

NHK学園は
入会金
無料!

さくら通り沿い
学校法人 **NHK学園**

国立本校 オープン
スクール

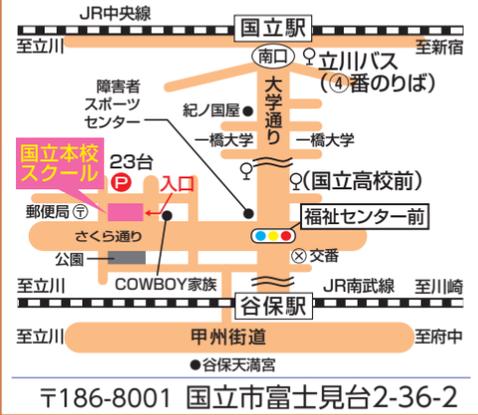
042-572-3901

受付時間 9:30~17:30 (土曜は15時まで・日曜・祝日休み)

NHK学園 本校

検索

2020
秋の
講座ガイド



JR国立駅バス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

【講演】外反内反・浮き指改善で健康に!

いつも健康な人と調子が悪い人との差は「足」にあり。慢性的な足・ひざ・腰・首の痛みや体の不調(未病)を改善し、正しい歩行が促される足裏バランスの整え方を第一人者がお話します。



講師 外反母指・浮き指・ヘバーデン結節研究家/ 過労性構造的医学創始者 笠原接骨院(カサハラフットケア整体)院長 笠原 巖

10/7(水) 13:30~15:30 4,000円(3本指テーピング靴下プレゼント) [4645]

【実践編】カサハラ式足裏バランス健康法

転倒予防、足へバーデン、ひざの不調の改善法を伝授。

講師 カサハラフットケア整体院・専属講師 関野 裕之

11/19、12/3・17(木) 13:30~15:30 全3回 13,605円(教材費3,960円含む) [4607]

銀細工のアクセサリ

10名限定

銀粘土に植物(アナベル)をうつしとり、窯で焼成。磨き上げて繊細なピンブローチまたはペンダントトップに仕上げます。
※サイズ:約2×2cm



講師 m silver 古橋 路子
10/15(木) 13:00~15:30
8,800円(材料費4,640円含む) [4648]

英国伝統のおつくりいダーニング入門

キノコ型の道具を使い、穴や擦り切れなどの衣類の傷みを素敵に補修する技、ダーニング。初回は「装飾ダーニング」を日本に紹介した第一人者の野口先生が登場いたします。



講師 テキスタイルデザイナー 野口 光
公認講師 斉藤 円

10/20、11/17、12/15(火)
10:30~12:30 全3回19,080円(材料費1,500円含む) [4635]

布花のミニバラコサージュ

手染めの布にコサージュを当てる輪つくり作られる、シックでアンティーク調のバラ。帽子やカバン・ストールなどに付けて、秋のお出かけをもっと楽しく!(花と蕾2輪ずつ作りませ)



講師 布花作家トリッチ・トラッチ 鳥井 優紀

10/27(火) 13:00~16:00 4,500円(材料費1,200円含む) [4649]

英会話トーク&トーク(水)

NEW!

外国人講師と日本人講師の合同レッスンと、1時間ずつの入替レッスンを隔週で行います。「聞く」「話す」トレーニングで正確な発音、英語のリズムを養い英会話の力をつけていきます。



講師 NHK学園講師 藤本 幸子/ブライズ・ボイヤー
10/7~(水) 10:00~12:00 11回(10~12月) 35,365円 [3050]

水曜午後の水彩アトリエ

NEW!

旅先で見つけた風景、花や果実、花瓶など日常の1ページを描きます。構図や物の捉え方や、おひとりおひとりのお悩みにアドバイス。個性を尊重しおのびのびと絵に取り組んでいただきます。



講師 洋画家 蒲生 俊紀
10/14~ 第2・4(水) 13:30~15:30
6回(10~12月) 17,160円 [5033] 講師画「窓辺の器」

自分にご褒美15時のアロマ

10名限定

ホッとひと息つきたい夕方のひととき。効能を学びながら精油を選んで手足の温浴やトリートメントを行い、一日の緊張をほぐします。暮らしに香りを取り入れてみませんか。



講師 AEAJ認定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 高橋 あけみ

10/8・29(木) 15:00~16:30 全2回 7,320円(材料費1,600円含む) [4644]

とっておき「和」体験

和モダン柄のミニ桐茶箱

布などで装飾性をもたせた家具に仕立てる「インテリア茶箱」。初めてでも作りやすい小さめサイズ(18×15×12.5cm)です。
※布は3種類をご用意しています。



講師 茶箱・布箱教室ラムズイヤー 伊藤 明子
11/12(木) 13:00~16:00
3,160円(材料費別5,800円~) [4647]

万葉集をひらく

~母のうた~

全4,516首から母を詠んだ歌をとりあげ、その想いを通して現代を生きる私たちを知る、興味深い時間です。予備知識がなくても、親しみをもって楽しめます。



講師 古代文学会会員 河合塾講師 太田 善之
10/26(月) 13:30~15:00 2,800円 [4652]

初心者さんの書道教室

10名限定

用具の扱い方、筆の持ち方からはじめ、ゆっくり慣れてまいります。久しぶりに学び直したい方、書に親しみたい方、一歩を踏み出してみませんか。



講師 NHK学園講師 宮城 佳寿子
10/6・20、11/17、12/1・15(火)
13:00~15:00 全5回 15,300円 [4603]

キャンドル素材のポタニカルランタン

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ます。LEDライトを灯せば、植物を長く楽しむランタンにも。災害の備えやアウトドアにも。
高さ:約11cm



講師 Candle La Luce 塩味 容子

9/29(火) 13:30~15:30 4,860円(材料費含む) [4655]

記念フォトつき! 感動の-10歳ヘア&メイク

シニア写真館専属アーティストが、髪のお悩み対策と上質なベース&ポイントメイクを伝授。講座後はプロカメラマンによる記念撮影も。
※普段お使いのメイク道具持参、1版写真1枚お持ち帰り



講師 奥鴨・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

10/20(火) 午前 10:00~12:00 [4653]
午後 13:30~15:30 [4654] 各9,835円(写真撮影代含む)

絹刺繍のブローチ

10名限定

日本刺繍の技法を使い美しい絹糸を吉祥文様に刺して仕立てます。
(+500円で帯留め&ペンダント2通りに使える金具も選べます。)
※サイズ:約1.5×2cm



講師 yaya no teshigoto 中村日本刺繍講師 高橋 保江

11/6(金) 13:30~15:30 3,900円(材料費別2,600円~) [4657]

冬のやさしい手まり教室

草木染100%の糸で毎回1つ作ります。香りをつけた靱殻やハーブを芯に糸を巻き重ねて模様を刺繍します。クリスマスのオーナメントや贈り物に。



講師 テマリシヤス講師 望月 宏美

11/24、12/8(火) 13:00~16:00 2回 7,320円(材料費別3,000円) [4640]

ノコギリを使って シンプルトレイをつくろう

10名限定

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。



10/22(木) 13:00~16:00
4,600円(材料費・工具貸出代1,100円含む) [4656]

2WAYスツールをつくろう

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?



12/10・17(木) 13:00~16:30
全2回 13,500円(材料費5,500円含む) [4643]

講師 gyutto design木工デザイナー 大沼 勇樹

秋の学び歩き

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。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、昭和にかけて歴史的史実の色濃い地域を歩きます。



講師 建築家・画家・江戸文化歴史検定1級 木下 栄三
10/13(火) 13:00~16:00
4,479円(イヤホンガイド、資料代含む) [4659]

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
多摩川の砂利運搬に使用された福生支線跡から川を渡って丘陵歩き。探検隊キップで3時間余の「超」小さな旅をしてみませんか。歩行距離約6km



講師 徒歩旅行家 佐藤 徹也
11/26(木) 10:00~13:30
4,215円(イヤホンガイド、資料代含む) [4661]

江戸東京 おもしろ歴史探検

NEW!

江戸幕末から明治時代を中心に、歴史に思いをはせながら東京の街を探検してみよう。



講師 中村元東方研究所 専任研究員 森 和也
10/23~ 第4(金) 13:00~16:00
6回(10~3月) 21,966円(イヤホンガイド、資料代含む) [9093]

切絵図で歩く「江戸の坂」歴史散歩

現代地図と切絵図を併せ持ち、江戸の面影を探して様々な坂を歩きます。この界隈は、武家屋敷と神社・農地が広がっていた地域。大名屋敷の風情が漂う光景に出会いましょう。

講師 日本坂道学会会長 山野 勝
10/20(火) 13:00~16:00 3,400円(資料代含む) [4660]

歴史ウォーキング

~玉川上水をおるく~

10/2から新シリーズがスタート。羽村から四谷までを6回で踏破します。



講師 NEAL自然体験活動総括指導者 山崎 常雄
第1(金) 10:00~15:30
6回(10~3月) 19,860円 [9087]

関東名刹紀行

日常から少し離れて、お寺巡り。
10月海禅寺ほか(青梅市)、11月長命寺から三宝寺へ(練馬区)、12月広徳寺(あきる野市)



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
6回(10~3月) 20,160円 [9084]

東京「スリバチ」地形散歩

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(10~3月) 18,636円 [9094]

東京・水辺の自然散策

講師 ココペリアプラス代表 寺田 浩之
第4(水) 10:00~12:00 5回(10~3月) 16,275円 [9095]

☎042-572-3901☎

ご受講前に
見学(無料)、体験(有料)
できます。*キャンセル待ちを除く

受講予約
お電話または
ホームページから。

カリキュラム・
払込取扱票を
送付いたします。

受講申込(お支払い)
コンビニエンスストア
または郵便局から。

1987年(昭和62年)にカルチャースクールとして開講した
国立本校オープンスクールは、高等学校の広い校舎を活かし
新たな学びを楽しむ仲間との交流の場。

全17ジャンル140講座以上常時開講中!

見学無料、
1日体験
あり!

絵画	NEW 水曜午後の水彩アトリエ 浦生 俊紀 洋画家	第2・4(水) 13:30 ~15:30	花や果実など日常の1ページを 気軽に描けるよう、ひとりひとりの 個性を伸ばしていきます。	6回(10~12月) 17,160円	
	水で溶かして描く油絵 ~ニオイがなく、からだにやさしい~ 櫻井 重和 NHK学園講師	第1・3(火) 13:00 ~16:00	初心者も油絵経験者も戸惑わず使える 画材で本格的な作品に仕上がります。	6回(10~12月) 18,678円	
	水彩画の魅力 櫻井 重和 NHK学園講師	第1・3(土) 13:30 ~16:00	下描きから構図のきめ方、透明感を 生かした仕上げ方を学びましょう。	6回(10~12月) 17,154円	
	ペン画・水彩画(混合技法)の世界 白岩 繁夫 NHK学園講師	第2・4(土) 13:00 ~15:30	多彩な画材によって変化する テクニックを学びます。	6回(10~12月) 14,706円	
	デッサン 浦生 俊紀 洋画家	(木) 10:30 ~12:30	物の見方、形の捉え方から始め、 明暗の幅を広げ絵画を楽しみます。 水彩・油絵へ進む基礎作りを。	11回(10~12月) 25,839円	
	油絵 浦生 俊紀 洋画家	(木) 13:30 ~16:30	表現の自由性を大切に、自己流を伸ばし、 油絵の魅力を追いかけていきます。	11回(10~12月) 33,682円	
	気軽に淡彩・スケッチ 浦生 俊紀 洋画家	(月)	(月) 10:30 ~12:30	「どのように描いてよいかかわからない」 「画材をどう使えばよいか」などの 疑問に答え、風景・静物・人物を 織り交ぜたマンツーマン方式の学習。	10回(10~12月) 24,510円
		(金)	(金) 10:30 ~12:30		12回(10~12月) 29,412円
	~心で感じたことを大切に表現する~ 水彩画入門 石原 葉子 NHK学園講師	(金) 13:30 ~16:00	技法だけでなく「何を描きたいか」を 大切に「自分の絵」を描きます。	10回(10~12月) 24,510円	
	水彩スケッチ 白岩 繁夫(第1・3担当)/ 白岩 薫(第2・4担当) NHK学園講師	(水) 13:00 ~15:00	日々の暮らしで目にするものを、 短時間で生き生きと豊かに 表現しましょう。	12回(10~12月) 29,412円	
	心を贈る絵手紙 岡本 和子 日本絵手紙協会公認講師	第2・4(水) 10:00 ~12:00	ヘタでいいヘタがいいがモットーの 絵手紙。レモンやパプリカなど 身近なものをハガキ一杯に大きく 描くことからスタートし、巻紙紙など にも挑戦します。	6回(10~12月) 14,706円	
	絵手紙(四季) 早川 美知江 日本絵手紙協会公認講師	第1・3(水) 10:00 ~12:00	筆づかいと墨を用いた伝統的な 描法(筆法)を、進度に合わせて 描き方を学びます。	6回(10~12月) 15,318円	
水墨画~はがき絵から額絵まで~ 松尾 恵生 現代水墨画協会同人	第1・3(水) 10:00 ~12:00	筆づかいと墨を用いた伝統的な 描法(筆法)を、進度に合わせて 描き方を学びます。	6回(10~12月) 15,318円		
缶羊・墨画教室 鈴木 缶羊 NHK学園講師	第1・3(火) 10:00 ~12:00	進度に応じたお手本に沿って、墨の 美しさ、不思議さを味わい描きます。	5回(10~12月) 12,255円		
やさしい日本画 小滝 雅道 京都造形芸術大学 通信教育部 日本画教員	第1・3(水) 10:00 ~12:00	環境にやさしい日本画は、 自然素材の絵具・和紙・墨・筆などを 使用して描きます。	6回(10~12月) 14,706円		

音楽	ウクレレ	(初級~中級)	第1・3(水) 10:00 ~11:20	ドレミ(音階練習)からはじめ、 対象レベルに沿ったクラスをご用意。	6回(10~12月) 19,716円
		(中級~上級)	第1・3(水) 11:30 ~13:00	J-POPやハワイアン、ポップスなど、 ジャンルを超えた楽曲のメロディで 「ウクレレがこんな風に演奏出来る なんて...」 今までのイメージが変わります!	6回(10~12月) 19,716円
		(超入門~初級)	第1・3(水) 13:30 ~15:00	アイランドウインズリーダー・プロウクレレ奏者	6回(10~12月) 19,716円
	オカリナで大好きな曲を! ~初級・中級クラス~	第2・4(金) 10:00 ~11:30	「ドレミ」の音からはじめ、もち方、 指穴の押さえ方、音の出し方など、 対象レベルに沿ったクラスをご用意。	5回(10~12月) 13,785円	
	基本ができる方のオカリナ教室 10名限定	第2・4(金) 13:00 ~14:00	温かみのある音色で、懐かしい日本の 唱歌や世界の名歌を吹きましょ。	5回(10~12月) 13,785円	
	超入門・オカリナ教室 片岡 みゆき オカリナ奏者 10名限定	第2・4(金) 14:10 ~15:10	アコースティック、クラシックギターが 対象。練習曲はご希望に合わせて。	6回(10~12月) 18,372円	
	〜人生はいつまでも青春〜 ギター教室(ソロのレッスン) 滝波 剛雄 日本ギター連盟正会員 キャンセル待ち	第2・4(土) 10:00 ~12:00	ヘンデル、モーツァルト、ブリテンの 楽曲を数回で1曲仕上げます。	7回(10~12月) 22,862円	
	弦楽合奏教室(一般経験者) ~N響団友・元ロイヤルコンサートへポーによる~ 村上 和邦 バイオリン奏者	(土) 10:00 ~11:30	指運び、リズムの取り方からはじめ、 童謡、クラシックと幅広いジャンル。	6回(10~12月) 16,542円	
	扇靖流 大正琴 岩佐 扇靖 扇靖流家元	第1・3(水) 10:00 ~12:00	1人ずつの個人レッスン。 演奏だけではなく、音楽を総合的に 学習し楽しみましょう。	3回(10~12月) 9,624円	
	シニアのためのピアノ教室(月)・(土) 石丸 由理 音楽家	(月)10:30~ (土)11:00~	現在、募集は行ってありません。	6回(10~3月) 19,248円	
	歌いましょう!我が心の歌 片桐 和子 声楽家・NHK6代目うたのおねえさん/ 種村 久美子 ピアニスト	第2・4(木) 13:30 ~15:30	童謡・唱歌・世界の抒情歌を、 ピアノ伴奏に合わせて練習します。	9回(10~3月) 21,591円	
	身近に楽しむクラシック音楽 ~パッパの名曲を聴こう~ 長岡 英(めぐみ) 武蔵野音楽大学講師	月1回(火) 10:30 ~12:00	聴きどころや、創作の背景を紹介。 音楽室で、CDや映像を味わいます。	6回(10~3月) 16,542円	

表装	初心者のための裏打ち講座		現在、募集は行ってありません。	3回(10~12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) キャンセル待ち	第1・3(木) 10:00 ~12:00	基礎技術の習得と進度に応じ 掛軸、額、屏風へと進みます。	5回(10~12月) 13,530円

写真	デジタル・レディース写真教室 小林 哲也 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(10~12月) 14,094円	
	写真教室~撮影実習と作品講評~ 小林 哲也 NHK学園講師	(木)	(木) 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投影し、 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ます。	12回(10~12月) 30,636円
		(金)	(金) 10:00 ~12:00	12回(10~12月) 30,636円	

短歌・俳句	小島なおのこれから短歌 小島 なお 「NHK短歌」選者・「コスモス」会員	第2(火) 13:00 ~15:00	リズムを感じ基本を身につけ、名歌鑑賞と 作品講評を通して、実作します。	6回(10~3月) 16,542円
	みんなで短歌 古谷 智子 NHK学園短歌友の会選者「中部短歌会」編集委員・選者	第2(木) 13:00 ~15:00	提出作品(2首)は歌会形式で わかりやすく添削。近代、現代の 名歌鑑賞もとり入れ、詠む・つくる 楽しさを味わいます。	5回(10~3月) 16,075円
	花山多佳子の短歌教室 花山 多佳子 NHK学園短歌友の会選者「塔」選者	第4(火) 13:30 ~15:30	三句(自由題と兼題)を提出、句会 (互選、講評、添削)をします。	5回(10~3月) 19,130円
	神野紗希のさくさく句会 神野 紗希 俳人 キャンセル待ち	月1回(月) 10:30 ~12:30	二句(自由題と兼題)を提出、 互選と講評、添削をいたします。	4回(10~2月) 11,228円
俳句 近藤教室 近藤 暁代 「馬酔木」同人	第1・3(土) 10:00 ~12:00		5回(10~12月) 12,765円	

華道・茶道・花	テーブル(立礼)で楽しむ茶道・表千家 佐伯 宗安 表千家茶道教授 キャンセル待ち 水屋料含む	第4(月) 10:30 ~12:30	割稽古(茶道具の扱い方や、お菓子の いただき方など)から進めていきます。	6回(10~3月) 19,602円
	いけばな池坊 土田 紅遥 家元池坊華道教授 花材費含む	第2・4(水) 10:00 ~12:00	草木の自然美、現代感覚での 美的捉え方などを学びましょう。	6回(10~12月) 21,894円
	嵯峨御流のいけばな 黒瀬 智甫 嵯峨御流正教授 花材費含む	第2(土) 10:00 ~12:00	基本花態から始め、個性的な花型へ、 一木一草一輪を大切にしながら基礎 技術を学んでいきます。	6回(10~3月) 21,294円
	「プリザーブドフラワー」アレンジメント ~生花から自分でつくる~ 手づくりプリザーブドフラワー 浅井 薫子 プリザーブドフラワー協会 代表理事	第2(金) 10:00 ~12:00	素敵なインテリア用品を作りながら、 基本の扱い方を学びます。	6回(10~3月) 14,094円
	花レッスン! 中尾 恵里子 日本フラワーデザイナー協会講師	第3(木) 10:30 ~12:30	生花を特殊な加工液に漬け込み 加工しアレンジメントを楽しみます。	6回(10~3月) 14,094円
			生花や様々な花材で季節の花合わせ を楽しみます。五感で触れ合うことを 大切に。	6回(10~3月) 15,930円

ペン習字	やさしいペン・書道 (ペン・毛筆自由選択) 上野 清美 文部科学省教科書執筆 NHK学園講師	(午前)	(木) 10:00 ~12:00	「見る力(目習い)」と「書く力(手習い)」 を養い、ぬくもりのある美しい 手書き文字を。個々のご希望や 進度にあわせて学習します。	10回(10~12月) 21,970円
		(午後)	(木) 13:00 ~15:00	10回(10~12月) 21,970円	
	あなたも筆ペン上手 佐藤 順子 NHK学園専任講師	第1・3(金) 10:00 ~12:00	楷書、行書、ひらがなの基本、芳名録、 年賀状、日常に役立つものを練習。	6回(10~12月) 13,182円	
	日常のペン習字 佐藤 順子 NHK学園専任講師	第2・4(木) 13:00 ~15:00	ボールペンなどで手紙、慶弔袋、楷書体や 行書体で散文、詩、和歌などを練習。	6回(10~12月) 13,182円	
	ボールペン字 山崎 真由美 NHK学園講師	第2・4(水) 10:00 ~12:00	人前で自信を持って書けるようになることを 目指し、名前や住所など目的に合わせて練習。	5回(10~12月) 13,785円	
	カリグラフィ 渡部 朋子 カリグラフィアーズギルド キャンセル待ち	第1・3(木) 13:30 ~15:00	アルファベットのイタリック体からはじめ、 ご希望の書体を練習します。	6回(10~12月) 14,094円	

書道	書を楽しむ 清水 じゅん子 NHK学園講師	第1・3(木)	10:00 ~12:00	漢字、かなの両面から学び、筆の特質 を生かして書くことをめざします。大・ 中・小の筆に慣れ、基本点画を身につ けていきます。一人ひとりのご希望、 目標、進度に応じた学習で上達を図り ます。	6回(10~12月) 13,182円
		第1・3(金)	10:00 ~12:00	6回(10~12月) 13,182円	
		第2・4(金)	10:00 ~12:00	6回(10~12月) 13,182円	
	書を楽しむ・少人数クラス 清水 じゅん子 NHK学園講師 5名限定	第1・3(金) 15:15 ~16:45	少人数の良さを生かし、一人ひとり のご希望を実現するクラスです。	6回(10~12月) 22,956円	
	書を楽しむ・ パーソナルレッスン 清水 じゅん子 NHK学園講師	(火) キャンセル待ち ※1回30分の 個人レッスン	第1(火) 10:00 ~15:30	おひとりずつのご希望に応じた内容で 練習課題が進む、マンツーマンの レッスン。人の目を気にせず、 集中して学ぶことができます。	3回(10~12月) 8,271円
		(木) キャンセル待ち ※1回40分の 個人レッスン	第1・3(木) 13:00 ~17:25	6回(10~12月) 22,956円	
		(金) キャンセル待ち ※1回30分の 個人レッスン	第2・4(金) 13:00 ~17:00	6回(10~12月) 16,542円	
	暮らしに活かす、美しい筆文字 清水 じゅん子 NHK学園講師 7名限定	第2・4(木) 13:00 ~15:00	「筆はこびのリズム」から筆づかいの 基本「縦画・横画」「はらい」「はね」を学ぶ。	6回(10~12月) 22,956円	
	かな入門・初級・中級 米山 睦子 NHK学園講師	第2・4(火)	13:00 ~15:00	ひとりひとりの進度に合わせた お手本で練習。「NHK学園 書道検定」 を受験される方もどうぞ。 入門から初級、中級へとステップアップ していきます。	6回(10~12月) 14,094円
		第1・3(木)	13:00 ~15:00	5回(10~12月) 11,745円	
		第1・3(土)	13:00 ~15:00	5回(10~12月) 11,745円	
		第2・4(土)	13:00 ~15:00	5回(10~12月) 10,985円	
雅な美を伝えるかな書道(入門・初級・中級) 米山 睦子 NHK学園講師 10名限定	第2・4(木) 13:00 ~15:00	基本の筆遣いから始め、それぞれの進度に 応じた古筆の臨書と添削で上達を図る。	5回(10~12月) 15,310円		
漢字~入門から創作まで~ 長谷川 栄子 NHK学園講師	第1・3(水) 13:00 ~15:00	はじめての方から、古典の創作へと 書の世界を広めようとする方まで、 希望に応じた学習ができます。	6回(10~12月) 14,094円		
漢字~古典を学び、自由制作を愉(たの)しむ~ 長谷川 栄子 NHK学園講師 キャンセル待ち	第2・4(水) 13:00 ~15:30	初心者の方にもわかりやすい内容。 「顔真卿」の書を学びます。	5回(10~12月) 15,055円		
漢字とかな書道	第2・4(火) 10:00 ~12:00	基礎からゆっくり、目的にあわせて 半紙と半切の創作作品を段階的に。	6回(10~12月) 14,094円		
「NHK学園書道検定」合格をめざす 水品 悦子 NHK学園講師	第1・3(木)	10:00 ~12:00	はじめての方から対象。基礎を身につけ 検定課題に入ります。	6回(10~12月) 13,482円	
日常の書 佐藤 順子 NHK学園専任講師	第2・4(木)	10:00 ~12:00	漢字、かな、楷書、行書、 漢字かな交じり文の基本から応用まで。 封筒・はがきの表書き、慶弔袋、芳名録、 手紙など日常に役立つものや 創作作品を小筆で学びます。	6回(10~12月) 13,182円	

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。

シニア	(月)	第1・3(月) 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。	70331 6回(10～12月) 10,122円
	(木)	第2・4(木) 16:30 ～18:00		70338 6回(10～12月) 10,122円
	仏教って何?～仏教聖典へのいざない～	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。	4018 6回(10～3月) 18,066円
	イチから学ぶ日本仏教	第2・4(金) 13:00 ～15:00	日本仏教の基礎、仏教の歴史、教え、仏像そして習俗などを学びます。	4012 6回(10～12月) 16,848円

健康・美容	(金)	10:00 ～11:30	ゆっくり血流を促しながら全身をほぐし毎月テーマに沿ったポーズを行います。	7004 11回(10～12月) 30,327円
	(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。	7002 9回(10～12月) 20,223円
	(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。	9003 6回(10～3月) 15,930円
	(火)	10:00 ～12:00	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。	5007 3回(10～12月) 16,080円

手芸・工芸	(午前)	第2・4(火) 10:00 ～12:00	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、修理をしながら日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。	9057 6回(10～12月) 30,594円
	(午後)	第2・4(火) 13:00 ～15:00		9058 6回(10～12月) 30,594円
	(金)	10:00 ～12:30	土を練り、成形、仕上げ、釉薬掛けと本格的な器づくりに挑戦。	9046 10回(10～12月) 42,330円
	(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。	9070 3回(10～12月) 21,102円
	(入門)	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。	9027 6回(10～12月) 13,482円
	(中級)	第2・4(火) 10:30 ～12:30		9042 6回(10～12月) 15,318円
	(入門)	第1(木) 10:00 ～12:00	ランチョンマットからはじめ、古くなった着物やYシャツ、ネクタイなど布を裂き、卓上織り機で新しい布としてよみがえらせます。	9055 6回(10～3月) 18,372円
	(倶楽部)	第1(木) 10:00 ～12:00		9056 6回(10～3月) 24,792円
	(初級)	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。	9002 6回(10～12月) 13,482円
	(上級)	第1・3(水) 13:00 ～15:00		9001 6回(10～12月) 14,706円
	(月)	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。	0053 5回(10～3月) 13,275円

現地講座	(金)	13:00 ～16:00	幕末から明治時代を中心に、歴史に思いをこめながら、東京の街を探索します。	9093 6回(10～3月) 21,966円
	(水)	10:00 ～12:00	スニーカーで安心して自然観察ができる「とっておきの場所、発見」をご案内します。	9095 5回(10～3月) 16,275円
	(土)	10:00 ～13:00	谷と台地がコラボする街、東京。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!	9094 6回(10～3月) 18,636円
	(火)	13:00 ～16:00	歩行距離 約8km 切絵図と現代地図を合わせ持ち、江戸市街を歩きます。	9088 6回(10～3月) 20,166円
	(金)	10:00 ～15:30	歩行距離 約7km 残された名所、旧跡を訪ね歴史や先人たちの知恵を学びます。	9087 6回(10～3月) 19,860円
	(金)	10:00 ～15:30	山や尾根道を会話を弾ませながら、ゆっくりと歩きます。	9081 3回(10～12月) 9,624円
	(水)	10:30 ～15:30	歩行距離 約3km 関東地方の寺院を訪ね、時には仏像を拝観します。	9084 6回(10～3月) 20,160円
	(水)	10:00 ～15:30	歩行距離 約5～6km 道の上に刻まれた数多くの心温まる歴史ストーリーを、里山や歴史スポットに探索していきます。	4019 5回(10～3月) 18,550円
	(金)	13:00 ～15:00	都心のイタリア料理店を会場に、フルコースを味わい、硬軟さまざまに歴史や文化、芸術を学びます。	9079 3回(10～12月) 10,386円

将棋・囲碁	(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「観る・指す楽しみ」を実感。	2010 5回(10～12月) 16,070円
	(金)	10:00 ～12:30	「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。	2004 11回(10～12月) 20,801円
	(火)	14:00 ～16:00	13路または19路盤で打てる方向へのゆっくり確実に学ぶクラス。	2006 9回(10～12月) 24,354円
	(火)	10:00 ～12:00	詰碁や実戦例を使った講義と対局や指導碁で上達。	2003 11回(10～12月) 23,716円
	(月)	10:00 ～12:00	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。	2001 10回(10～12月) 21,660円
	(火)	14:00 ～16:00	後半は、対局や指導碁で大局観を養います。	2007 11回(10～12月) 23,826円
	(月)	14:00 ～16:00	「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。	2005 10回(10～12月) 21,460円
	(水)	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。	3050 11回(10～12月) 35,365円
	(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。	3049 12回(10～12月) 38,580円
	(月)	10:00 ～12:00	中3までの基本の文法を繰り返し練習します。	3032 11回(10～12月) 35,365円

外国語	(水)	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。	3050 11回(10～12月) 35,365円
	(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。	3049 12回(10～12月) 38,580円
	(月)	10:00 ～12:00	中3までの基本の文法を繰り返し練習します。	3032 11回(10～12月) 35,365円
	(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。	3047 11回(10～12月) 35,365円
	(火)	10:00 ～12:00	便利な会話表現と文法のルールを、やさしく解説しながら練習。	3016 11回(10～12月) 26,961円
	(火)	13:00 ～15:00	基本的な文法の繰り返しと、実際の英会話の文章の練習。	3002 11回(10～12月) 28,083円
	(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。	3044 11回(10～12月) 35,365円
	(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。	3005 11回(10～12月) 27,522円
	(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付けます。	3026 11回(10～12月) 29,205円
	(水)	10:00 ～12:00	「聞く→読む→書く→使う」のプロセスを通して、確実なものに。	3015 11回(10～12月) 27,522円

料理	(火)	10:30 ～13:30	スパイスを楽しむ、旬の黄ゆずをとことん味わう ほか	0025 6回(10～3月) 30,300円
	(火)	10:30 ～13:30	トレットール、パンドジェンヌ ほか	0026 6回(10～3月) 30,300円
	(金)	10:00 ～13:00	血の巡りをよくする食材、胃腸の働きを整える食材 ほか	0022 3回(10～12月) 16,062円
	(土)	10:00 ～13:00	お餅と茄子のグラタン あざりとし小松菜の煮浸し 鯖の竜田揚げ ほか	0021 6回(10～3月) 28,764円
	(土)	10:30 ～13:00	牛肉のごま酢、ピーマンと茄子じゃこの炒り煮、炊きこみごはん ほか	0009 4回(10～2月) 21,212円
	(土)	13:30 ～16:00	そば石臼で挽く究極のそば粉で本格的なそば。男性に人気。	9089 6回(10～3月) 25,704円

歴史・文章・小説	(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。	4025 6回(10～3月) 16,542円
	(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。	4001 5回(10～3月) 13,785円
	(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。	4005 5回(10～12月) 14,040円
	(土)	13:30 ～15:30	九条家文書の「政基公旅引付(まさもとこうたひきつけ)」を読みます。	4002 6回(10～12月) 15,318円
	(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。	8030 6回(10～3月) 18,372円

プロから学ぶ! オイシレシピ

●調理実習は1卓の人数を減らしています。●教室入口で上履きに履き替えをしてください。●手袋着用のご協力をお願いします。

一生モノの定番菓子

ウィーン「デメル」など
西欧伝統の味を、日本
で手に入る材料で1人
1台作る、アットホーム
なクラス。「ショコラ・
シュニッテン」「ピス
ターチ・カレ」など。



講師 オーストリア食文化協会理事「伊藤屋」シェフ 伊藤 公朗
10/13、11/10、12/8(火) 10:30~13:30
全3回 16,155円(材料費5,805円含む) [4639]

くらしの中の美味しい薬膳
~からだと心にやさしいごはん~

毎日の食事も旬の食材
の組み合わせで立派な
薬膳となります。移り変
わる季節、カラダとココ
ロの不調を予防し、改
善しましょう。
テーマ:肺やのどを潤す、かぜ
を予防する、エイジングケア



講師 国際中医薬膳師・薬剤師 西土井 晴子
10/23、11/27、12/18(金)
10:00~13:00 全3回 16,062円(材料費6,111円含む) [4638]

男の料理

毎日の食生活を楽しみ、健康を
考えながら、バランスの取れた
食事の食材選びや、包丁など調
理具の使い方なども作りながら
学びます。



講師 料理研究家 連本 宣子
月1回(土) 10:30~13:00
4回(10~2月) 21,212円(材料費8,148円含む) [0009]

日本料理

出汁の取り方、料理
の基礎や味付けの
ポイントなど、毎日
の献立から、おもて
なしの本格料理ま
で、プロが丁寧に
お教えします。気軽
にどうぞ。



講師 織田調理師専門学校日本料理専任講師 今井 靖人
月1回(土) 10:00~13:00
6回(10~3月) 28,764円(材料費12,222円含む) [0021]

豊かな表現 絵画 初めての方もぜひどうぞ!

スケッチ感覚で
色彩豊かに仕上げる油絵

アクリル絵具とニオイ
のない水溶性油絵
具を併用。光と色彩
効果を活かして描き
ます。



受講者作品展
9/15(火)
~10/20(火)
(本校ロビー)

講師 櫻井 重和
10/20、11/17・24(火) 13:00~16:00
全3回 11,700円(用具貸出代含む) [4636]

水彩画入門

水彩画の技術のみ
を教えるのではなく
「何を描きたいか」
の気持ちを大切に
進めています。みな
さんの個性で自己
表現をしてくださ
い。



講師 石原 葉子
(金) 13:30~16:00
10回(10~12月) 24,150円 [5004]

ペン画・水彩画(混合技法)の世界

表現の狙いを大切に、ポイントを絞ってアド
バイス。ペン、色鉛筆やパステルなどによっ
て変化する味わいを学びます。



講師 白岩 繁夫
第2・4(土) 13:00~15:30
6回(10~12月) 14,706円 [5003]

水墨画で年賀状を
描きましょう!

筆づかひや墨の扱
いを学び、牛の民芸
品をはがきサイズ
にスケッチします。



講師 現代水墨画協会同人 松尾 恵生
11/18、12/2(水)
10:00~12:00
全2回 6,500円(用具貸出代含む) [4641]

缶羊墨画教室

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
い、美しい墨画を楽しみます。



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

世界の工芸

魅惑のトルコランプ 午前または午後

宮殿にも使用される、イスタ
ンブールが誇るお土産。色
鮮やかなビーズやガラスで
作るスタンダードランプは、灯り
をつければ宝石をちりばめ
たような姿です。
サイズ約30cm×10cm



講師 トルコ文化センター講師
10/29(木)
10:00~12:00 [4650]
14:00~16:00 [4651] 各10,450円(材料費・送料7,090円含む)

はじめての鎌倉彫

8名
限定

700有余年の歴史
ある伝統工芸。刀の
扱い方から丁寧に学
び、桜又は梅の銘々
皿に挑戦。2回終了
後は、月2回の定期
クラスでステップ
アップできます。



講師 鎌倉彫一陽会講師 宝亀 宝山
10/13・27(火) 13:30~16:00
全2回 5,718円(材料費別1,320円) [4642]

タイの工芸
くだもの・石鯰彫刻

ナイフ1本でデザインを仕
上げていきます。行事の
テーブルを華やかに演出
する一品に。
10月:ハロウィンデザイン
11月:クリスマスのキャンドル立て
12月:新年を飾る和のデザイン



講師 タイカービングレッスン☆ナイター きむら なお子
10/14、11/11、12/9(水) 10:00~12:30
全3回 14,478円(材料費別3,000円含む) [4637]

ナンタケットバスケット 5名
限定

Nantucket島で培われた
バスケットは、長い年月を
かけ受け継がれ、「世界一美
しいバスケット」と称されて
います。ハンドル付きのラウ
ンド型蓋なしバスケットを作
ります。



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
第2・4(火) 13:00~15:00
6回(10~12月) 30,594円(材料費別 22,000円~) [9058]

くらしの潤い

消しゴムはんこを作ろう!

気軽に始められる消しゴ
ムはんこ。彫り方・押し
方のコツを学び、紙や布
など、いろいろな物に押し
て楽しめます。10、11月は来
年の年賀状を作ります。



講師 消しゴムはんこ作家
内藤 志保
第4(月) 10:30~12:30 5回(10~3月) 13,275円 [0053]

陶芸

土を練り成形したら、器
のふちを四角くしたり、
丸みを付けて花びらのよ
うにしたり。講師の豊富
な知識とあなたの感性
でお好きな形・色に仕
上げます。料理が映えるお
皿を2枚作ります。



講師 日本工芸会正会員 東 典男
10/30、11/6・13、12/11(金) 10:00~12:30
全4回 17,000円(材料費・焼成費1,600円含む) [4634]

書を楽しむ

初心者の方、ゆっくり学びたい
方におススメ。漢字、かなの両
面から基本を学び、筆の特質
を生かして書くことをめざし
ます。ご希望に応じて実用書に
触れ、生活の中に書の楽しみ
を生かせるように。



講師 清水 じゅん子
曜日・時間などはお問い合わせください

やさしいペン・書道(午後)

ペンか毛筆を選び、くらしに役立つめくもりのある美し
い手書き文字を学びま
す。文字の基本から、住
所・氏名、はがき、手紙、
のし袋、芳名録、などご
希望や進度にあわせて
学べます。



講師 文部科学省教科書執筆 上野 清美
(木) 13:00~15:00 10回(10~12月) 21,970円 [1020]

大人のためのクラシック入門
~弦楽四重奏の魅力~

室内楽の中心ジャンル、弦楽四重奏。ハイドン・モーツ
ァルト・ベートーベンの古典派3大巨匠に注目し、エピソード
を交えながら鑑賞の楽しみを深めてまいります。



講師 武蔵野音楽大学講師
長岡 英(めぐみ)
10/6(火) 10:30~12:00 2,800円 [4658]

ウクレレ(超入門~初級)

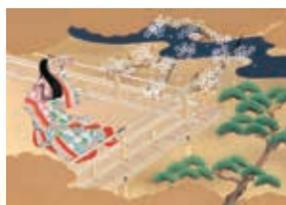
ウクレレに触ったことのない方も
大歓迎。ドレミの弾き方からは
じめます。プロから基礎力をしっ
かりと学び馴染みのある曲に挑
戦。楽器のメンテナンスもご相談
いただけます。



講師 アイランドウインズリーダー・
プロウクレレ奏者 海田 祐樹史
第1・3(水) 13:30~15:00
6回(10~12月) 19,716円 [6006]

声に出して楽しむ 源氏物語

難しく思える古典
も声に出して読む
と、美しいリズムが
心に響きます。言葉
の意味や場面の背
景、登場人物の解
説とともに物語を
紐解きましょう。



講師 新井 英之
第1・3(火) 13:00~14:30
5回(10~12月) 14,040円 [4005]

使える!伝わる!韓国語 10名
限定

初級の復習をしながら中級
(1人で旅行ができるレベル)
を目指すクラス。日常会話に
必要な語彙や文法、正確で
自然な発音とイントネーション
を楽しく学びます。



講師 キム ジウウォン
(月) 10:30~12:00
10回(10~12月) 28,080円 [3041]

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
説と指導対局が定評の初
級者クラス。今期はタイト
ル戦や大注目の藤井棋聖
の妻さについて解説。脳ト
シ感覚で楽しみましょう!



講師 (公社)日本将棋連盟棋士七段
東京大学客員教授 勝又 清和
第1・3(火) 10:00~12:00
5回(10~12月) 16,070円 [2010]

プリザーブドフラワー
アレンジメント

枯れずに美しさを保つ加工花で、
クリスマス・お正月・バレンタイン
などをテーマに、スワッグやアレ
ンジメントなど季節を楽しむ花遊
び。生花から加工を学ぶコースもあ
ります。



講師 プリザービング
フラワーズ協会代表理事
浅井 薫子
第2(金) 10:00~12:00
6回(10~3月) 14,094円(花材・材料費別) [9043]

NHK学園 国立本校 オープン
スクール
新型コロナウイルス感染防止の取り組み

- マスクの着用を お願いします
- アルコール消毒を 設置しています
- お一人で一つの机を 使います
- 換気に 努めています
- 講座ごとに机と椅子の消毒をしています

お申し込みにあたっての
注意事項

●お電話かホームページからご予約をしてください。●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。