

6月～9月開講一覧
お申込受付中

おかげさまでNHK学園は10月1日に創立60周年を迎えます。



JR国立駅すぐ
徒歩5分

私も始めてます!

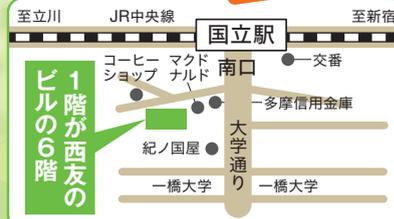
岸本葉子さん
イメージキャラクターの
岸本葉子さん
(エッセイスト・
元NHK俳句・
番組司会者)が
講座を体験!

書き下ろしエッセイ
好評配信中!

下記二次元コードまたは
「NHK学園オープンスクール」で
検索してください

NHK学園

くにたちオープンスクール



入会金無料 見学無料 体験大歓迎
受講のお申込・ご相談はお電話でお気軽に!

042-574-0570

受付時間 9:30～19:00

(土・日曜は15時まで・祝日休み)

〒186-0004 東京都国立市中1-9-30 国立せきやビル6階

ネットなら
24時間
申込受付



とっておきをあなたに

特別一日 くにたち初～クラフトビール醸造所特別見学会①②

KUNITACHI BREWERY 醸造長 斯波 克幸

国立市内に醸造所を構える「KUNITACHI BREWERY」。国立市で初めてできたビール醸造所です。今回特別に醸造所の見学と試飲が行えます。



①7/23(土) 13:00～14:50
②7/23(土) 16:00～17:50
3,000円(教材費別2,500円)

① 9251
② 9252

特別一日 ペット災害危機管理士®認定講座(4級・3級)

(一社)全日本動物専門教育協会
ペット災害危機管理士®統括責任者 鈴木 清隆

ペット災害危機管理士とは人とペットの身を守ることを重点に災害発生時の危機管理を学ぶ資格講座です。

※4級を受講した方は、3級講座も受講可能
※合格者には後日協会より修了証を発行
※ペットの同伴不可



(4級)9/29(木) 10:00～12:30 3,660円 9272
(3級)9/29(木) 13:30～16:00 6,660円 9273

特別一日 アロマワックス～香りのインテリア～

アロマワックス作家 三本木 あゆ美

灯さないアロマキャンドルとして話題のアロマワックス。今回はアクセントにリボンを付けます。いろいろな型から2つお作りいただけます。

※サイズ(約):
縦6～9cm、横5cm



9/30(金) 10:00～12:00
3,000円(材料費別2,000円)

9261

特別一日 美肌のための手づくり石鹸～夏のメントール石鹸～

Ciao*Soap あめお

肌にやさしく保湿効果の高い天然素材(ごめ油と太白ごま油)をメインに石鹸を手づくりします。石鹸は乾燥・熟成・酸化のため、制作後約一か月で完成します。



6/29(水) 10:00～12:00
3,100円(材料費別2,700円)

9271

夏休み自由研究 N学キッズくらぶ

3回 家族で楽しむスクラッチプログラミング

東京スマホ研究会代表 佐藤 弥子

子どもが楽しみながら操作できるプログラミング言語として話題の「SCRATCH(スクラッチ)」の基礎を「小1～小3」のお子さまを対象に学びます。ご家族の方とご参加ください。パソコンを持参してください。



対象
小1～小3

第1・4・5(日) 10:30～12:00(7/24・31・8/7)
1か月3回 7,500円
(材料費別900円)

9614

2回 スクラッチプログラミングを楽しく!

世界中で使われ、さまざまなプログラムを作り楽しめる「SCRATCH(スクラッチ)」。こちらのコースは「小4～小6」のお子さまを対象にベテラン講師がやさしく指導します。パソコンを持参してください。



対象
小4～小6

第3・4(日) 10:30～12:00(8/21・28)
1か月2回 5,000円
(材料費別600円)

9615

特別一日 <夏休み自由研究> 食品サンプルを作ろう!(午前)(午後)

大和サンプル製作所第三工房スタッフ

氷苺クリップとストロベリータルトチャームを作ります。クリップはメモ立てや写真立てに、チャームは作製後、鞆に付けていただけます。※サイズ(約):氷苺クリップ 高さ9cm ストロベリータルトチャーム 高さ5cm



対象
3歳～中学生

8/4(木) 10:00～12:00 9259
8/4(木) 13:00～15:00 9260
2,200円(材料費別3,300円)

特別一日 my野球グローブを作ろう!

(株)池北工房 代表取締役 池北 晃明

カットされた革を自分の手になじませながら、野球グローブに編み上げていきます。革は老舗ローリングス製の軟式野球用です。※子供用又は、大人用。グローブの色は、大人用ブラック、子供用ゴールドタン。



対象
小1～大人

8/21(日) 10:00～14:00
2,800円
(材料費別11,000円 子供用9,000円)

9254

特別一日 <夏休み自由研究> 風を切れ!かっこいい「レーシングカー」を作ろう!

CLUB WAD代表 梁取 弘明

マイクロコントローラ(マイコン)を搭載した電子回路によってモーター制御を実験できます。「紙」を使用したボディで板状の材料から立体形状の構成を体験します。(小学3年生以下は保護者の付き添いが必要です)



対象
小1～大人

8/3(水) 14:00～17:00
2,900円(材料費別3,400円程度)

9270

特別一日 <夏休み自由研究> 相撲バトルができる!クワガタロボットを作ろう!

CLUB WAD代表 梁取 弘明

ハサミと足を動かしながらグングン前に進む、かっこいいクワガタ虫ロボットを作ります。工作を通して、幾何学や運動体に関する物理への興味、関心を高めます。(小学3年生以下は保護者の付き添いが必要です)



対象
小1～大人

8/3(水) 10:00～13:00
2,900円(材料費別3,400円程度)

9269

特別一日 <夏休み自由研究> ドローンを飛ばしてみよう

ドローンビルディCEO 北岡 弘

イベントの空撮や災害調査など、ドローンはさまざまな現場で活躍をしています。今回は教室内で飛ばせるサイズのものを選びます。大人の方もご受講いただけます。



対象
小3～大人

8/2(火) 13:30～15:00
4,160円(材料費別2,500円)

9253

特別一日 <夏休み自由研究> 親子陶芸教室①②③④ ～電動ろくろ体験～

陶芸家 冨永 慎一

電動ろくろを使ったり、手びねりの自由制作、カップや茶碗の絵付けができます。(※付き添い・撮影入室不可)



対象
4歳～大人

①7/17(日) 10:00～11:45
②7/17(日) 13:00～14:45
③7/22(金) 13:00～14:45
④7/22(金) 15:15～17:00
2,150円(各1人)親子2人4,300円
(材料費別1,200円)

① 9265
② 9266
③ 9267
④ 9268

特別一日 明るい未来を願う ヴィクトリーブーケ

Dried flower Kicoro主宰 豊美 喜久子

昨夏に表彰台でメダルと共に授与された、ヴィクトリーブーケをイメージしたブーケを作りましょう。ドライフラワー、ソラフラワーとアーティフィシャルフラワーを使います。



対象
小1～大人

7/23(土) 10:30～12:30
2,800円(材料費別3,300円)

9263

特別一日 気分は職人! 団扇を作ろう

松根屋店主 山本 慶大

扇子・団扇の歴史についての講義を松根屋店主山本慶大さんによるトークを交えながら学んでいきます。資料と京扇子団扇組合発行の漫画本付き。



対象
小1～大人

8/7(日) 13:00～15:00
3,500円(材料費別1,000円)

9264

2回 毛糸でつくる一輪の花

編み物作家 くげなつみ

カーネーションを一輪、毛糸で編んでみましょう。2月に表彰台で、メダルと共に毛糸で編んだお花のブーケが授与されました。沢山つくって束ねれば、ブーケになります。お花は、ブローチや髪飾りにアレンジ出来ます。



対象
小1～大人

第1・3(土) 13:30～15:30(8/6・20)
1か月2回 5,000円
(材料費別800円)

8101

特別一日 ころころポン! たねダンゴで花畑を作ろう!

グリーンアドバイザー東京 稲田幸江

肥料をころころねた土に花の種を練りこんで、たねダンゴを作ります。ポン!と植えて約3か月後の開花をお楽しみに!花と緑を身近に感じ、育てる楽しさを学びます。



対象
小1～大人

6/24(金) 11:00～13:00
3,200円
(材料費別途)

9275

現在開講中の講座一覧【入会随時受付中】

※ 見学・体験は随時受け付けております(一部講座を除く)。
 ※ 語学や楽器、囲碁講座では、レベルや進度を確認していただくため、見学をお勧めします。

講座名/講師/期間・回数/受講料	曜日/時間
書道 筆をもつ、癒しの時間	
書道・上達の近道 ～はじめての方から経験者まで～ 威元 訓征 6回 18,372円 1024	第2・4(月) 10:00～12:00
実務書道(賞状書士) 日本賞状書士養成センター講師 田中 初江 5回 12,255円 1015	第1・3(火) 10:00～12:00
書道・かなに親しむ ～季節の歌を楽しむ～ 日展準会員 寺岡 榮舟 ① 6回 15,930円 1001 ② 6回 15,930円 1002	第1・3(火) ①13:00～15:00 ②15:30～17:30
かな書道 ～「百人一首」を書く～ 毎日書道会 会友 浜野 昌子 6回 13,482円 1003	第1・3(火) 13:30～15:30
やさしい書道 波江 玲希 6回 13,482円 1004	第2・4(火) 13:00～15:00
書を楽しむ ～はじめての方から経験者まで～ 清水 じゅん子 6回 13,482円 1005	第2・4(木) 10:00～12:00
美しいかな書道 ～基本から応用まで～ 日展会友 湯川 三壽 3回 10,980円 1007	第1(木) 13:30～15:45
書道入門(土曜) ～漢字・かな～初めての方から上級者まで～ 日展会友 清水 澄江 6回 13,482円 1012	第1・3(土) 10:00～12:00
土曜書道 ～はじめての方から上級者まで～ 上野 清美 5回 11,235円 1033	第2・4(土) 13:00～15:00
漢字書道 ～書の名品に学ぶ～ 日展会友・謙慎書道会常任理事 梶原 千照 (基礎クラス)3回 8,271円 1034 (古典クラス)3回 8,880円 1030 (半切クラス)3回 9,798円 1000 (研究クラス)3回 10,500円 1038	(基礎・古典・半切) 10:00～11:45 第4(土) 10:00～12:00
日曜書道 ～はじめての方から上級者まで～ 上野 清美 6回 13,482円 1032	第1・3(日) 10:00～12:00

ペン習字 美しい文字をめざして	
『百人一首』を筆ペンで書く 齋藤 佳響 3回 7,353円 1022	第1(金) 15:30～17:00
基礎から学ぶくらしのペン習字 佐藤 妙子 6回 13,482円 1014	第2・4(水) 13:30～15:30
筆ペン ～まずは名前から上手に！～ 齋藤 佳響 6回 14,706円 1008	第1・3(金) 13:00～15:00
月1回のやさしい筆ペン 齋藤 佳響 3回 7,353円 1023	第3(金) 15:30～17:00

アート&文字 アートと文字を楽しむ	
粋な江戸文字を書く ～「勘亭流」と「まとい文字」～ 江戸文字作家 志村 康夫 6回 16,542円 1020	第1・3(水) 14:00～16:00

外国語 <small>★基礎を学びたい方 ★★かんたんなやりとりができる方 ★★★ある程度経験のある方(レベル確認のためにご見学ください)</small>	
楽しい英会話★★★ Little California English主宰 エリック・ブラウン 6回 17,400円 2998	第1・3(火) 13:00～15:00
エンジョイ イングリッシュ★★★ 日 ワタナベ ナオキ 6回 16,542円 3015	第2・4(日) 10:00～12:00
やさしいドイツ語会話★★★ 石橋 諭 10回 25,530円 3008	毎週(月) 10:00～12:00
中学英語でLet's Try英会話★ ～楽しく学ぶ英語の基礎～ 元NHK学園高等学校英語教諭 八木澤 峰子 6回 16,842円 3013	第2・4(木) 13:00～15:00
キャッシュと話そう!英会話テーブルトーク★★★ キャサリン・小林 9回 24,813円 3031	第1・3・4(火) 10:00～12:00
Let's Talk in English★★★ 湯野川 祐子フローレンス 10回 27,570円 3010	毎週(月) 10:00～12:00
おしゃべり英会話★★★ キャサリン・小林 7回 19,299円 3004	第1・3・4(月) 10:00～12:00
サタデーモーニング・イングリッシュ★★★ 土 ニコル・マノ 8回 22,056円 3024	毎週(土) 10:00～12:00
いきいき英会話★★★ 夜間 ジョシユア・ハーマントリー 12回 33,084円 3005	毎週(水) 18:30～20:30
ティ先生の英会話★★★ 英語スクール講師 テディ・グラハム 6回 16,800円 3036	第2・4(水) 10:00～12:00
(午後)ティ先生とはじめての英会話 英語スクール講師 テディ・グラハム 6回 16,800円 3037	第2・4(水) 13:00～15:00
フランス語 ヴァンソン・シャードンロー (入門)★6回 16,542円 3028 (初級)★★6回 16,542円 3030 (中級)★★★6回 16,542円 3029	第1・3(金) (入門)15:00～16:30 (初級)13:00～14:30 (中級)10:00～11:30
はじめてのドイツ語★ 土 柴田 曜子 6回 16,542円 3019	第1・3(土) 10:00～12:00

講座名/講師/期間・回数/受講料	曜日/時間
ドイツ語実践★★★ マリアンネ 波壁 6回 16,542円 3011	第2・4(月) 13:00～15:00
初めてのイタリア語 マリオ・ヴオット (入門)★6回 16,800円 3022 (初級)★★6回 16,542円 3021	(入門) 第2・4(火) 13:00～14:30 (初級) 第2・4(金) 10:30～12:00
中国語(初級・木曜)★★★ 桜美林大学講師 曹 瀟依 9回 22,977円 3018	毎週(木) 13:00～14:30
中国語(中級・金曜)★★★ 桜美林大学講師 王 海藍 11回 28,083円 3009	毎週(金) 10:00～12:00
韓国語(初級II)★★★ 夜間 韓 昇意 10回 25,530円 3043	毎週(月) 19:00～20:30

絵画(洋) こころのキャンパスに描く	
デッサン ～基礎から表現まで～ 加藤 尚美 6回 15,318円 5000	第2・4(火) 13:00～15:00
水彩で描く風景 美術家 高木 雄司 6回 17,760円 5026	第2・4(金) 13:00～15:30
憧れの油絵 ～描いてみませんか、簡単な形から～ 小倉 一男 6回 16,848円 5003	第1・3(火) 13:00～15:00
絵画入門 加藤 尚美 12回 30,636円 5001	毎週(火) 10:00～12:00
スケッチ・水彩画 北条 章 (水曜)6回 17,154円 5005 (金曜)6回 17,154円 5002	第1・3(水) 第2・4(金) 10:00～12:00
多摩の風景スケッチ 洋画家 日展会友 光風会会員 知久 正義 6回 15,318円 5035	第1・3(火) 13:00～15:00
旅のスケッチ 小田 正人 6回 16,848円 5022	第2・4(木) 13:00～15:00
色鉛筆と水彩入門 小田 正人 6回 16,848円 5025	第2・4(木) 10:00～12:00
やさしい水彩画 ～季節の花・風景を描く～ 日 大熊 弘文 6回 15,318円 5014	第2・4(日) 10:00～12:30
淡彩・水彩画入門 蒲生 俊紀 4回 10,620円 5038	第1・3(月) 13:30～15:30
水曜絵画 ～水彩・パステル～ 蒲生 俊紀 12回 30,636円 5016	毎週(水) 10:00～12:00
ぬり絵からはじめる絵の世界 ～色鉛筆と水彩～ 天野 たま美 6回 15,318円 5045	第1・3(火) 10:00～12:00
ぬくもりのある色えんぴつ画 アトリエSUN主宰 上野 道 6回 16,800円 5027	第1・3(金) 13:00～15:00
やさしい植物画 「ポタニカルアートの会」講師 安井 亜代子 (午前)6回 15,318円 5033 (午後)6回 15,318円 5021	第1・3(金) (午前) 10:00～12:00 (午後) 13:00～15:00
～ポタニカルアートを楽しむ～ パラと花を描く 植物画家 山田 道恵 4回 11,028円 5044	第1・3(月) 13:00～15:00
やさしいペン画 ～線で描くモノクロの世界～ 小林 美紀 6回 15,318円 5057	第2・4(月) 13:00～15:00
—基礎から学ぶ— やさしい油絵入門 中川 直子 6回 16,848円 5020	第1・3(金) 13:30～15:30
アクリル画はおもしろい 画家 清原 明生 6回 16,800円 5040	第2・4(金) 10:00～12:00
楽しい水彩スケッチ 白岩 繁夫 4回 10,620円 5011	第1・3(月) 13:00～15:30
はじめてのスケッチ教室 白岩 繁夫 5回 13,275円 5013	第2・4(月) 13:00～15:30

絵画(和) 想いを絵筆にのせて	
初歩からの日本画 日本画家 清水 智和 8回 19,608円 5037	第1・2・3(水) 10:00～12:00
俳画を楽しむ 池田 清蓮 6回 14,706円 5009	第2・4(月) 13:30～15:30
入門の水墨画 現代水墨画講師 石渡 康江 6回 14,706円 5019	第1・3(木) 10:00～12:00
四季の絵手紙 日本絵手紙協会公認講師 丹羽 和代 6回 14,706円 5029	第2・4(水) 10:00～12:00
絵手紙を楽しむ 浅倉 須真子 6回 16,542円 5031	第2・4(木) 13:00～15:00
やさしい木版画 日本版画協会 木下 泰嘉 6回 14,706円 5023	第2・4(金) 10:00～12:00

講座名/講師/期間・回数/受講料	曜日/時間
楽しい消しゴム版画 日本遊印アート協会公認講師(評議員) 須崎 紅瑛 3回 8,880円 5051	第3(金) 13:00～15:00
現地講座 ★資料館などの訪問 ★散策 ★★ハイキング (交通費・入館料等自己負担)	
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 2回 6,212円 4076	第2(火) 10:30～14:30
身近な森をハイキング★★★ 環境カウンセラー 吉野 勲 2回 6,722円 4026	第1(木) 1日散策
江戸・東京小さな旅 総集編★ 旅行作家(元NHK放送博物館館長) 松本 太郎 2回 5,804円 4025	第2(水) 13:00～15:30
多摩の自然を歩く★ ナチュラリスト・環境カウンセラー 大谷 和彦 2回 5,804円 4021	第2(火) 10:00～12:00
花・鳥・緑のウォッチング★ ～自然をまるごと楽しもう～ 自然ガイド・ナチュラリスト 中村 文夫 2回 6,212円 4020	第2(金) 10:00～12:30
のんびり里山を歩く～入門～★★★ 環境カウンセラー 吉野 勲 2回 6,416円 4011	第1(火) 1日散策
東京まち物語 ～東京・タイムトラベル～★ 街学フォーラム代表 石川 一郎 2回 6,212円 4015	第4(木) 10:30～12:30
名園に誘われて街散歩★ 歴史研究家 美作 ゆうこ 1回 3,450円 4088	第3(金) 11:30～15:00
大江戸歴史散策★ ～江戸名所図会を巡りながら～ 歴史研究家 美作 ゆうこ 1回 3,500円 4083	第4(木) 11:30～16:00
トラベルキャスターと行く「都内近郊ちいさな旅」★ トラベルキャスター 津田 令子 2回 6,722円 4073	第2(金) 10:30～14:30
青木登と行く東京散歩★★★ 紀行作家 青木 登 2回 6,000円 4027	第4(水) 13:00～16:00
お江戸風流散歩～芸能・文学からみた江戸文化～★ 恵泉女学園大学講師 演芸評論家 瀧口 雅仁 2回 6,000円 4028	第3(火) 13:00～15:00
武蔵野と周辺の城跡散歩★★★ 中世城郭研究会 八巻 孝夫 3回 10,500円 4029	第4(水) 10:00～12:00

手芸・工芸 私だけの作品をつくる	
ボードウィービング ～織り機なしで織物を織る～ YY工房 講師 田巻 夕起子 3回 9,798円 8087	第2(水) 13:00～15:30
日柳佐貴子の天然石ビーズジュエリーエッセンス デザイナー 日柳 佐貴子 3回 9,798円 8093	土 第3(土) 10:00～12:00
立体絵画 シャドーボックス STUDIO APPLE TREE 主宰 河西 貴子 (初・中級)6回 11,478円 9019 (上級)6回 17,154円 9032	第2・4(火) 13:30～15:30
中山みどりの羊毛フェルトで愛犬・愛猫作り 中山みどり認定講師 山崎 晴美 3回 12,027円 9009	第4(金) 13:00～16:00
棒針編みを楽しむ 編み物作家 くげ なつみ 3回 16,800円 9100	土 第2・4(土) 10:00～12:00
編み物アラモード 編み物作家 くげ なつみ 3回 8,400円 9104	第4(火) 10:00～12:00
かぎ針で編む ニット雑貨レッスン ニット作家 Ha-Na 2回 5,616円 9026	第2(金) 13:30～15:30
キラキラジュエルバッグ キラキラエレガントクラフト協会 勝沼 祐紀子 3回 9,645円 9105	第1(金) 13:00～15:00
タティングレース タティングレース作家 斉藤 ようこ ①3回 8,271円 8071 ②3回 8,271円 8078	①第4(水) ②第2(火) 10:00～12:00
オノエ・メグミの刺繍レッスン リボン刺繍 手芸デザイナー オノエ・メグミ 尾上手芸研究所講師 仲谷 幸子 ほか 6回 16,500円 9001	第1・3(水) 10:00～12:00
オノエ・メグミの刺繍レッスン ヨーロッパ刺繍 手芸デザイナー オノエ・メグミ 尾上手芸研究所講師 仲谷 幸子 ほか 6回 16,500円 9003	第1・3(水) 10:00～12:00
ビクトリアン刺繍 手芸家 笹尾 多恵 3回 9,798円 9047	第4(木) 10:30～12:30
日本刺繍 刺繍作家 草乃 しずか 内野 文代 他 ①6回 13,482円 9020 ②6回 13,482円 9004	第2・4(木) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30
魅惑の「糸かけ曼荼羅」 (一社)糸かけ曼荼羅協会理事 杉本 多恵 3回 10,680円 8999	夜間 第4(水) 18:00～20:30
紹ざし (財)日本手工芸指導協会 紹ざし料理 花と紹ざし主宰 黒川 朋子 3回 9,645円 8073	第4(月) 10:00～12:00
～津軽地方の伝統的刺し子～ 津軽こざん刺し 津軽こざん刺し作家 岩澤 景子 3回 11,478円 8072	第2(金) 13:00～16:00

講座名/講師/期間・回数/受講料	曜日/時間
「韓国のパッチワーク」ボジャギ 手芸家 ボジャギ・ナビ主宰 金 仁淑 3回 10,710円 9074	第2(水) 10:00～12:00
オノエ・メグミのパッチワーク 土 手芸デザイナー オノエ・メグミ 6回 14,094円 9043	第1・3(土) 14:00～16:00
鷺沢玲子のパッチワーク&キルト キルトおぶはーと講師 山上 ますみ 6回 19,596円 9041	第2・4(月) 10:00～12:00
手織りも裂織りも ～楽しみながら資格もとれる～ 染織デザイナー 山下 二巳子 (土曜)3回 12,300円 9089 (水曜)3回 12,300円 9087	第1(土) 13:00～16:00 第3(水) 10:00～13:00
サコタカコのビーズ織り・編み サコタカコ創作ビーズ織り 本部講師 矢部 百子 3回 9,798円 9042	第3(水) 10:00～12:00
～シックな大人のアクセサリ～ グルーデコ・ジュエリー JGAグルーデコ協会認定講師 宅間 ちさ 3回 10,104円 8094	第4(火) 10:00～12:30
とんぼ玉とガラスクラフト 土 アトリエ プリマヴェーラ主宰 本山 すみ子 2回 15,930円 9051	第2・4(火) 10:00～12:00
花のクレイクラフト ～焼かずにできる粘土工芸～ フルームN講師 鈴木 美千代 6回 14,706円 9031	第1・3(火) 10:00～12:00
ヨーロッパアンティーク・ペインティング ヒメドレーセリン主宰 大倉陶園卒 資格認定講師 姫島 邦子 6回 17,154円 9061	第1・3(木) 10:00～12:00
アメリカントールペイント マコ・アメリカンフォークアート認定講師 林 けい子 6回 14,706円 9010	第1・3(金) 10:00～12:00
カルナーージュ ～フランス伝統工芸を作る～ アトリエ青い顔緑主宰 小笠原 和子 3回 9,798円 9038	第3(木) 10:15～12:15
加賀ゆびぬぎ ～かがる楽しみ～ 加賀ゆびぬぎ作家 田中 朋子 3回 10,257円 9120	第4(月) 13:00～15:00
こころなごむ てまり 日本てまりの会会長 尾崎 敬子 6回 14,706円 8081	第2・4(金) 13:00～15:00
ちりめん細工 日本玩具博物館講師 松井 七重 (入門・初級)3回 11,478円 8099 (中級)3回 11,478円 8096 (上級)3回 11,478円 8098	第1(金) (中級) 12:30～16:00 第3(金) (入門・初級・上級) 12:30～16:00
桜居せこ監修 つまみ細工教室 一般社団法人 日本つまみ細工協会監事 増田 みか 3回 10,410円 9108	第2(木) 10:00～12:00
米山マリの人形レッスン 手芸家 米山 マリ 2回 8,060円 9036	第4(水) 13:00～15:00
粕谷育代の手作りデイベア デイベアアーティスト 粕谷 育代 3回 9,798円 9037	第1(木) 13:00～15:00
帽子づくりを楽しむ 土 帽子作家 池田 道子 3回 9,186円 9096	原則第2(土) 10:00～12:00
和裁 和裁講師 中島 富美江 (A)6回 20,208円 8085 (B)6回 20,208円 8076 (C)4回 13,472円 8080	(A)第1・3(木) 10:00～12:20 (B)第2・4(木) 10:00～12:20 (C)第1・3(月) 10:00～12:20
和紙あそび ～大人のおりがみ～ アトリエ優希代表 塩谷 優希 3回 8,271円 9017	第3(水) 10:00～12:00
楽しい藤・あけびの工芸 土 ラタンドール主宰 高崎 澄子 (初級)6回 14,706円 8097 (中級)6回 15,318円 8086 (上級)6回 16,542円 8090	第1・3(土) 13:00～15:30
竹かご工芸 ちくげい工房専任講師 南 千恵 3回 9,033円 9095	第2(木) 10:00～12:00
篆刻 ～石で印を彫ってみる～ 畔切印會・高平印會代表 米澤 北伸 3回 8,271円 1026	第4(月) 10:00～12:00
やさしい木彫 はちのす会主宰 渡辺 二笙 講師 丸山 由美子 6回 16,542円 9023	第1・3(水) 10:00～12:00
能面をつくる 面打師 伊藤 通彦 6回 29,070円 9039	第2・4(水) 16:00～18:30
土曜陶芸 土 陶芸家 富永 慎一 6回 17,154円 9034	第1・3(土) 10:00～13:00
～壊れた器が蘇る～ 金継ぎ 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 土屋 佳奈枝 (月曜・午前)3回 10,410円 9013 (午後①)3回 10,410円 9005 (午後②)3回 10,410円 9014 (水曜・午前)3回 11,571円 9021 (水曜・午後)3回 11,571円 9018	原則第3(月) (午前) 10:00～12:30 (午後①) 13:00～15:30 (午後②) 16:00～18:30 原則第3(水) (水曜・午前) 10:00～13:00 (水曜・午後) 14:00～17:00

俳句・短歌・川柳 想いを詠む	
土曜俳句教室 ～はじめての方から～ 「ひろそ火」主宰・「ホトトギス」同人 木暮 陶句郎 3回 9,798円 4068	土 第3(土) 15:45～17:45
鑑賞からはじめる短歌 「心の花」編集委員 藤島 秀憲 3回 9,000円 3988	第1(木) 10:00～12:00

講座名/講師/期間・回数/受講料 曜日/時間
夜のシロツメクサ短歌教室
俳句入門
小島健の句会と写真でつかむ句作りのコツ
井上康明の俳句教室
俳句をはじめよう
鈴木章和のはじめての句会
芭蕉に学ぶ俳句のつくり方
～俳句初級者限定(Ⅱ)～紙とペンだけで始める俳句
俳句を楽しむ
火曜の短歌
短歌を楽しむ
短歌をつくる 短歌を読む
川柳入門

歴史・文章・ことば 学ぶ楽しさ・伝える喜び

エッセイを書きたいあなたに
朗読をはじめよう
初心者のための朗読
朗読を楽しむ
古文書
古文書で読む江戸の世相
万葉集を読む
平野啓子の語りの世界
漢詩の旅
古代オリエント史
世界と日本の名作を楽しむ

仏教 心静かにほとけと向きあう

仏教美術の魅力
教室で「古寺めぐりの旅」
写経
はじめて曼荼羅を描く
仏像を彫る

写真 感動の瞬間を切りとる
写真実習

囲碁・ゲーム 脳の活性化にも

小林孝之の囲碁入門
有段の囲碁
入門の囲碁
初級の囲碁
囲碁伊藤教室
初級～中級の囲碁
囲碁初級～上級
囲碁中・上級
囲碁上級
実戦の囲碁
楽しい囲碁教室

花・園芸 暮らしに花のうらおいを

フラワーコーディネート
フレッシュフラワーアレンジメント
ドライフラワーアレンジメント
手のひらで楽しむ モダン盆栽

華道 日本の伝統文化に触れる

いけばな 草月流
いけばな小原流

趣味・教養 知りたいこと、たくさん

楽しいマジック
星空を楽しむ
基礎からのテーブルマジック
はじめての手話教室
日曜手話教室
投資の世界
人生100年時代の株式投資
歌舞伎の楽しみ方

舞踊・ダンス 思い切り表現しよう

大人のクラシックバレエ
楽しい社交ダンス
タップダンス
正派西川流・日本舞踊
趣味のクラシックバレエ
クウレイナ二橋本のエンジョイ・フラ
クウレイナ二橋本のゆったり楽しむフラ
ラテンな気分で踊ろうズンバ
ラテンな気分で踊ろうズンバ(初心者・夜クラス)

音楽 大好きな音に触れる

ミュージカルを歌おう!
みんなでハーモニー
津軽三味線
沖繩三線
すてきなハーモニー
ゴスペルコーラス
やさしいシャンソン
レディーズ「カラオケ☆ハイライト」
「懐メロ楽校」
夜のJazzヴォーカル入門
ジャズ&ポピュラーヴォーカルを楽しむ
スペイン・ラテンの名曲を歌おう!

YUBAメソッド ヴォイストレーニング

古典尺八の第一人者による 尺八教室
ウクレレ
おしやれに二胡を弾く
香川隆樹の篠笛
扇靖流 大正琴

はじめてのキーボード演奏

美容・健康 実践!からだに良い習慣

キレイをつくる 夜のベーシックヨガ
Cinema Action殺陣
自分でできる 指圧健康法
～心と体のバランスを取り戻す～ ストレスマネジメントヨガ
ココロとカラダにやさしい瞑想
ストレッチヨガ
～呼吸ひとつであなたも変わる!～ 楽しく学ぶホームヨガ
日曜フリージング ヨーガ
身体にやさしい健康体操
中高年のリフレッシュ体操
～活き活き健康寿命～ ゆる体操
～しなやかにバランスのとれた体を目指す～ バレエエクササイズ
股関節スローストレッチ
正しい歩き方で健康に!「姿勢と歩き方」教室
スポーツウエルネス吹矢健康法
家族のためのヘアカットレッスン
漢方とアロマ
はじめてのお灸

料理 旬をおいしくいただく

京都・竹之御所流 精進料理をつくる(初級)

ジュニア講座 好きなこと、もっと伸ばそう

子どものバレエ教室(小学生)
【5人限定クラス】
こどもの鉛筆 持ちかた・書きかた教室
こども書道
～絵画・造形～「こどものあと絵」
～創作ロボット～ バトルロボット作り挑戦

美は内面から...

特別一日 目元パッチリを目指す! 顔のリンパドレナージュ

「べびきゅあ」院長 山田 光敏

顔のリンパドレナージュとは、顔のムクミを解消させたり、コラーゲン線維の回復を促し、目元をパッチリ・スッキリとさせるマッサージです。この機会に目元美人を目指しましょう!



9/7(水) 11:00~12:00
2,800円

9255

特別一日 夏直前!カラダ引き締めストレッチでスリムボディを目指す

「べびきゅあ」院長 山田 光敏

夏は体型がわかりやすい季節。カラダを引き締めながらリンパの流れを促しスリムボディを目指しませんか?気になるお腹周りを中心にストレッチを指導していきます。



6/29(水) 11:00~12:00
2,800円

9215

5回 ~ゆる体操で~ カラダにご褒美♪

活き活き生活サポーター 川合 圭子

日々頑張ってる自分の体、週に1回だけゆるめましょ。巻き肩や腰ぞりの解消など、テーマに沿った動きやすくなる体操を伝授します。力みを取ることで徐々に体が変わります。



毎週(金) 14:00~15:15 (7/1・8・15・22・29)
1か月5回 12,255円

0066

手元かがやく美文字スクール ~ビジネス書道~

ビジネス書道士講座専任講師 佐藤 順子

封書の宛名書きや賞状、熨斗など、あらゆる場面で毛筆を使う機会は多いもの。割り付けなどの基本を学び、調和のとれた格調高い文字の書き方のコツを習得します。



第1・3(水) 13:00~15:00 (7/6・20、8/3・31、9/7・21)
3か月6回 14,706円(教材費別途あり)

1016

特別一日 大人のための骨格美人メイクレッスン(午前・午後)

イメージ&スタイルコンサルタント 岩下 佳代

お一人ずつの顔型やパーツを見て、お似合いの眉・ハイライト&シェーディングメイクをご提案。表情に輝きを与えるナチュラル目効果大のメイクを楽しんで頂けます。



7/9(土) 10:00~12:00
7/9(土) 13:00~15:00
3,500円(教材費別350円)

午前 9257
午後 9258

特別一日 ~似合う&おしゃれを叶えるプロのコツ~ 貴方のためのアクセサリ&ワードローブ選び

イメージ&スタイルコンサルタント 岩下 佳代

カラー&スタイル診断をもとにしたお似合いのアクセサリとベーシックカラー(グレー・紺・ベージュ・茶・白・黒)を使って、最小限の服で着こなす方法をお教えます。



9/10(土) 13:00~15:00
3,500円

9256

顔ヨガでアンチエイジング! -女性限定-

高津文美子式顔ヨガ アドバンスインストラクター 木下 珠

加齢や重力で衰え易い顔の筋肉は、マスク生活が長くなる事でより衰えが進んでしまいます。そこで今こそ顔ヨガです。基礎と応用を繰り返しながら、若見えのコツなどを習得しましょう。



第1(金) 10:30~12:00 (7/1・9/2)
2か月2回 6,400円

0059

特別一日 ヘッドスパで美しい頭皮と髪に

国際ビューティプロフェッショナルクラブ 横井 博文
ヘアアーティスト 稲垣 俊彦

紫外線で頭皮や髪のダメージが気になる季節。抜け毛、白髪予防など頭皮と髪に効果的なマッサージ、ブラッシングを学びましょう。今人気のブラッシング法も紹介します。



7/25(月) 13:00~15:00
3,500円(教材費別700円)

9262

知識を満たして豊かに暮らす

特別一日 暦と暮らす ~旬を味わう季節の台所【夏】~

現代俳句協会特別顧問 宇多 喜代子
現代俳句協会副幹事長 神野 紗希

「NHK俳句 暦と暮らす」の続編「厨に暮らす 語り継ぎたい台所の季節」を元に、私たちの心をなやませた季節とその食について、俳句作品を例にあげながら語ります。



6/15(水) 14:30~16:00
4,000円(施設維持費160円含む)

9274

2回 歩いて短歌 歌を詠みに出かけよう!

結社「コスモス」選者 松尾 祥子

日常とは違う場所に出かけて、歌を詠んでみませんか?今回は深大寺で、吟行する時のポイントなどをお話します。別日に教会で歌会を開く、吟行と歌会の2回のコースです。



第2・5(金) 10:00~12:00 (9/9(現地)、9/30(教室))
1か月2回 6,400円

3980

6回 『頬焼阿彌陀縁起』(上巻)を読む

日本大学非常勤講師 渡邊 浩史

短期6回の講座で1つの絵巻物を読み解きます。鎌倉にある岩蔵山光触寺に伝わる絵巻『頬焼阿彌陀縁起』を取り上げます。充実の資料で初めての受講なさる方でも安心です。



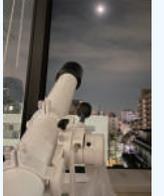
第2・4(木) 10:00~12:00
3か月6回 17,400円(テキストコピー代別1,500円)

3084

星空を楽しむ

星のソムリエ(星空案内人) 村上 将之

宇宙の誕生、星座のお話、銀河系や太陽系について分かりやすくレクチャーします。晴れている日にはビルの屋上庭園から天体望遠鏡で月や星座を観望していただけます。



第3(金) 19:00~20:30
3か月3回 9,798円

1057

2回 暮らしに役に立つ便利なアプリ

東京スマホ研究会代表・シニアITアドバイザー 佐藤 弥子

生活を豊かにする便利なアプリ、その中から、本当に役立つおすすめアプリを定番から最新のものまでご紹介いたします。日々の生活で便利に使っていきましょう。



第3・4(土) 10:00~12:00 (8/20・27)
1か月2回 6,000円(教材費別600円)

9612

3回 ライン(LINE)を楽しもう! ~通話から安否確認まで~

東京スマホ研究会代表・シニアITアドバイザー 佐藤 弥子

LINEは、無料で友達や家族と音声・ビデオ通話ができます。いつでもどこでもコミュニケーションができる「LINEを使ってみよう」という方に丁寧に教えます。



第1・2・3(日) 13:00~15:00 (9/4・11・18)
1か月3回 8,700円(教材費別900円)

9613

6回 スマートフォン入門

東京スマホ研究会代表・シニアITアドバイザー 佐藤 弥子

スマートフォンの使い方が分からない方、購入を検討なさっている方を対象とした入門講座です。※レンタル機のご用意もあります(レンタル代1回/300円)。



※基本操作がわかる方には応用クラスもあります。
第2・4(土) 13:00~15:00 (7/9~)
3か月6回 16,800円(教材費別1,500円)

9610

やさしい木版画(夜クラス)

日本版画協会 木下 泰嘉

夜の時間に黙々と制作をしてみませんか。木版画の基礎から始めて、彫り・刷りと手軽にできるように指導いたします。1版刷り木版画をして多色刷り木版画を学びます。



第2・4(金) 18:30~20:30 (7/8~)
3か月6回 14,706円(材料費別途あり)

5048

楽しい籐・あけびの工芸(火曜)

ラタン・ドール主宰 高崎 澄子

籐(ラタン)は、編む・組む・巻くなどの技術で、実用的なものからさまざまなものを作ることができる魅力的な素材です。インテリア用品などを作っていきます。



第2・4(火) 10:00~12:30 (7/12~)
3か月6回(用具代・材料費別途あり)

初級 14,706円
中級 15,318円
上級 16,542円

初級 8106
中級 8107
上級 8108

2回 楽しいマジック体験

プロマジシャン 庄司 タカヒト

マジックと聞くと不器用だからと敬遠されがちですが、基本からしっかりとゆっくり学べば、誰もができるものです。2回の講座で複数個のマジックをマスターしていきます。



第2・4(木) 10:00~12:00 (7/14・28)
1か月2回 3,000円

1064

特別一日 日本橋「木屋」に学ぶ 正しい包丁の研ぎ方

株式会社 日本橋木屋 石田 克由、小野 伸二

刃物の老舗「木屋」のベテラン職人の手ほどきで、お手持ちの包丁を切れ味よく蘇らせましょう。正しく研ぐための手順、仕上げ、砥石のお手入れ方法までを実践します。



9/8(木) 13:30~15:30
3,500円(砥石購入の場合4,000円別)

9616

おとなの絵画教室

武蔵野美術大学講師 和光大学講師 吉永 晴彦

鉛筆で描くデッサンを中心に、色鉛筆や水彩絵の具などでの絵画制作ができる教室です。それぞれのレベルに合わせたアットホームな個別指導で初心者の方にもオススメです。



第2・4(月) 18:30~20:30
3か月6回 15,318円(材料費別途あり)

5047

特別一日 武田信玄生誕500周年 武田信玄の領国経営と治水工事

歴史研究家 美作 ゆうこ

「人は城、人は石垣、人は堀、情けは味方、仇は敵なり」この有名な言葉は、信玄の国づくり理念を象徴しています。現代にも通じる信玄の大きな治水プロジェクトには、先人たちの多くの知恵が集まっています。



「甲斐市龍王の信玄塚」

6/29(水) 13:30~15:30
3,600円

9216

武蔵野と周辺の城跡散歩

中世城郭研究会 八巻 孝夫

武蔵野には数多くの城が現在でも遺構を残しています。これらの城を歩きながら、歴史や構造を学びます。座学では、日本の城の歴史や城の技術などを解き明かします。



第4(水) 10:00~12:00
3か月3回 10,500円

4029

お申し込み方法 (先着順です)

- まず、お電話でご予約をしてください。
- 電話予約をされた方は、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でお手続きをお願いいたします。
- 受講料は消費税込です。
- 受講料には、施設維持費が含まれています。
- 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。