子	第3水曜 10:30~12:30	6ヶ月 6回	12,522円
花のトールペインティング 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
クレイアート ~樹脂粘土で作るお花やオリジナル小物~ 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 11回	24,640円
楽しいソーパ&フルーツカービング 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
グラスリッツェン 3061 手彫りガラス工芸主宰 宮澤 淑恵・原島 依里	第2土曜 13:30~15:30	6ヶ月 6回	13,746円

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
エアロビックダンスダンベル(火曜) 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 リマニエスタジオ主宰 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
エンジョイフラ(入門) 7058 クレインニホリネシアンカルチャースクール プアルライ中野	第1-2-3土曜 11:10~12:10	6ヶ月 18回	37,566円 (分割可)
エンジョイフラ(初級~中級) 7011 クレインニホリネシアンカルチャースクール プアルライ中野	第1-2-3土曜 10:00~11:00	6ヶ月 18回	37,566円 (分割可)

舞踊

はじめての光江流 お江戸のっぽれ

7076 光江流家元 桜川 光江
江戸の「粋」で「いなせ」な踊りを踊ってみませんか。心から笑って元気になれる踊りを一緒に。
第2-4火曜 16:00~17:15 6ヶ月11回 24,079円



講座名・講師	日時	回数	受講料
光江流 お江戸のっぽれ 7008 光江流家元 桜川 光江	第2-4火曜 17:30~19:00	6ヶ月 11回	24,079円
正派西川流・日本舞踊 7031 正派西川流師範 西川 喜久洲	第2-4火曜 10:00~12:00	6ヶ月 11回	22,957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18回 37,566円(分割可)



講座名・講師	日時	回数	受講料
~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 7061 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 小宮レディース整体院院長 松本 晃代	第3水曜 13:30~15:00	6ヶ月 6回	15,276円
からだに優しい指圧健康法 7015 日本指圧協会正会員 當麻 康江	第2-4土曜 10:00~12:00	6ヶ月 12回	25,044円
~健康の原点がここ~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	毎週水曜 19:00~20:30	6ヶ月 22回	45,914円 (分割可)
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	毎週金曜 10:45~12:15	6ヶ月 23回	48,001円 (分割可)
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	毎週金曜 13:00~14:30	6ヶ月 23回	48,001円 (分割可)
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	第1-3土曜 13:00~14:30	6ヶ月 12回	26,268円

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11回 24,079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11回 24,079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11回 22,550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11回 22,407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11回 24,640円

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

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

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11回 31,922円(分割可)

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11回 34,166円(分割可)

楽しい三味線(入門)(火曜)
 ☆☆☆
 5047 長明三味線演奏家・糸遊会主宰 杵屋 五三恵乃
 第1-3火曜 19:00~20:30 6ヶ月12回 31,164円(分割可)

楽しい三味線(入門～初級)(土曜)
 ☆☆☆
 5001 長明三味線演奏家・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 31,164円(分割可)

楽しい三味線(中級～上級)
 ☆☆☆
 5032 長明三味線演奏家・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 31,164円(分割可)

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 16:00~18:00 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 18:30~20:30 6ヶ月11回 24,079円

扇靖流大正琴(土曜)
 ☆☆☆
 5018 扇靖流家元 岩佐 扇靖
 第1-3土曜 13:30~15:30 6ヶ月10回 21,890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11回 25,201円

楽しく歌おう!(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 ①10:30~12:00 ②15:45~17:15 6ヶ月11回 各25,201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 10:30~12:00 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
女性のためのマージャン教室(初級～中級) ☆☆☆ 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
囲碁(初級) ☆☆☆ 0006 NHK学園講師 島田 広美	第2-4木曜 14:30~16:30	6ヶ月 10回	20,890円
囲碁(中級～上級) ☆☆☆ 0005 NHK学園講師 堤 加蓉子	毎週月曜 10:00~12:45	6ヶ月 21回	47,040円(分割可)

書道・ペン字 ※おひとりずつ添削

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
 まずは書道の第一歩として毛筆を自由に使えるようになることを目指しましょう!楷書の基本点画をていねいに学習していきます。
 第1-3月曜 10:00~12:00 6ヶ月10回 22,400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12回 26,880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

簡単・キレイ!ボールペン字
 2010 NHK学園講師 山崎 真由美
 第2-4火曜 19:00~20:30 6ヶ月10回 23,930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(土曜)
 ～小さな感動を五七五の調べにのせて～
 1001 「ホトギス」同人 日置 正樹
 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・歴史研究者 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。書道を習っていない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～
 4015 武蔵野観音住職(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2-4木曜 10:00~12:00 6ヶ月10回 21,890円

茶道

講座名・講師	日時	回数	受講料
茶道裏千家入門(火曜) 4022 裏千家教授 森田 宗晴	第1-2-3火曜 10:00~12:00	6ヶ月 18回	40,320円(分割可)
茶道裏千家入門(水曜) 4023 裏千家教授 浦上 宗衛 ※会場:福生市の茶室「福庵」	原則第1-3水曜 13:30~15:30	6ヶ月 12回	32,880円(分割可)

花

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
 季節の花を使って、エレガントな英国スタイルの花飾りを学びます。花型に従って花の流し方、色の分量の出し方など。基本からはじめましょう。
 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

暮らし・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6回 13,440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12回 26,880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5回 15,275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5回 15,530円(交通費自己負担)



切絵図で歩く「江戸の坂」～御府内編～
 1025 日本坂道学会会長 山野 勝
 第4木曜 13:00~16:00 6ヶ月5回 16,805円(交通費自己負担)

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

江戸東京の歴史を探検する
 1024 公益財団法人 中村元東方研究所 専任研究員 森 和也
 第4金曜 13:00~16:00 6ヶ月5回 15,530円(交通費自己負担)

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5回 16,800円(交通費自己負担)

キララ寄席 春風亭一之輔 独演会
 2020年3月28日(土) 開場12:30 開演13:00
 【全席指定・税込】 一般 3,500円 チケット好評発売中!
 友の会 3,200円
 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(祝日休館の場合は翌日休館)





春の草木染め ~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。
4月…ログウッド(青色・鉄媒染)
5月…グアバ(茶色・ミョウバン、鉄媒染)
2作品を完成させます。
ストールの大きさは数種類の中から
選んでいただけます。
※会場:あきる野市中央公民館



● 4/10(金)・5/8(金) ●13:30~15:30
●2回 6,212円(材料費別:3,600円~) [6081]

~即効変身!目元きれいメイク~ 女性8名限定 眉&簡単アイシャドウレッスン

ブラッシュアップスタジオ カラーワンダブル主宰 若下 佳代
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。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。



● 3/28(土) ●13:00~15:00
●1回 3,500円 [9115]

~明日から自分でできる・時短目力アップメイク~ 女性8名限定 5才若やく目尻付けまつげ&アイライン

ブラッシュアップスタジオ カラーワンダブル主宰 若下 佳代
綺麗に見せるアイラインの引き方と簡単ちよい足し付けまつげを、自分で出来るよう実習レッスンします。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メイクのコツをつかんでいただけます。



● 4/20(月) ●13:00~15:00
●1回 3,500円(教材費:150円) [9116]

笑顔と呼ぶコミュニケーションマジック ~工作マジック編~

魔法使いの発想術主宰 中里 正紀
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つクチャーします。覚えてしまえばそのアレンジは無限大です。
●変身トランプ…相手が選んだトランプの数字が変わる!
●魔法の筒…筒の中からお札やシルク、花などが出現!!
●入れ替わる紐…相手の握った紐の色が入れ替わる!!



● 4/19(日) ●10:00~12:00
●1回 2,800円 [9117]

原本を楽しむ 古文書解読(①・②)

NHK学園専任講師 笠原 綾
貴重な村方文書や記録から読み解く古文書解読講座です。現物の古文書も真近でみていただけます。あきる野市内にあった村の文書をとりあげます。午前午後で別のテーマになるため、どちらか単独、または両方受講可能です。
● 4/26(日)
●①10:00~12:00 ②13:30~15:30 [9118]
●各 2,648円 [9119]



あきる野散策(半日コース) ~薫風に誘われて秋川渓谷を散策~

あきる野市市民解説員 土居 秀夫・川尻 弘幸・乙津 昭
新緑の秋川渓谷を歩きます。景観を楽しみ、解説員(3人)の話聞きながら、あきる野の魅力を体感し、再発見しましょう。
歩行距離:約4~5km
※武蔵五日市駅集合・瀬音の湯解散。



● 4/22(水) ●8:45~12:00
●1回 1,000円(交通費自己負担) [9120]

あきる野散策(1日コース) ~秋留台地が育んだ自然・歴史・文化巡り~

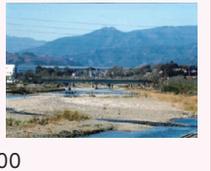
あきる野市市民解説員 内田 廉平・戸田 正法・高森 やす子
風薫る五月、秋川の川面に映る陽ざしに初夏のやわらぎを感じながら歩きます。景観を楽しみ、解説員(3人)の話聞きながら、あきる野の魅力を体感し、再発見しましょう。
歩行距離:約7~8km
※東秋留駅集合・秋川駅解散



● 5/13(水) ●9:00~15:30
●1回 1,500円(交通費自己負担) [9121]

あきる野散策 ~半日&1日コース~

あきる野市市民解説員 土居 秀夫・川尻 弘幸・乙津 昭
内田 廉平・戸田 正法・高森 やす子
景観を楽しみ、解説員(各回3人)の話聞きながら、あきる野の魅力を体感し、再発見しましょう。
半日コース(約4~5km程度)
※武蔵五日市駅集合・瀬音の湯解散
1日コース(約7~8km)
※東秋留駅集合・秋川駅解散
● 4/22(水) ●8:45~12:00
● 5/13(水) ●9:00~15:30
●2回 2,400円(交通費自己負担) [1629]



春のおたのしみ! 現地講座

東京競馬場へ、ようこそ 女性限定デーあり!

中央競馬ピーアールセンター講師

競馬場ってどんなところ?勇壮な走りを目の前で見たい方にお勧めの入門講座です。場内ツアーと昼食の後、眺めの良い特別室で「競馬新聞の読み方」「馬券の買い方」などの基礎セミナーを受け、レースを観戦します。最終レース終了後は、パドックやウィナーズサークルなどのバックヤードツアーをお楽しみください。
参加対象:①②ともに初めて参加される方
※会場:府中市東京競馬場 現地集合/解散
● ①4/25(土) ②5/17(日)女性限定デー ●10:00~17:00
●各 4,786円(入場券・昼食・競馬新聞・テキスト代含む) [9110] [9111]



坐禅体験と禅寺料理の食事作法

武蔵野・観音院住職(曹洞宗老師) 来馬 正行

般若心経の読経から始まり、坐禅堂での本格坐禅体験や禅寺古来の食事作法を実践しながら、禅寺料理をいただきます。日常から離れて静かに自分と向きあう時間です。
※会場:観音院(JR中央線武蔵境駅南口すぐ) 現地集合/解散
● 5/23(土) ●9:00~14:00 ●1回 5,100円(食事・資料費含む) [9112]



Welcome!! 春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。

おし花アレンジメント

NHK学園講師 笠松 ヤエ子・綿貫 恵子
自然の色そのままの美しい押し花の作り方、花の処理方法、保存方法を学び、それを使っての作画手法を学ぶ講座です。まずは額に入るハガキサイズの作品作りを体験してみよう。
● 3/17(火)
● 10:00~12:00
● 2,037円(材料費:3,000円程度) [6009]



陶芸入門①②

とみなが陶房 陶芸家 富永 慎一
土に触れ、器をつくる楽しさを体験してみませんか?作品は焼成後お引渡し。
※会場:とみなが陶房(あきる野市五日市)
● 3/17(火)
● ①10:00~12:30 ②13:30~16:00
● 2,800円(材料費別:1,200円) [6004] [6037]



自家製・有機野菜づくり

NHK学園講師 野口 金雄
プランター栽培の無農薬野菜づくりの基礎とウラ技をお教えします。園芸相談にも応じますので、ぜひご参加ください。
※会場:講師自宅ビニールハウス
● 3/13(金)
● 10:00~12:00
● 3,055円(材料費別:1,000円) [4063]



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
切っても切っても柄柄が出てくる金太郎船のような巻き寿司を作ります。作ったお寿司はお持ち帰りいただけます。
● 3/27(金)
● 13:30~15:30
● 2,851円(材料費別:1,200円) [4066]



水彩色鉛筆で描いてみよう

NHK学園講師 加藤 尚美
手軽な水彩色鉛筆を使用し、基礎になる技術、デッサン力、初歩的な知識を学びながら、楽しく絵を描く講座です。まずはトマトを描いてみましょう。
● 3/17(火)
● 14:00~16:00
● 2,291円(材料費別:200円) [3001]



植物画入門

「ポタニカルアートの会」講師 安井 亜代子
透明水彩絵具で植物を描いてみませんか?植物を描いていると、普段何気なく見ていた草花をより深く観るようになり、草花を愛し、心豊かな時を過ごすことができます。
● 3/17(火)
● 13:30~15:30
● 2,240円 [3007]



楽しい絵手紙

日本絵手紙協会公認 瀬川 和子
いい仲間が集い、絵手紙をかく。楽しい笑いの中に、少しだけ緊張の時間が流れる。こころよい空間、そんな教室です。「個」を大切にしていきます。まずは「ピーマン」を描いてみましょう。
● 3/24(火)
● 13:30~15:30
● 2,189円 [3041]



はじめての水墨画

国際墨画協会理事 津田 陽山人
運筆の基礎を大切に、高度な技法の習得と本格的な山水画の完成を目指しています。個性を伸ばすことに重点をおいておりますので、ぜひ一度ご体験下さい。
● 3/25(水)
● 13:00~15:00
● 2,240円 [3010]



みんなのコーラス~歌うことの楽しさを感じる~

NHK学園講師 生駒 文昭・生駒 圭子
懐かしい歌、童謡、唱歌からポピュラーまで、発声・呼吸法も練習し、楽しく歌いましょう。
● 3/18(水)
● 13:30~15:30
● 2,291円 [5007]



シニアのためのやさしい二胡

ソラーレ二胡主宰 若本 薫美子
きれいな音を出すための正しい姿勢・楽器の持ち方・弓の動かし方からはじめ、一緒に音を出す高揚感を味わってみませんか。
● 4/20(月)
● 12:45~14:45
● 3,361円 [5043]



ハタヨーガと瞑想(金曜・午前)

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
疲労や緊張をほぐし、リフレッシュした気血を身体の隅々まで送りましょう。対位法・呼吸法・瞑想までバランスよく身につけられます。
● 4/3(金)
● 10:45~12:15
● 2,087円(教材費別:100円) [7035]



エンジョイフラ(入門)

クワイナ・ポリネシアンカルチャースクール プアルライ 中野 年代を問わず、気持ちよく身体を動かせるフラを、南国の陽気な気分を味わいながら一緒に踊りませんか?まずは簡単なステップから始めます。
● 4/4(土)
● 11:10~12:10
● 2,087円 [7058]



野外 切絵図で歩く「江戸の坂」

日本坂道学会会長 山野 勝
切絵図と現代地図を合わせ持ち、江戸人の気分になって歩いてみませんか?この日は小日向(文京区)界隈の坂めぐります。※現地集合・解散
● 3/26(木)
● 13:00~16:00
● 3,361円(交通費自己負担) [1025]



野外 江戸東京の歴史を探検する

公益財団法人 中村元東方研究所 専任研究員 森 和也
講師の雑学トークを楽しみながら東京の街を探検する旅に出かけましょう。この日は千鳥ヶ淵墓苑・弥生廟・靖国神社など、九段・北の丸公園周辺を探検します。※現地集合・解散
● 3/27(金)
● 13:00~16:00
● 3,106円(交通費自己負担) [1024]



野外 関東名刹紀行

公益財団法人 中村元東方研究所 東方学院講師 黒川 文子
昔をしのんで歩いて山門をくぐる、再訪する寺と関東の名刹・古刹を訪ねます。ご本尊をはじめとする仏像を見学し、歴史やお姿のいわれなどを探ります。この日は金栗院(所沢市)ほか予定※現地集合・解散
● 5/13(水) ●10:30~15:30
● 3,360円
(交通費・食事代・入館料・拝観料など自己負担) [1026]



野外 森林浴でリフレッシュ!

森林インストラクター・農学博士 渡辺 一夫
自然の景観や四季折々の樹木草花を楽しみながら歩きます。この日は成瀬緑道(町田市)を予定※現地集合・解散
● 4/14(火)
● 10:30~14:30
● 3,106円(交通費自己負担) [1023]



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

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込みください。(受講料は税込のみです。)郵便局またはコンビニエンスストアでのお支払いも可能です。詳しくは、事務局までお問合せください。
- 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けます。
- 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。

●一駐車場一タイムズあきる野「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。

▼スマホからはこちら!

スタッフが丁寧に案内いたします!

ホームページもご覧ください NHK学園 あきる野 検索