

学校法人

さくら通り沿い

NHK学園 国立本校 オープンスクール

042-572-3901

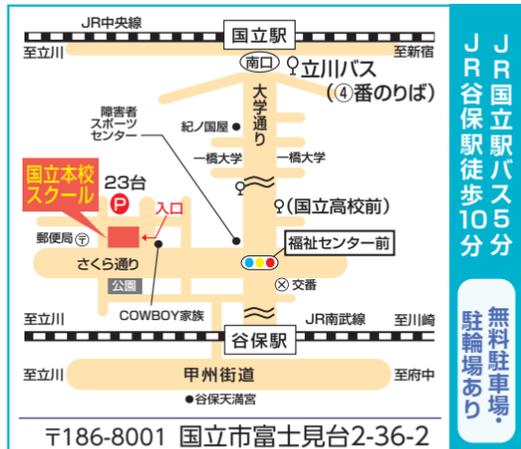
受付時間 9:30~17:30
(土曜は15時まで・日曜・祝日休み)

NHK学園は **入会金無料!**



NHK学園 本校 検索

ホームページからお申し込みできます。



JR 国立駅 徒歩5分
JR 谷保駅 徒歩10分

無料駐車場あり

〒186-8001 国立市富士見台2-36-2

2020年! 日本を、東京を知る

はじめましょう! 能LIFE

舞台上立つ能楽師自ら、素朴な疑問から「演目のみどころや鑑賞の楽しみかた」「謡や所作のミニおけいこ」など映像や質疑応答を交えてやさしく解説。難しいと感じていた方も、きっと深遠な美の虜に。後日講師の舞台を能楽堂で鑑賞いたします。

【講義】5/20(水) 国立本校 教室にて
【公演】6/13(土) 観世能楽堂(銀座SIX) 13~18時(予定) ※各自で鑑賞
能/[養老]小早川泰輝・[班女]武田友志・[阿漚]武田友志
狂言/野村萬斎

講師 シテ方観世流能楽師 重要無形文化財総合認定保持者 武田 友志

5/20(水) 13:30~15:30
10,200円(指定席チケット代含む)



撮影:前島 吉裕 [4611]

変貌する東京

~写真と地図に見る、TOKYOの軌跡~

1868年に「江戸府」から「東京府」となり、関東大震災や第二次世界大戦、東京オリンピックなどの大きな出来事を体験し、激しく変貌し続ける東京。2020年、私たちの住む東京はどこへ向かっていくのか...スクリーンに映し出される過去と現在の写真や地図などを見比べながら、一緒に考えていきましょう。

講師 フォトジャーナリスト 篠 利幸

4/15、5/13・27、6/17(水) 13:30~15:00 全4回 12,640円 [4604]



講師撮影

てくてく半日徒歩旅行

~青梅鉄道廃線跡と草花丘陵を歩く~

かつて多摩川の砂利運搬に使用された福生支線跡を辿り、玉川上水・多摩川を渡って草花丘陵をゆっくり歩きます。童心にかえり、探検隊キブンで3時間余の「超」小さな旅をしてみませんか。

※JR青梅線福生駅集合/解散 歩行距離約6km

講師 徒歩旅行家 佐藤 徹也

5/21(木) 10:00~13:30 3,500円



山と溪谷社 [4626]

一汁二菜 和食のきほん

食材の切り方、味付けのタイミングなど、プロのお手本を見て学びます。シンプルでがんばりすぎないメニューは、男性にもおすすめ。

※講師デモ、調理実習、実食、レシピ付き
【予定メニュー】わかめと筍の炊き込みご飯、あさりの菜種汁、手羽先のガーリック焼き、菜の花のオイル和え

講師 織田調理師専門学校 日本料理専任講師 今井 靖人

3/30(月) 10:30~13:30 4,960円(材料費2,200円含む) [4623]



万葉集をひらく~母のうた~

現存最古の和歌集の4,516首から、母を詠んだ歌を味わいます。古代人の家族への想いを通して現代を生きる私たちを知り、歴史・社会・文化にも目をむけます。やさしい解説で、予備知識なく楽しんで万葉集が身近で親しみのあるものに。

講師 古代文学学会員・河合塾講師 太田 善之

4/27(月) 13:30~15:00 2,800円 [4616]



朗読でたのしむ源氏物語

~第17帖「絵合」~

一見難しく思える古典も、声に出すと美しいリズムが心に響きます。言葉の意味や場面背景、登場人物の解説でゆっくりと源氏物語を紐解きましょう。源氏の栄華が輝く宮中絵合せ。雅な平安王朝の世界を、たっぷりとお楽しみください。

講師 NHK学園講師 新井 英之

4/7・21、5/19、6/2(火) 13:00~14:30 全4回 12,000円 [4606]



布花の春コサージュ

手染めの布にコテを当て一輪ずつ形作られる、シックでアンティーク調のバラ。日々にそっとやさしく寄り添ってくれる、とっておきのアイテムです。帽子やカバン・ストールなどにつけて、春のお出かけがもっと楽しく!(4輪作りです)

講師 布花作家トリッチ・トラッチ 鳥井 優紀

4/14(火) 13:00~16:00 4,500円(材料費1,200円含む) [4612]

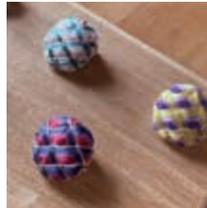


絹刺繍のひと粒ブローチ

宝石のような光沢で、リネンやカシミアなどの天然素材の服にも合う「変わり刺繍」という技法を用いた温かみのある一品。糸選びから始め吉祥模様の青海波を刺し、仕立てます。
※完成サイズ:直径1.5cm程度

講師 yaya no teshigoto主宰 中村日本刺繍教室講師 高橋 保江

5/15(金) 10:30~12:30 [4613]
13:30~15:30 [4614] 各3,900円(材料費別2,600円)



ボタニカルLEDランタン

植物の美しさを長くコンパクトに楽しみましょう。お好きな花材をふんだんに使い、花びらが立体的に浮き上がるよう艶やかに仕上げLEDを入れて灯せば、空間をナチュラルに彩る一品のできあがり。災害の備えやアウトドアにもオススメです。

講師 Candle La Luce主宰 塩味 容子

5/26(火) 10:00~12:00 [4617]
13:00~15:00 [4618]

各3,160円(材料費1,700円別)



「はじめたい!」を応援します

新緑の山へ!

里山を歩く

四季折々の彩を楽しみ、仲間と会話を弾ませながら、心拍数を上げないようにゆっくりと歩きます。中高年の山歩き初心者にもオススメ。2本の脚はあなたの主治医、月に一度、チョット体に刺激を与えてみませんか。※現地集合/解散 4月:弁天山、網代城山 第3(金)日帰り 3回(4~6月) 9,624円 [9081]

これからは始める低山ハイク

「山歩きをしてみたい、でもついていけない不安...」という初心者が、安心して始めていただくためのオリエンテーションです。教室で装備の確認と足慣らしのトレーニング、安全で疲れにくい歩き方・コースの紹介などを行います。

3/30(月) 13:30~15:00 2,300円 [4624]

講師 NEAL自然体験活動総括指導者 山崎 常雄



コツが身につく! ササっとイラスト

カードや手帳にイラストが描ければ楽しみが広がります。使い方が伝わりやす。画材の使い方・形の捉え方など表現の幅を広げ、動物や食べ物などぐらしにあふれるモチーフをテーマに、自己流からグッとレベルアップを目指します。

講師 NHK学園講師 白岩 繁夫
5/15・29、6/5(金) 13:30~15:30
全3回 8,700円



講師画 [4608]

スマホで楽しむ とっておき犬猫写真のコツ(入門)

光や背景など基本の技やスマホならではのアングル、接写・加工・SNSの楽しみ方を、写真家に学びます。猫カフェで撮影実習し、2回目は教室で講評を受けます。

4/28会場 JR武蔵溝ノ口駅猫カフェ「猫」
講師写真展
4/14(火)~26(日) 国立本校にて

講師 イヌとネコとヒトの写真館 上村 雄高
4/28、5/12(火) 10:00~12:00
全2回 6,160円(猫カフェ代別約2,000~3,000円) [4610]



学び直しの基礎英語

(中1レベル)
「基礎からやり直したい」方のクラスです。日本語と英文の構造の違いを理解すると「be動詞、一般動詞って何?」という疑問がスッキリ分り、中1英語レベルの単語と文法でスムーズに会話ができるようになります。3年間で中3英語まで進級の予定です。

講師 NHK学園講師 藤本 幸子

4/2~(木) 10:00~12:00 12回(4~6月) 38,580円 [3049]



60分で英会話! 実践レッスン

カナダ出身の講師と、様々なシーンを想定した会話でコミュニケーションを養います。場面ごとのパターンを体で覚えると、自然に言葉が出るように。話せば話すほど楽しくなる英会話、瞬発力を磨いてより親しみましょう!

講師 NHK学園講師 サラ フェルナンデス
4/9・23、5/14・28、6/11・25、7/9(木)
10:20~11:20 [4601]
11:30~12:30 [4602]
全7回(4~7月) 各24,500円



エンジョイ イングリッシュ

~英語でうたってみよう~

ネイティブの講師と日常会話を楽しむ月に2回の土曜クラス。体験日は、「歌」をテーマに、サウンドオブミュージックの「ドレミの歌」「エーデルワイス」など名曲の数々を英語で歌い、歌詞の意味などを考えながらトークをします。

講師 NHK学園講師 ワタナベ ナオキ
4/11(土) 10:00~12:00 2,800円 [4622]



ノコギリを使って

シンプルトレーをつくらう

材料・工具の基本を学びながらノコギリと玄能を使って作るシンプルなトレイ。1日お試しの入門編です。

5/12(火) 13:00~16:00
4,600円(材料費・工具貸出代1,100円含む) [4615]

2WAYスツールをつくらう

高さを変えると、腰掛けやサイドテーブルとして使える便利なスツールを作ります。全2回の講座で、暮らしに役立つ道具と技術について丁寧に学んでみませんか?

5/26、6/2(火) 13:00~16:30
全2回 13,500円(材料費5,500円含む) [4609]

講師 gyutto design木工デザイナー 大沼 勇樹



シニアのやさしいフラダンス

経験や運動神経を気にせず、気軽にはじめるのがフラダンス。心躍るハワイアンミュージックでリラックスしながら血流を良くして健康に。とにかく楽しむことを大切に、笑顔あふれるクラスです。

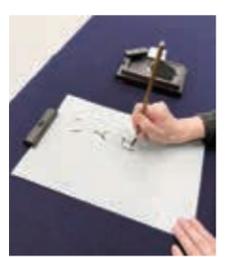
※対象:初心者または学び直したい方
無料フラダンスショー
3/24(火) 15:10~ 国立本校ロビーにて
講師 Hiwalani Hula Studio代表 花岡 晃子
4/14・28、5/12・26、6/9(火)
10:30~12:00 全5回 13,500円 [4605]



超初心者さんの書道教室

書のいろはの「い」から丁寧に学ぶ6回講座です。用具の扱い方や姿勢、筆の持ち方から慣れていきましょう。修了後は、漢字・かな・漢字かな交じりの書道講座へ進むなど、さまざまな書の道への楽しみが広がります。

講師 NHK学園講師 宮城 佳寿子
4/7・21、5/12・19、6/2・16(火)
13:00~15:00 全6回 18,360円 [4603]



絵画 水で溶かして描く油絵... 水彩画の魅力... ペン画・水彩画(混合技法)の世界... デッサン... 油絵... 気軽に淡彩・スケッチ... 水彩画入門... 水彩スケッチ... 心を贈る絵手紙... 絵手紙(四季)... 水墨画... 缶羊・墨画教室... 俳画のてほどき... やさしい日本画

音楽 ウクレレde簡単な楽曲をソロ演奏(初級)... お気に入りのJ-POPをウクレレで!(中級)... 超入門・ウクレレ教室... オカリナで大好きな曲を!... 基本ができる方のオカリナ教室... 超入門・オカリナ教室... キター教室(ソコのレッスン)... 弦楽合奏教室(一般経験者)... 扇靖流 大正琴... シニアのためのピアノ教室(月)・(土)... シニアのためのバイオリン教室(月)・(土)... 歌いましょう!我が心の歌... 身近に楽しむクラシック音楽

現地講座 東京・水辺の自然散策★... 東京「スリパチ」地形散歩★... 江戸東京の歴史を探検する★... 切絵図で歩く「江戸の坂」歴史散歩★... 歴史ウォーキング★★... 里山を歩く★★★... 関東名刹紀行★... 歴史ロマン古道★... レストランで旅するイタリア

短歌・俳句 小島なおのこれから短歌... みんなで短歌... 花山多佳子の短歌教室... 神野紗希のさくさく句会... 俳句 近藤教室

華道・茶道・花 テーブル(立礼)で楽しむ茶道・表千家... いけばな池坊... 嵯峨御流のいけばな... 「プリザーブドフラワー」アレンジメント... 手づくりプリザーブドフラワー... 花レッスン!

ペン習字 やさしいペン・書道... あなたも筆ペン上手... 日常のペン習字... ボールペン字... カリグラフィ

書道 書を楽しむ... 書を楽しむ・少人数クラス... 書を楽しむ・パーソナルレッスン... 暮らしに活かす、美しい筆文字... かな入門・初級・中級... 雅な美を伝えるかな書道(入門・初級・中級)... 漢字～入門から創作まで～... 漢字～古典を学び、自由制作を愉(たの)しむ～... 漢字とかな書道... 「NHK学園書道検定」合格をめざす... 日常の書

よくある質問

Q 見学・体験はできますか？

A ほとんどの講座で可能です。お電話でご予約ください。

Q いつから受講できますか？

A 満員の講座を除き、いつからでも受講できます。始める日の分から受講料をお納めいただきます。

Q 受講期間はどのくらいですか？

A 3か月または6か月となっています。その後も継続して開講する予定です。

表装

初心者のための裏打ち講座	(木) 10:00~12:00	現在、募集は行っておりません。	3回(4~6月) 8,118円
表装~掛軸・屏風~ 宮島 靖子(監修 表装会主宰 清水 達也)	第1・3(木) 10:00~12:00	基礎技術を習得し、進度に応じ掛軸、額、屏風へと進みます。	6回(4~6月) 16,236円
デジタル・レディース写真教室 小林 哲是 NHK学園講師	第1・3(木) 13:00~15:00	デジタルカメラの扱い方・構え方・撮り方、機能を撮影と講評で学習。	6回(4~6月) 14,094円
写真教室~撮影実習と作品講評~ 小林 哲是 NHK学園講師	(木) 10:00~12:00 (金) 10:00~12:00	野外実習では、季節の花や風景、祭事などを中心に撮影を行い、教室では撮影した写真をプロジェクターに映し、講師の講評を受け、基本的な技術のステップアップをはかっていきます。	12回(4~6月) 30,636円 11回(4~6月) 28,083円

ジュニア

こども書道~硬筆と毛筆~ 水品 悦子 NHK学園講師 (年長~小学6年生まで)	(月) 第1・3(月) 16:30~18:00 (木) 第2・4(木) 16:30~18:00	筆文字と硬筆(鉛筆)を学びます。添削を通して、上達していく様子を実感。毎月、学習の成果を残すため、硬筆と毛筆、それぞれの課題を提出。	5回(4~6月) 8,435円 6回(4~6月) 10,122円
---	--	--	-------------------------------------

仏教

仏像彫刻~入門から経験者まで~ 溝辺 了恵 NHK学園 仏像彫刻講師	(月) 月1回(月) 10:30~15:30 (火) 月1回(火) 10:30~15:30	初めてのの方は、先ず木のボール(丸)を彫りながら、ノミや彫刻刀の使い方、木の性質を理解していき、「地藏菩薩」の全身像を1年以内の完成を目指します。	3回(4~6月) 16,674円 3回(4~6月) 16,674円
仏画入門・仏画 山田 美和(公財)中村元東方研究所 東方学院講師	月1回(木) 10:00~15:00	講師オリジナルの下図や古典作品をもとに、仏さまのかたちを学んでいきます。	3回(4~6月) 16,080円
やさしい梵字仏~幸せを祈る文字~ 山本 孝円(監修 国際梵字協会会長 窪田 成円)	第3(月) 13:00~16:00	優美な正書体の梵字をテキストと特製の朴筆を使って学びます。	6回(4~9月) 18,372円
仏教って何?~仏教聖典へのいざない~ 堀内 伸二 日印文化交流ネットワーク事務局長 (公財)中村元東方研究所 専任研究員	第3(火) 10:00~12:00	「仏教は、何を教えるようとしているのか?」聖典に眼をむけ、ゆっくり紐解きます。	6回(4~9月) 18,066円
イチから学ぶ日本仏教 黒川 文子(公財)中村元東方研究所 東方学院講師	第2・4(金) 13:00~15:00	「漢訳仏典」「江戸時代の仏教の様子」などテーマについて話し、歴史・信仰・文化の面から学ぶ。	6回(4~6月) 16,848円
坐禅に安らぐ~道元禅の教え~ 来馬 正行 武蔵野・観音院住職(曹洞宗老師)	第4(木) 10:00~12:00	椅子に座しても参加できます。「正法眼蔵随聞記」を読み解き、人生の根源にかかわる説示に触れます。	6回(4~9月) 17,760円

健康・美容

広池ヨーガ健康法~体調を整えるらくらく生活ヨーガ~ 河原 けい子/本間 睦世/羽深 田鶴子 広池ヨーガ健康研究所講師	(金) 10:00~11:30	ゆっくり血流を流し全身をほぐし、毎月テーマに沿ったポーズを行います。	11回(4~6月) 30,327円
気功太極拳健康法 及川 勲子 全日本太極拳協会理事長 ほか	(土) 14:00~16:00	中国古来の神智延命術、本場の気功太極拳を満喫します。	11回(4~6月) 24,717円
手づくりアロマ~お肌も気分もリフレッシュ~ 高橋 あけみ AEAアロマセラピーインストラクター・アロマブレンドデザイナー	第3(木) 10:30~12:00	数種の精油をブレンドした「ハンド温浴」と効能・クラフト作り。	6回(4~9月) 15,930円

手芸・工芸

ナンタケットバスケット (午前) 咲花 一恵 New England Nantucket Basket Association 日本ナンタケットバスケット協会認定インストラクター	第2・4(火) 10:00~12:00 第2・4(火) 13:00~15:00	フォーマルな席でも持つことができる唯一のバスケットは、修理をしながら代々受け継ぐ由緒ある芸術品。基本のラウンドバスケット制作からはじめ、蓋付き丸形、楕円型など制作。	6回(4~6月) 30,594円 6回(4~6月) 30,594円
陶芸~土とのふれあい~ 東 典男 日本工芸会正会員 [材料費・焼成代含む]	(金) 10:00~12:30	異色掛け分けの器、二重掛けの丸壺、自由作品を作ります。	10回(4~6月) 42,330円
優雅なメッシュワーク 広瀬 光治 ネットデザイナー	第3(水) 10:00~15:00	かぎ針のモチーフをかぎりのテクニックでつなぐメッシュワーク。	3回(4~6月) 21,102円
押し花アート (入門) 今井 巴七江/笠松 ヤエ子 NHK学園講師	第2・4(火) 10:30~12:30	押し花技法、花の処理、保存法、採取方法ほか、自然の花をそのままの色で製作する技法を習得します。	6回(4~6月) 13,482円 6回(4~6月) 15,318円
手織り・裂き織り (入門) 今井 香里 日本生涯学習協議会 リビングアート手織り倶楽部講師	第1(木) 10:00~12:00	プログラムに沿って段階を踏んで製作します。古くなった着物やYシャツなどの布を裂き、卓上織り機で新しい布としてよみがえらせます。	4回(4~9月) 12,248円 4回(4~9月) 16,528円
サコタカコ創作ビーズ織り (初級) 蔵方 律子 サコタカコ創作ビーズ織り講師	第1・3(水) 13:00~15:00	プログラムに沿って、カトレアのペンダントからはじめ、ブローチ、ネックレス、小物入れと段階を踏んで制作します。	5回(4~6月) 11,235円 5回(4~6月) 12,255円
消しゴムはんこを作ろう! 内藤 志保 消しゴムはんこ作家	第4(月) 10:30~12:30	図案に沿って、季節のモチーフに挑戦しましょう。	6回(4~9月) 15,930円
羊毛フェルト 千賀 寿美子 ウィズクラフト主宰	第4(水) 10:00~12:00	専用針を羊毛に刺し、動物やお人形などの作品を完成させます。	6回(4~9月) 15,318円
カービング~石けん・くだもの・野菜~ きむら なお子 カービング・サロン・KIZUNA講師 [材料費含む]	第2(水) 10:00~12:30	タイの伝統工芸。フルーツや野菜、石けんを華やかに彫刻します。	6回(4~9月) 28,956円
はじめての鎌倉彫 [8名限定] 鎌倉彫 宝亀 宝山(ほうき ほうざん) 鎌倉彫一陽会講師	第2・4(火) 13:30~16:00 第2・4(火) 10:00~12:30	刀の研ぎ方・持ち方、基本の彫り方から始め、お盆、茶托、銘々皿等、カリキュラムと進度に応じた彫り方を学びます。	5回(4~6月) 14,295円 5回(4~6月) 12,255円

将棋

プロに学ぶ勝又清和の将棋倶楽部 勝又 清和 (公社)日本将棋連盟棋士六段 東京大学客員教授	第1・3(火) 10:00~12:00	将棋ソフトと大盤解説、簡単な詰将棋、対局と基礎知識等の教養講義で「指す楽しみ」を堪能。	5回(4~6月) 16,070円
将棋 ~初級から三段程度~ 内田 昭吉 (公社)日本将棋連盟棋道師範・六段	(金) 10:00~13:00	「定跡と手筋」の解説。自己流から脱皮し本筋の将棋を目指す。	11回(4~6月) 20,801円

囲碁

ゆっくり学び、楽しむ囲碁(火) 小泉 功太郎 NHK学園講師 [10名限定]	(火) 14:00~16:00	19路盤で打てる方向けのゆっくり確実に学ぶクラス。	9回(4~6月) 24,354円
囲碁教室(火) ~5級から三段~ 小泉 功太郎 NHK学園講師	(火) 10:00~13:00	詰碁や実戦例を使った講義と対局や指導碁で上達。	11回(4~6月) 23,716円
囲碁教室(月) ~4級から三段程度~ 樋口 奈緒子 NHK学園講師	(月) 10:00~13:00	詰碁と宿題形式の実戦譜によって布石・中盤の戦い方を解説。後半は、対局や指導碁で大局観を養います。	11回(4~6月) 23,826円 11回(4~6月) 23,826円
囲碁初級・中級~10級から三段~ 樋口 奈緒子 NHK学園講師	(火) 14:00~17:00		
小林孝之囲碁教室 ~初段をめざす・12級から三段~ 小林 孝之 NHK学園講師・日本棋院準棋士三段	(月) 14:00~17:00	「初段になったが自信がない方」を対象に基本定石、手筋を学びます。	11回(4~6月) 23,606円

外国語

NEW 学び直しの基礎英語(中1レベル)~ 藤本 幸子 NHK学園講師 [10名限定]	(木) 10:00~12:00	「基礎からやり直して話したい」方対象。中3英語まで進級。	12回(4~6月) 38,580円
オトナのゆっくり英会話(月)★ 藤本 幸子 NHK学園講師 [キャンセル待ち] [10名限定]	(月) 10:00~12:00	中3英語までの基本の文法を繰り返し練習します。	11回(4~6月) 35,365円
ゆっくり中2英語から学ぶ英会話~ 藤本 幸子 NHK学園講師 [キャンセル待ち] [10名限定]	(月) 13:00~15:00	「基礎からやり直して話したい」方対象。中3英語まで進級。	11回(4~6月) 35,365円
ゆっくり学ぶ英会話★★ 藤本 幸子 NHK学園講師 [キャンセル待ち]	(火) 10:00~12:00	便利な会話表現と文法のルールを、やさしい解説を聞きながら練習。	11回(4~6月) 26,961円
もういちど英会話!★ 藤本 幸子 NHK学園講師 [キャンセル待ち]	(火) 13:00~15:00	基本的な文法の繰り返しと、よく使われる英会話の文章を練習。	11回(4~6月) 28,083円
英会話を楽しもう★ 藤本 幸子 NHK学園講師	(水) 10:30~12:00	発音・聞き取りの学習を交えながら、英会話の練習をします。	11回(4~6月) 26,961円
ゆっくり中3英語から学ぶ英会話~ 藤本 幸子 NHK学園講師 [10名限定]	(水) 13:00~15:00	会話力につながる実践的な方法でスムーズな会話を身につけます。	11回(4~6月) 35,365円
英会話 トーク&トーク ~レベル1~★★★ プライズ・ポイヤー/藤本 幸子 NHK学園講師	(金) 10:00~12:00	外国人講師と正確な発音リズムを、日本人講師で文法を学びましょう。	11回(4~6月) 27,522円
英会話 トーク&トーク ~レベル2~★★★ プライズ・ポイヤー/藤本 幸子 NHK学園講師	(金) 13:00~15:00	決められた話題について考えを述べ、スピーキング力を身につけます。	11回(4~6月) 29,205円
英会話のてほどき★★~ネイティブと日本人、二人の講師~ プライズ・ポイヤー/福岡 博子 NHK学園講師	(水) 10:00~12:00	前半は外国人講師と英会話の実践、後半に日本人講師と会話表現の学習。	11回(4~6月) 27,522円
中学教科書で英会話トレーニング★ 福岡 博子 NHK学園講師	(木) 10:00~12:00	教科書「ニュークラウン」を使い「聞く」「話す」の反復をします。	12回(4~6月) 33,696円
中高年の英会話塾(中学2年~3年レベル)★★ 鶴谷 美登里 NHK学園講師	(水) 10:00~12:00	「聞く→読む→書く→使う」のプロセスを通して、英会話を確かなものに。	10回(4~6月) 25,020円
中高年の英会話塾~入門~★★(中学2年レベル) 鶴谷 美登里 NHK学園講師 [キャンセル待ち]	(水) 13:30~15:30	「話す」ことを中心に「聞く」「読む」「書く」の力を伸ばします。	10回(4~6月) 25,020円
キャッシュの英会話サロン★★★ キャサリン・小林 NHK学園講師	(水) 10:00~12:00	1週間で起きた出来事、日本の行事、ニュースなどを教材にしたレッスン。	9回(4~6月) 23,895円
エンジョイ イングリッシュ★ ワタナベ・ナオキ NHK学園講師	月2回(土) 10:00~12:00	日本語を使わずナチュラルな英会話为目标のレッスンです。	6回(4~6月) 16,542円
使える!伝わる!韓国語★(初級~中級レベル) キム ジウウォン NHK学園講師 [10名限定]	(月) 10:30~12:00	日常会話に必要な語彙や文法、正確で自然な発音を学びます。	9回(4~6月) 25,272円
韓国語 中級(月)★★ キム ジウウォン NHK学園講師	(月) 13:00~14:30	文法や語彙をマスターし、簡単な会話ができる方が対象。	9回(4~6月) 22,977円
楽しいハングル★★ キム ユビ NHK学園講師	第1・3(水) 10:00~12:00	ハングルの基本文型や発音変化を覚える月2回のクラス。	5回(4~6月) 13,275円
韓国語 中級(土)★★★ キム ジュヒョン NHK学園講師	(土) 10:00~11:30	「話す」「聞く」「書く」「読む」の力をバランスよく伸ばしていきます。	10回(4~6月) 25,530円

料理

おいしい!安全調味料を自分で作る~ オザワ エイコ [かもしラボ]主宰 クラーク記念国際高等学校非常勤講師 [材料費含む]	月1回(火) 10:30~13:30	スパイスを楽しむ、初夏の定番梅仕事 ほか	6回(4~9月) 30,300円
魅惑の西欧菓子 伊藤 公朗 オーストラリア食文化協会理事 [伊藤屋]シェフ [材料費含む]	第2(火) 10:30~13:30	ムース・フリーズシトロン、バンド・ジェンヌ ほか	6回(4~9月) 30,300円
くらしの中の薬膳~からだにやさしいごはん~ 西土井 晴子 国際中医薬膳師 薬剤師 [材料費含む]	第4(金) 10:00~13:00	めまい、のぼせを改善する食材、ストレスを解消する食材 ほか	3回(4~6月) 16,062円
「日本料理」~毎日の献立から季節のおもてなしまで~ 今井 靖人 織田調理師専門学校 日本料理専任講師 [材料費含む]	月1回(土) 10:00~13:00	お餅グラタン、鯖のさっと煮、春野菜のサラダ ほか	6回(4~9月) 28,764円
男の料理 運本 宣子 料理研究家 [材料費含む]	第1(土) 10:30~13:00	豚ヒトマトソース煮、コーリャン風サラダ、長葱じゃがいもスープ ほか	2回(4~6月) 10,606円
手打ちそば・うどん教室 藤田 敏夫 稲城市「花子茶屋」元店主 [材料費含む]	第2(土) 13:30~16:00	そば石臼で挽く究極のそば粉で作る本格的なそば。男性に人気。	6回(4~9月) 25,704円

歴史・文章・小説

~書いて、語る~ 100文字エッセイ教室 八鏡 正大 作家	第3(金) 13:30~15:30	身近な出来事を書き、音読し、思いを語り対話します。	6回(4~9月) 16,542円
4枚小説を書いてみよう 八鏡 正大 作家	第2(木) 13:00~15:00	書いた小説を配布→プレゼンテーション→感想→講師講評という流れ。	6回(4~9月) 16,542円
原文で読む 源氏物語 新井 英之 NHK学園講師	第1・3(火) 13:00~14:30	本文の朗読を通じて、物語の世界に思いをはせます。総合巻を読み進めます。	5回(4~6月) 14,040円
古文書解説 ~公家の旅日記で戦国の村世界を読み解く~ 桜井 克己 NHK学園講師	第1・3(土) 13:30~15:30	九条家文書の「政公公旅引付(まさもとこうたげひきつけ)」を読みまわります。	6回(4~6月) 15,318円
心をつかむ話し方 ~もっとコミュニケーション上手に~ 村松 真貴子 元NHKキャスター・エッセイスト	第3(金) 19:00~21:00	上手な自己紹介やスピーチを身につけ、話し方に自信をつけましょう。	6回(4~9月) 18,372円

おでかけして学ぶ! 現地講座

知識と経験豊富な講師の案内で、街や野山、神社仏閣を訪ねます。
※現地集合・解散

木下栄三の江戸東京今昔散歩 ～清水御門界隈から半蔵御門界隈編～

江戸から東京へと時空を超えた街歩きを案内。江戸の面影を残した土堤からの見事な眺望を楽しみ、幕末から明治、昭和にかけて史実の色濃い地域を歩きます。北の丸公園では、ひと足早い夏を五感で感じてみませんか。



講師 建築家・画家・江戸文化歴史検定1級 木下 栄三
5/12(火) 13:00～16:00
4,479円(イヤホンガイド、資料代含む) [4628]

坐禅体験と 禅寺料理の食事作法

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、静かに自分と向き合う時間です。



◎会場: 観音院 (JR武蔵境駅南口すぐ)
講師 武蔵野・観音院住職(曹洞宗老師) 来馬 正行
5/23(土) 9:00～14:00
5,100円(食事・資料代含む) [4630]

レストランで旅する イタリア【特別編】

講師が厳選した会場で、経験豊富なシェフが紡ぎ出すランチフルコースとワインを堪能いただけます。歴史・芸術・食文化など、さまざまな角度からイタリアの楽しみ方をご紹介します。



◎会場: 吉祥寺「レストランティマイ」
講師 (公財)日伊協会理事 フォトジャーナリスト 篠 利幸
5/29(金) 13:00～15:00
9,564円(食事代6,000円含む) [4629]

「江戸の坂」歴史散歩

現代地図と切絵図を手に、かつて発展した江戸の街を歩きます。今なお残る坂や、その付近の名所、著名人の墓などを探索し、いつもの街並みから昔の人々の生活に思いを馳せます。



1日体験デー
3/17(火) 春日小石川を歩く
講師 日本坂道学会 会長 山野 勝
第3(火) 13:00～16:00
5回(4～9月) 16,805円 [9088]

東京競馬場へ、ようこそ

女性限定デーあり!



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、特別室で「競馬新聞の読み方」「馬券の買い方」などのセミナーを受け、レースを観戦。最終レース終了後は、バックヤードツアーをお楽しみください。
参加対象: 初めて参加される方
◎会場: 府中市東京競馬場

講師 中央競馬 ピーアールセンター講師
① 4/25(土) 10:00～17:00 [4631]
② 女性限定デー 5/17(日) 10:00～17:00 [4632]
各4,786円(入場券、昼食、競馬新聞、テキスト代含む)

東京「スリバチ」 地形散歩

谷と台地がコラボする街、東京。立体的な地形を、自分の足で歩いて・観て・体感するウォーキング講座です。現代と過去の「特製地形マップ」片手に、毎回6kmほどのアップダウンを制覇します!



講師 東京スリバチ学会会長 皆川 典久
月1回(土) 10:00～13:00
6回(4～9月) 18,636円 [9094]

水辺の散策 渡良瀬遊水地の春

貸切バス

小まわりのきくマイクロバスで遊水池をご案内。この時期は、絶滅危惧種を含む野草が一面に芽吹き、天然記念物のコウノドリ等の野鳥観察や、地域在来種の思川桜の開花も期待できそうです。



◎東京駅集合・解散
講師 ココペリプラス代表 寺田 浩之
4/16(木) 8:30～18:30
13,600円(貸切バス代・食事代・入館料含む) [4627]

関東名刹紀行

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。



講師 中村元東方研究所東方学院講師 黒川 文子
月1回(水) 10:30～15:30
5回(4～9月) 16,800円 [9084]

美と健康

疲れにくい体をつくるヨガ ～やさしいポーズで体調改善～

運動不足・ストレス解消にも効果的なポーズで、体のコリをほぐし、気持ちよさを実感します。宮本理事長から直に学ぶ機会、体幹を強化して疲れにくい元気な体にスイッチしましょう!
※週に1回の定期講座は中面へ

講師 広池ヨーガ健康研究所代表 宮本 登喜子 ほか
5/22(金) 10:00～11:30 2,960円 [4621]

記念フォトつき! 感動のヘア&メイク (午前)

5,000人を美再生させたシニア写真館専属アーティストが、気になる髪のボリューム対策・上質な肌作りとポイントメイクを伝授。講座後の記念撮影はとっておきの1枚に。
※普段お使いのメイク道具持参、L版写真1枚お持ち帰り

講師 集鴨・えがお写真館専属ヘアメイクアップアーティスト 船津 有史 ほか
6/2(火) 10:00～12:00 [4619]
13:30～15:30 [4620] 各9,835円(写真撮影代含む)

カサハラ式 足裏バランス健康法<実践編>

足に関心がないのは、健康に関心がないのと同じ! 足裏から全身を、重力とのバランスを整えて健康に。40歳以降のひどい外反内反「ハパーデーン」結節についても詳しく解説します。
【実践内容】足・腰・ひざ・首・転倒予防など

笠原 巖 講師の講演
3/31(火) 「カサハラ式 足と健康との関係」
13:00～15:00 3,867円 [4581]

講師 カサハラフットケア整体院・専属講師 関野 裕之
5/21、6/4・18(木)
13:30～15:30 3回 13,605円(教材費3,960円含む) [4607]

プロに学ぶ! 勝又清和の将棋倶楽部

現役棋士のわかりやすい解説が定評の月2回クラス。タイトル戦の解説や指導対局を、脳トレ感覚で楽しみましょう! 初心者の方もどうぞ!

講師 (公社)日本将棋連盟棋士六段 東京大学客員教授 勝又 清和
第1・3(火) 10:00～12:00
5回(4～6月) 16,070円 [2010]

心をつかむ話し方

メールやインターネットなどが発達した現代、話し方を磨くことは温かい人と人とのつながりをつくり、イキイキと生きる力になります。司会やスピーチ、プレゼンテーション、朗読やPTAなどさまざまな場面で役立つヒントをお伝えします。

講師 元NHKキャスター・エッセイスト 村松 真貴子
第3(金) 19:00～21:00
6回(4～9月) 18,372円 [8030]

気軽に淡彩・スケッチ(月)

「どのように描いてよいかわからない」という初心者の方も、マンツーマン方式で淡彩スケッチのコツを学びます。透明水彩の画材の使い方を習得し、身の回りの様々なものを描きましょう!

講師 洋画家 蒲生 俊紀
(月) 10:30～12:30
12回(4～6月) 29,412円 [5032]

缶羊墨画教室

筆の持ち方、墨のつけ方から始め、基本の描き方を学びます。墨の濃淡・にじみを大切に個性ある作品を描きましょう。墨の美しさ、不思議さを充分味わって、魅力ある美しい墨画を楽しみます。

講師 NHK学園講師 鈴木 缶羊
第1・3(火) 10:00～12:00
5回(4～6月) 12,255円 [5017]

仏画入門・仏画

講師オリジナルの下図や古典の作品をもとに、仏さまのかたちを学びます。個人のペースに合わせ、和紙と墨の調和、筆の遣い方など技法を身につけ、ご自分ならではの仏の世界を表現していきます。

講師 中村元東方研究所 東方学院講師 山田 美和
月1回(木) 10:00～15:00(休憩含む)
3回(4～6月) 16,080円 [5007]

魅惑のトルコランプ (午前/午後)

イスタンブールが誇る人気のお土産であり、宮殿にて使用されている伝統工芸です。色鮮やかなビーズやガラスで作るスタンランプは、灯りをつければ宝石をちりばめたかのような姿です。サイズ約30cm×10cm

講師 トルコ文化センター日本人講師
3/30(月) 10:00～12:00 [4582]
14:00～16:00 [4583]
各10,450円(材料費・送料7,090円含む)

音楽講座

初心者歓迎!

超入門・ウクレレ教室
講師 海田 祐樹史
第1・3(水) 13:30～15:00
5回(4～6月) 16,430円

扇靖流 大正琴
講師 岩佐 扇靖
第1・3(水) 10:00～12:00
5回(4～6月) 13,785円

身近に楽しむクラシック音楽
講師 長岡 英
月1回(火) 10:30～12:00
6回(4～6月) 16,542円

水墨画～はがき絵から額絵まで～

お1人ずつの進度に応じた学習ができます。初めての方は、お手本を使って野菜や草花などのやさしい筆づかいからゆっくり楽しく学びましょう。

1日体験デー
3/18(水) 「くにたちの桜を描く」
10:00～12:00 3,250円 [4589]

講師 現代水墨画協会同人 松尾 恵生
第1・3(水) 10:00～12:00
5回(4～6月) 12,765円 [5008]

ニオイがなく、からだにやさしい 水で溶かして描く油絵

水で溶かして水彩のように描ける油絵の具は、石油系のニオイがなく、従来の油絵技法もほぼ応用できます。静物をモチーフに、画材の使い方、描く手順、下描き、混色のコツなど、わかりやすく学びます。

講師 NHK学園講師 櫻井 重和
第1・3(火) 13:00～16:00
6回(4～6月) 18,678円 [5021]

仏画入門・仏画

講師オリジナルの下図や古典の作品をもとに、仏さまのかたちを学びます。個人のペースに合わせ、和紙と墨の調和、筆の遣い方など技法を身につけ、ご自分ならではの仏の世界を表現していきます。

講師 中村元東方研究所 東方学院講師 山田 美和
月1回(木) 10:00～15:00(休憩含む)
3回(4～6月) 16,080円 [5007]

手作りアロマ

心や身体のトラブルを穏やかに癒す、神秘的力を秘める植物の香り。「ハンド浴」でリラックスし、効能やくらしの中の取り入れ方などを聞き、精油をブレンドし、クラフトを手づくりします。

講師 日本アロマ環境協会認定アロマセラピーインストラクター 高橋 あけみ
第3(木) 10:30～12:00
6回(4～9月) 15,930円 [9003]

歌いましょう! 我が心の歌

講師 片桐 和子 種村 久美子
第2・4(木) 13:30～15:30
10回(4～9月) 23,990円 [若干名募集]

お申し込みにあたっての 注意事項

●お電話からホームページからご予約をください。 ●予約された方は、NHK学園より払込取扱票をお送りいたします。到着後1週間以内に受講料を添えて、郵便局またはコンビニエンスストア、もしくはスクール窓口でお手続きをお願いいたします。 ●入会金は無料です。 ●受講料には、施設維持費が含まれています。 ●受講料・施設維持費は消費税込です。 ●講座によっては教材費・材料費が別途かかります。お申し込みの際にご確認ください。 ●現地講座は、交通費・入館料等は自己負担となります。 ●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。 ●受講者が一定数に達しない場合は、開講を延期または中止することがあります。 ●受講料は講座が中止になった場合を除き、原則としてお返しいたしません。 ●新講座につきましては、初回のご見学・体験はできません。 ●NHK学園の敷地内は、禁煙となっております。

ナンタケット キャンディバスケット

Nantucket島で培われたバスケットは、長い年月をかけて受け継がれ、「世界一美しいバスケット」と称されています。小物やお菓子などを入れてお使いください。完成サイズ: 直径約11cm×高さ約9cm

講師 日本ナンタケットバスケット協会認定インストラクター 咲花 一恵
3/17(火) 10:00～15:00(昼休憩含む)
7,160円(材料費別12,500円～) [4586]

5名限定

講師 日本アロマ環境協会認定アロマセラピーインストラクター 高橋 あけみ
第3(木) 10:30～12:00
6回(4～9月) 15,930円 [9003]

会場はユリ・リトミック教室(国立市)です

シニアのためのピアノ教室
講師 石丸 由理
月1回(月)または(土) 6回(4～9月) 19,248円

シニアのためのバイオリン教室
講師 石塚 みどり
※詳細は中面へ

シニアのための ピアノ教室

講師 石丸 由理
月1回(月)または(土) 6回(4～9月) 19,248円

シニアのためのバイオリン教室
講師 石塚 みどり
※詳細は中面へ

※掲載の写真はイメージです。