



# 2020冬の講座ガイド

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

042-550-4777

東京都あきる野市秋川1-8 あきる野ルピア4F

駐車場あり  
(4時間まで無料)

あきる野市民 5%割引

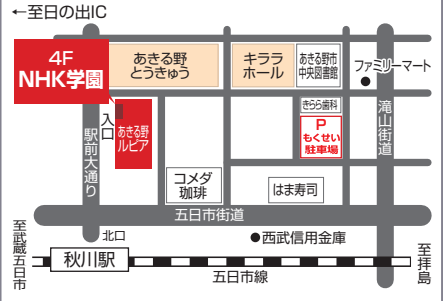
入会金無料!

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!

電車:JR秋川駅すぐ 徒歩5分  
車:圏央道日の出IC～5分



## 特別講座 安心の環境で、今年こそ! やりたかったことを始めよう

### 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。

### 3回 茶道の世界～はじめての裏千家～

裏千家教授 森田 宗晴  
茶道の魅力に触れてみませんか。自分の心とむきあう穏やかな時間を過ごしましょう。おもてなしの心や、美しい立ち居振る舞いを一緒に体験してみませんか。

● 2/2(火)・2/9(火)・2/16(火)  
● 13:00～15:00  
● 3回 6,720円 (水屋料別:1,500円)  
定期講座「茶道裏千家入門(火曜)」P3掲載



### 2回 緑と自然を楽しむ～身近な樹木の魅力～

森林インストラクター・農学博士 渡辺 一夫  
農学博士であり森林インストラクターの講師に、映像やスライドを使って、樹木の名前、巧みな生き残り戦略、私たちの生活にどのように使われているかなど、樹木の魅力についてたっぷり教えていただきます。普段目にしていない樹木が愛しくなり、春に向けて散歩やウォーキングに出かけたくくなりますよ。

● 2/13(土)・3/13(土)  
● 13:30～15:00 ● 2回 6,212円  
定期講座「森林浴でリフレッシュ!」P3掲載



### 3回 写真上達教室～撮影を楽しむ～

NHK学園講師 清田 一樹  
1回目にカメラ撮影の基礎を学び、2回目に撮影実習、3回目に実習で撮影した写真を講評します。自身の写真がどれだけ変化したか、ワクワクするはずですよ。カメラを持つのが楽しくなりますよ!

● 1/27(水)・2/10(水)・2/24(水)  
● 10:00～12:30  
● 3回 8,706円 (実習・現地集合解散 交通費自己負担)  
定期講座「写真教室(午前)(午後)」P2掲載



### 3回 はじめてみよう!ギター超入門

齋藤ギター音楽教室主宰 齋藤 浩  
今年こそ!弾けるようになりましょう。アコースティックギター、クラシックギターの「はじめの一步」です。ドレミの読み方から簡単なコードを使った伴奏まで進みます。

● 1/26(火)・2/9(火)・3/9(火)  
● 12:20～13:00  
● 3回 6,150円  
4月からは同じ時間帯の「入門クラス」で続けられます。



### 3回 はじめてのマーじゃん教室 女性限定

NPO法人健康マーじゃんA空間 認定レッスンプロ 宇野 公介・原 浩明  
健康マーじゃんは女性の方でも安心して楽しめる頭脳スポーツです。手先と頭を使うので健脳(脳の活性化)にも役立ちます。「マーじゃんはどんなゲーム?」からはじめます。

● 2/4(木)・2/18(木)・3/4(木)  
● 15:30～17:30  
● 3回 6,873円  
定期講座「女性のためのマーじゃん教室(入門)」P3掲載



### 3回 はじめてみよう!囲碁超入門

NHK学園講師 島田 広美  
囲碁をはじめてみたい方に向けた超入門講座。石の持ち方・置き方、ルール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です。マナーや基礎を学びながら一緒に楽しみましょう。

● 1/31(日)・2/7(日)・2/21(日)  
● 10:00～10:50 ● 3回 6,111円  
定期講座「日曜囲碁教室」P3掲載



### 2回 カンツォーネを歌おう

声楽家・二期会会員 成田 淳子  
カンツォーネの名曲を一緒に楽しく歌いましょう。腹式呼吸をすることで、体の機能を活性化させ、腹筋や顔の表情筋も鍛えられます。  
※前後左右の間隔を十分に空け、同じ方向を向いて歌います。

● 2/3(水)・3/3(水)  
● 13:30～15:00  
● 2回 4,500円  
定期講座「楽しく歌おう」P3掲載



### 2回 くせ字改善～自信をもって書くために～

NHK学園講師 山崎 真由美  
ご自分の「クセ」の原因を知り文字の印象を変える練習をしていきましょう。「漢字」「ひらがな」を美しくキレイに書くコツを丁寧に指導します。文字を書くのがきつと楽しくなりますよ。

● 1/31(日)・2/7(日)  
● 10:30～12:00 ● 2回 4,786円  
定期講座「簡単・キレイ!ボールペン字」P3掲載



### 2回 陶芸教室～日常の食器づくり～

とみなが陶房 陶芸家 富永 慎一  
自分の生活に一番身近な食器(カップ、皿、鉢など)制作してみましょう。長く続けられる趣味として、器を作る楽しさをあじわってください。作品は焼成後、後日お引渡し

※会場:とみなが陶房 あきる野市五日市  
● 2/2(火)・3/2(火)  
● 10:00～12:30 ● 2回 5,600円 (材料費別:2,400円)  
定期講座「陶芸入門」P2掲載



### 2回 春のドライフラワーアレンジメント ～ブーケ&スワッグ～

花工房Miwako主宰 渡辺 美和子  
生花と違い、長く楽しめるのが魅力のドライフラワー。春のアレンジメントを楽しみましょう。

2月:ブーケアレンジメント  
3月:スワッグ(壁飾り)

● 2/3(水)・3/3(水)  
● 10:30～12:00  
● 2回 5,194円 (材料費別:6,000円)  
定期講座「暮らしを彩るドライフラワーアレンジメント」P3掲載

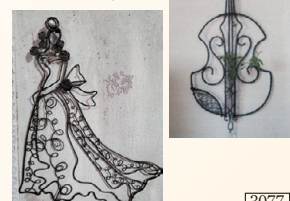


### 2回 ワイヤークラフト ～おしゃれなインテリア・ガーデニングに～

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針金アート作りを楽しんでみませんか?お部屋やお庭のアクセントにおすすめ!ゆっくり進めていきます。初心者大歓迎。

2月:バイオリンのフラワーベース  
3月:ルーシー

● 2/8(月)・3/8(月)  
● 13:00～15:30  
● 2回 5,092円 (材料費別:2,100円)



### 2回 はじめての手ごねパン教室

atelier nico主宰 荒木 恵美子  
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教えます。ご自身で作ったパンはお持ち帰り頂けます。

2月:ポテトフォッカッチャ  
3月:ブルーベリーカスタード

※会場:あきる野市中央公民館  
● 2/18(木)・3/18(木)  
● 10:30～13:30  
● 2回 6,110円 (材料費別:2,400円)



## おすすめ 楽しみひとつ 増やしませんか

### 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  
ふと見ただけで幸せな気分させてくれる、そばにあるだけでほっこりする。そんなオリジナルおもしろ張り子を作って、災厄を払い、福を呼び寄せませんか?作品に福招きパワーを注入し、幸せを呼び寄せましょう!

● 第2水曜(1/13～)  
● 13:30～15:30  
● 3回(1月～3月) 8,580円



### 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  
平均寿命が延びて、ワンちゃんも人間と同じように寝たきりや認知症になるコが増えています。ワンちゃんがずっと健やかに暮らせるよう、栄養や運動、認知症予防、排泄や入浴などの具体的なお手入れの仕方を学びましょう。

● 第4水曜(1/27～)  
● 13:30～15:00  
● 3回(1月～3月) 9,240円



### 楽しいウクレレ

根本ウクレレ教室講師 高橋 朋子  
軽くて持ち運びが楽で、弾きながら歌も歌えるのがウクレレの魅力です。ぜひお気軽にウクレレワールドへ!

● 第2・4金曜(1/8～)  
● 18:30～20:00  
● 6回(1月～3月) 13,134円



## 趣味と学びの「オンライン教室」

自宅が教室!  
パソコンやスマートフォンで学べます。

投資と経済、仏教  
俳句・短歌・川柳  
星空を楽しむ  
メンタルケア  
ヘバーデン結節の予防と改善ほか

NHK学園オンライン教室 検索





# 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火曜 10:00～12:00 3ヶ月5回 11,500円



| 講座名・講師   | 日時                      | 回数         | 受講料     |
|--|-------------------------|------------|---------|
| <b>Let's use good English!</b><br>★★★☆☆<br>8012 NHK学園講師 スティーブ・カーター | 第1・3・4火曜<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>8回  | 18,328円 |
| <b>Let's Talk English!</b><br>★★★★☆<br>8013 NHK学園講師 ロナルド・リージャー     | 毎週火曜<br>18:30～20:30     | 3ヶ月<br>11回 | 25,201円 |
| <b>スティーブ先生の楽しい英会話レベル1</b><br>★☆☆☆☆<br>8003 NHK学園講師 スティーブ・カーター      | 第1・3月曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>5回  | 11,455円 |
| <b>スティーブ先生の楽しい英会話レベル2</b><br>★☆☆☆☆<br>8002 NHK学園講師 スティーブ・カーター      | 第2・4金曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>5回  | 11,455円 |
| <b>話してみよう!韓国語</b><br>★☆☆☆☆<br>8014 NHK学園講師 李 玲美                    | 第2・4土曜<br>10:30～12:00   | 3ヶ月<br>6回  | 14,358円 |
| <b>楽しもう!手話の会話</b><br>★☆☆☆☆<br>4061 手話通訳士 緒方 好子                     | 第1・3日曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>5回  | 11,455円 |
| <b>はじめての手話～ようこそ、手話の世界へ～</b><br>★☆☆☆☆<br>4062 NHK学園講師 のもと ゆみ 他      | 第2・4金曜<br>14:00～15:30   | 3ヶ月<br>6回  | 15,276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。



| 講座名・講師   | 日時                      | 回数        | 受講料     |
|--|-------------------------|-----------|---------|
| 第1・3土曜 13:30～15:30 3ヶ月5回 11,455円   |                         |           |         |
| <b>絵画(水彩)(金曜・午前)</b><br>3000 NHK学園講師 カ丸 潮                                    | 第2・4金曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>絵画(水彩)(金曜・夜間)</b><br>3008 NHK学園講師 下向 恵子                                   | 第1・2・3金曜<br>18:30～20:30 | 3ヶ月<br>9回 | 20,160円 |
| <b>絵画(水彩)(水曜)</b><br>3009 NHK学園講師 中川 直子                                      | 第2・4水曜<br>15:30～17:30   | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>絵画(水彩)(火曜)</b><br>3006 NHK学園講師 中川 直子                                      | 第2・4火曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>6回 | 13,746円 |
| <b>水彩で描く風景スケッチ</b><br>3021 美術家 高木 雄司   | 第2・4木曜<br>12:00～14:00   | 3ヶ月<br>5回 | 14,000円 |
| <b>パステル・色鉛筆で描いてみよう</b><br>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<br>13:30～15:30   | 3ヶ月<br>6回 | 13,746円 |
| <b>水彩色鉛筆で描いてみよう</b><br>3001 NHK学園講師 加藤 尚美                                    | 第1・3火曜<br>14:00～16:00   | 3ヶ月<br>5回 | 11,455円 |
| <b>植物画入門</b><br>3007 「ボタニカルアートの会」講師 安井 亜代子                                   | 第1・3木曜<br>13:30～15:30   | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>俳画入門</b><br>3012 NHK学園講師 吉野 香恵  | 第3金曜<br>10:00～12:00     | 3ヶ月<br>3回 | 6,720円  |
| <b>心がHAPPYになるカラフル・チョークアート</b><br>3050 アトリエBoo主宰 MCA認定講師 高木 裕美                | 第2月曜<br>10:00～12:00     | 3ヶ月<br>3回 | 6,873円  |
| <b>楽しい絵手紙</b><br>3041 日本絵手紙協会公認 瀬川 和子  | 第2・4火曜<br>13:30～15:30   | 3ヶ月<br>6回 | 13,134円 |
| <b>剪画入門(切り絵)</b><br>3040 日本剪画協会認定講師 小沢 直平                                    | 第2・4月曜<br>14:30～16:30   | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>大人のための絵本づくり</b><br>～世界でひとつのものがたり～<br>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<br>10:00～12:00     | 3ヶ月<br>3回 | 7,638円  |

## 手芸

### ハワイアンリボンレイ～おしゃれ雑貨～

6022 アロハマカニ主宰 小澤 千絵  
アロハな風を感じられるハワイアンリボンレイのインテリアや小物を作ってみませんか?  
第3火曜 10:00～12:00 3ヶ月3回 7,791円



| 講座名・講師   | 日時                    | 回数        | 受講料     |
|--|-----------------------|-----------|---------|
| <b>津軽こぎん刺し</b><br>6048 津軽こぎん刺し作家 香澤 景子                                     | 第2火曜<br>13:00～16:00   | 3ヶ月<br>3回 | 9,624円  |
| <b>おしゃれに季節の水引アート</b><br>6010 政華流水引アート主宰 梶 政華                               | 第1・3木曜<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>楽しい帽子づくり</b><br>6028 婦人帽子アトリエ教室講師 池田 道子                                 | 第1水曜<br>13:00～15:00   | 3ヶ月<br>3回 | 8,706円  |
| <b>おし花アレンジアート</b><br>6009 NHK学園講師 笠松 ヤエ子・綿貫 恵子                             | 第1・3火曜<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>パッチワーク</b><br>6002 横浜文化学院 渡辺 幸子・田野倉 法子                                  | 第1・3火曜<br>13:30～15:30 | 3ヶ月<br>6回 | 14,358円 |
| <b>手あみ入門(午前)</b><br>6000 NHK学園講師 山崎 由恵・玉澤 静子                               | 第1・3木曜<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>6回 | 13,440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><br>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<br>13:00～15:00   | 3ヶ月<br>3回 | 7,791円  |
| <b>古裂アート はじめてのつまみ細工</b><br>6011 佐田つまみ画研究所 佐田 園子                            | 第2・4水曜<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>6回 | 13,134円 |
| <b>楽しい手織り・裂き織り</b><br>0004 日本生涯学習協議会リビングアート手織り倶楽部講師 今井 香里                  | 第2水曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>3回 | 8,706円  |

## つくる・工芸

### 福を呼ぶ縁起物おもしろ張り子教室

6025 張り子作家 前田 ビバリー  
オリジナルおもしろ張り子を作って、災厄を払い、福を呼び寄せませんか?  
第2水曜 13:30～15:30 3ヶ月3回 8,580円



| 講座名・講師  | 日時                    | 回数        | 受講料     |
|---|-----------------------|-----------|---------|
| <b>金継ぎと蒔絵</b><br>3071 監修 漆芸伝承の会主宰 栗原 藤秀講師 漆芸伝承の会認定講師 阿部 治代              | 第3水曜<br>16:30～19:15   | 3ヶ月<br>3回 | 10,692円 |
| <b>はじめての金継ぎ～壊れた器を蘇らせる～</b><br>3073 監修 漆芸伝承の会主宰 栗原 藤秀講師 漆芸伝承の会認定講師 阿部 治代 | 第3水曜<br>13:30～16:15   | 3ヶ月<br>3回 | 10,692円 |
| <b>陶芸入門(午後)</b><br>6037 とみなが陶房 陶芸家 富永 慎一<br>※会場:とみなが陶房(あさる野市)           | 第1・3火曜<br>13:30～16:00 | 3ヶ月<br>6回 | 16,800円 |
| <b>野鳥を彫る(入門)</b><br>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<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>6回 | 15,888円 |
| <b>篆刻～あなたの書・絵・手紙をよりすてきにさせる印～</b><br>3072 詳細印會・高平印會代表 米澤 北伸              | 第1金曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>3回 | 7,638円  |
| <b>大人のおりがみ教室</b><br>3066 工房アトリエ優希代表 塩谷 優希                               | 第1月曜<br>13:00～15:00   | 3ヶ月<br>3回 | 6,567円  |
| <b>和紙のお人形</b><br>3070 工房アトリエ優希代表 塩谷 優希                                  | 第4月曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>3回 | 6,567円  |
| <b>花のトールペインティング</b><br>6024 Coccinelle Art 主宰 國友 映理子                    | 第1土曜<br>10:00～12:00   | 3ヶ月<br>3回 | 8,706円  |
| <b>クレイアート</b><br>～樹脂粘土で作るお花やオリジナル小物～<br>6005 クレイアートフラワー朋 吉沢 朝子          | 第2・4金曜<br>10:00～12:30 | 3ヶ月<br>6回 | 13,440円 |
| <b>楽しいスープ&amp;フルーツカービング</b><br>3069 アトリエジャスマミン公認講師 堅田 敬子                | 第1火曜<br>10:30～12:30   | 3ヶ月<br>3回 | 8,400円  |
| <b>グラスリッツェン</b><br>3061 手彫りガラス工芸講師 原島 依里                                | 第2土曜<br>13:30～15:30   | 3ヶ月<br>3回 | 6,873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  
撮影実習と講評会を通じてカメラの機能、操作方法と描写の効果等を学びます。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、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  
3ヶ月6回 各17,412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 3ヶ月9回 17,874円



| 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><br>7034 NHK学園講師 久保山 佳奈 | 毎週火曜<br>19:30～20:30 | 3ヶ月<br>9回 | 17,874円 |

## ダンス

### 井上ケイのアロハフラ

7013 リマナニフラスタジオ主宰 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 3ヶ月5回 10,435円



## 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 3ヶ月6回 12,522円



| 講座名・講師                                  | 日時                    | 回数        | 受講料     |
|---|-----------------------|-----------|---------|
| <b>光江流 お江戸のかつぼれ</b><br>7008 光江流家元 桜川 光江 | 第2・4火曜<br>17:30～19:00 | 3ヶ月<br>6回 | 13,134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 3ヶ月9回 18,783円




| 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!～<br/>美姿勢骨盤調整ストレッチ</b><br>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<br>13:30～15:00 | 3ヶ月<br>6回  | 14,700円 |
| <b>らくらく姿勢改善ゆるケア体操</b><br>7001 整体師・小宮レディース整体院院長 松本 晃代                      | 第3水曜<br>13:30～15:00   | 3ヶ月<br>3回  | 7,638円  |
| <b>からだに優しい指圧健康法</b><br>7015 日本指圧協会正会員 菅麻 康江                               | 第2・4土曜<br>10:00～12:00 | 3ヶ月<br>6回  | 12,522円 |
| <b>～健康の原点がいまここに～ゆったり呼吸ヨガ</b><br>7051 オアシスヨガブレイス主宰 武井 悠桂                   | 毎週水曜<br>19:00～20:30   | 3ヶ月<br>12回 | 25,044円 |
| <b>ハタヨーガと瞑想(金曜・午前)</b><br>7035 オリエンタルアプローチャ漢字習字指導員 中島 江美子                 | 毎週金曜<br>10:45～12:15   | 3ヶ月<br>12回 | 25,044円 |
| <b>ハタヨーガと瞑想(金曜・午後)</b><br>7037 オアシスヨガブレイス公認講師 上野 貴子                       | 毎週金曜<br>13:00～14:30   | 3ヶ月<br>12回 | 25,044円 |
| <b>ヨーガとセルフマッサージ</b><br>7006 オリエンタルアプローチャ漢字習字指導員 中島 江美子                    | 第1・3土曜<br>13:00～14:30 | 3ヶ月<br>5回  | 10,945円 |



# 音楽

**楽しいウクレレ**  
 (★★☆☆)  
 5061 根本ウクレレ教室講師 高橋 朋子  
 ウクレレワールドへようこそ!初めての方にはウクレレの持ち方からお教えます。  
 第2・4金曜 18:30~20:00 3ヶ月6回 13,134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 3ヶ月6回 13,134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 3ヶ月6回 12,222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 3ヶ月6回 13,440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 3ヶ月5回 15,530円

**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 3ヶ月5回 15,530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 3ヶ月3回 7,944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 3ヶ月3回 7,944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 3ヶ月3回 10,083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 3ヶ月6回 17,412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 3ヶ月6回 18,636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 3ヶ月6回 15,582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 3ヶ月6回 15,582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 3ヶ月6回 15,582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 3ヶ月6回 13,134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 3ヶ月6回 13,134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 3ヶ月6回 13,134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 3ヶ月5回 10,945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 3ヶ月6回 13,134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 3ヶ月6回 13,134円


# 声楽

**楽しく歌おう!(水曜)夕方**  
 (★★☆☆)  
 5010 声楽家・二期会会員 成田 淳子  
 第1・3水曜 15:45~17:15 3ヶ月6回 13,746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 3ヶ月3回 6,873円

# 囲碁・ゲーム

**日曜囲碁教室**  
 (★★☆☆)  
 0007 NHK学園講師 島田 広美  
 囲碁のルールをある程度ご存知の方対象のコースです。  
 第1・3日曜 11:00~12:00 3ヶ月5回 10,185円



**囲碁(初級)**  
 (★★☆☆)  
 0006 NHK学園講師 島田 広美  
 第2・4木曜 14:30~16:30 3ヶ月4回 8,356円


**囲碁(中級～上級)**  
 (★★☆☆)  
 0005 NHK学園講師 堤 加替子  
 毎週月曜 10:00~12:45 3ヶ月10回 22,400円

**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A空真 認定レッスンプロ 宇野 公介・原 浩明  
 第1・3木曜 15:30~17:30 3ヶ月6回 13,746円

**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A空真 認定レッスンプロ 宇野 公介・原 浩明  
 第1・3木曜 13:00~15:00 3ヶ月6回 13,746円

# 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 3ヶ月5回 11,965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 3ヶ月6回 13,440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 3ヶ月6回 13,440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 3ヶ月6回 13,440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 3ヶ月5回 11,200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 3ヶ月5回 11,200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 3ヶ月6回 13,440円


# 表装

**表装入門～掛け軸・屏風～**  
 2025 祿導会主宰 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 3ヶ月6回 14,664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 3ヶ月3回 6,873円



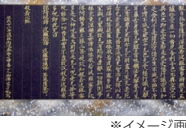
**俳句を楽しむ(月曜)**  
 「燎」同人 沢田 弥生  
 1002 第1月曜 13:00~15:00 3ヶ月3回 6,873円

**短歌教室**  
 1003 NHK学園講師 久保田 登  
 第2・4木曜 13:30~15:30 3ヶ月5回 11,455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 3ヶ月3回 6,720円

# 仏教

**写経～心のやすらぎ～**  
 0003 毎日書道展かな部審査員 佐藤 美香  
 写経にふれたことで毎日の生活が自然にうらやうになり、筆使いが上達し、書くことが喜びになります。書道を知ってなくても大丈夫です。  
 第1金曜 10:00~12:00 3ヶ月3回 6,873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 3ヶ月3回 8,400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 3ヶ月3回 6,567円


# 茶道

**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 3ヶ月8回 17,920円

**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】  
 第1・3水曜 13:30~15:30 3ヶ月6回 16,440円

# 花・園芸

**暮らしを彩るドライフラワーアレンジメント**  
 4019 花工房 Miwako主宰 渡辺 美和子  
 季節にあった雰囲気のアレンジメントを楽しみましょう。  
 第1水曜 10:30~12:00 3ヶ月3回 7,791円




**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  
 第4土曜 13:00~14:30 3ヶ月3回 8,553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 3ヶ月5回 各11,200円

**いけばな池坊**  
 初級 4016 上級 4017 池坊教授 土田 紅蓮  
 第2・4月曜 12:30~14:00 3ヶ月6回 初級13,134円 上級14,358円

# 暮らし・教養

**愛犬のためのシニアケア**  
 4032 JAPANペットケアマネジャー協会認定 ペットケアマネジャー トグリビトリトレーナー 平塚 弘美  
 愛犬がずっと健やかに暮らせるよう、認知症予防や具体的なお手入れの仕方を学びます。  
 第4水曜 13:30~15:00 3ヶ月3回 9,240円



**～プロから学ぶ～暮らしを楽しむDIY**  
 4048 株式会社MOPTOP 代表取締役大工 清水 有二  
 第3土曜 10:00~12:00 2ヶ月2回 5,700円

**～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  
 第3土曜 13:00~14:30 3ヶ月2回 4,480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 3ヶ月3回 9,318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 3ヶ月5回 11,200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 3ヶ月3回 7,179円

# 料理

**季節を感じる和菓子の世界**  
 4070 fleur mignon主宰 デコ和菓子®認定講師 池ノ内 裕子  
 家庭にある道具と電子レンジを使って季節の和菓子を作ってみませんか?  
 第2金曜 13:30~15:30 3ヶ月3回 8,553円




**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 3ヶ月3回 8,553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 3ヶ月3回 9,165円

# アウトドア (現地集合・解散)

**江戸東京おもしろ歴史探検**  
 1027 公益財団法人 中村元東方研究所 専任研究員 森 和也  
 歴史に想いをよせながら東京の街を探検してみよう。  
 第4金曜 13:00~16:00 3ヶ月3回 10,983円 (交通費自己負担、イヤホンガイド代含む)



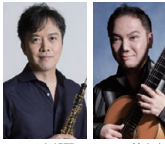
**森林浴でリフレッシュ!**  
 1023 森林インストラクター・農学博士 渡辺 一夫  
 第2火曜 10:30~14:30 3ヶ月3回 (交通費自己負担) 9,318円

**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 3ヶ月3回 (交通費自己負担) 10,083円

**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 3ヶ月3回 9,165円

**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 3ヶ月3回 (交通費自己負担) 10,080円

**古部賢一×鈴木大介 オーボエ・ギターデュオ・コンサート**  
 ～オーボエとギターによる映画音楽から日本の歌まで～  
 2021年2月14日(日) 開場13:30 開演14:00  
 【全席指定・税込】一般 2,000円 友の会 1,800円 学生 1,500円 チケット好評発売中!  
 ※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)





## ～見た目の9割は髪で決まる～ 大人のための健康ヘアケア講座

ヘアアーティスト 稲垣 俊彦  
見た目の9割は「髪」で決まると言われるくらい、印象を左右します。ハリ、コシ、白髪、抜け毛、くせ毛、ボリューム等、数々の髪の悩みについて、日常的に役立つヘアケアを、講師が伝授します。一人一人違った髪質にあわせて、アドバイスいたします。



●2/20(土) ●10:30～12:00  
●1回 2,648円

## ゆがみを整えて免疫力UP!～足の冷え解決～ 足の深層筋ストレッチで冷え&むくみスッキリ改善

整体師・小宮レディース整体院院長 松本 晃代  
女性に多いお悩み解決第2弾は足のトラブル改善!夕方になると足がむくむ...足が冷えて靴下を何枚も重ね履きして...足首をよく捻挫するその足のお悩み、"深層筋ストレッチ"で根本から解決しませんか?マッサージとは全く違う解剖生理学になぞったストレッチで、冷え足・むくみ足にサヨナラしましょう!膝痛、股関節痛改善エクササイズも同時に行います。レッスン中、個別指導あり。現役整体師の松本先生が、あなたのトラブルの原因を見つけ出します!



●2/17(水) ●11:00～12:40  
●1回 2,800円

## 原本を楽しむ 古文書解読 ～あきる野と養蚕・蚕種をめぐって～(前編)(後編)

NHK学園講師 笠原 綾  
現物の古文書も間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。※両講座受講をおすすめいたしますが、前編、後編どちらか1講座のみ受講されるのも可能。後編から受講の場合も話の筋道がわかるよう補足します。



●2/28(日) ●(前編)10:00～12:00 [9150]  
●(後編)13:30～15:30 [9151] ●各回 2,648円

## ～貴方にお似合いの色・配色・柄の選び方お教えます～ パーソナルカラー診断

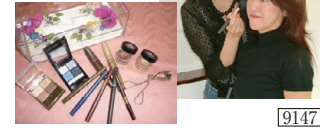
ブラッシュアップスタジオ カラーワンダフル主宰 岩下 佳代  
春夏秋冬とは違うカラータイプ診断で、似合う色と組み合わせ・柄の選び方を、多彩なカラードレープやサンプル服等を使ってお教えます。お一人ずつのカラー診断とスタイリングアドバイスを人数限定講座です。



●1/25(月) ●13:00～15:00  
●1回 3,500円

## ～マスク美人のメイク術～ 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 カラーワンダフル主宰 岩下 佳代  
マスク着用時の好印象作りの決め手の眉メイク、そして即効簡単アイシャドウのメイク法をお一人ずつの個性に合わせてレッスンします。



●2/13(土) ●13:00～15:00  
●1回 3,500円(教材費別:150円)

## 笑顔を呼ぶ!コミュニケーションマジック ～ロープとリング編～

魔法使いの発想術主宰 中里 正紀  
リングがロープを通り抜けたり外れたり。大勢の観客の前で立って演じることができるロープとリングを使ったマジックをレクチャーします。道具自体には仕掛けがないものの、次から次へと不思議な現象が起こります。この機会に多くのマジシャンが演じ続けている傑作マジックをマスターしてませんか?



●2/21(日) ●10:00～12:00  
●1回 2,800円(教材費別:100円)

## 冬のPICK UP講座～自分時間を楽しむ～

### 古裂アート はじめてのつまみ細工

佐田つまみ画研究所 佐田 園子  
日本独特の伝統工芸つまみ細工をピンセットの持ち方から指導します。その場で仕上がるお細工から絵画へも応用発展していきます。



●第2・4水曜 ●10:00～12:00  
●3ヶ月6回 13,134円

### クレイアート ～樹脂粘土で作るお花やオリジナル小物～

クレイアートフラワー朋 吉沢 朝子  
お花を中心に小物も作ります。クレイ粘土を使用するので繊細で丈夫な作品に仕上げられます。



●第2・4金曜 ●10:00～12:30  
●3ヶ月6回 13,440円

### オカリナを吹こう(午前・午後)

「風音工房」主宰 オカリナ奏者・製作者 石淵 利男  
素朴でやさしい音色のオカリナは簡単に演奏ができ、純粋で透明な土笛の音色を楽しむことができます。初めての方は基本練習から始めます。



●第1・3木曜 ●(午前)10:00～12:00 [5023]  
●(午後)13:30～15:30 [5022] ●各3ヶ月6回 13,134円

### 植物画入門

「ボタニカルアートの会」講師 安井 亜代子  
各自描きたい植物で練習していきます。透明水彩絵具で基本技法から本画制作へと段階的に指導します。草花を愛おしむ心豊かな時を一緒に。



●第1・3木曜 ●13:30～15:30  
●3ヶ月6回 13,440円

## Welcome!! 冬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。

### 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  
気持ちよく、心静かに坐禅を組みます。はじめての方でも、坐禅の組み方からお教えます。

●1/27(水) ●10:00～12:00  
●2,800円

### はじめての沖縄三線

クイチャーパラダイス 眞境名 幸輝  
沖縄出身の講師が基礎から優しく丁寧に指導します。心地よい沖縄のメロディーとリズムで楽しい時間を過ごしましょう。

●1/28(木) ●17:00～18:30  
●3,106円(貸楽器代:540円)

### 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  
インドのヨーガ研究機関の体系的なプログラムに忠実な指導法で身体機能を向上させ、自律神経や内分泌系を調整し、自然治癒力を高めましょう。

●1/29(金) ●10:45～12:15  
●2,087円

### ハタヨーガと瞑想(金曜・午後)

オアシスヨガブレイス公認講師 上野 貴子  
まずはゆっくりと呼吸する練習からはじめましょう。季節に合わせたアロマの香りの中で呼吸法を行い呼吸と身体を繋いでいきましょう。

●1/29(金) ●13:00～14:30  
●2,087円

### 楽しいソープ&フルーツカービング

アトリエジャスミン公認講師 堅田 敬子  
タイ王国伝統工芸。専用のナイフ一本でフルーツ等に彫刻を施す工芸です。にんじんのかざり切りに挑戦。

●2/2(火) ●10:30～12:30  
●2,800円(材料費別:800円)

### ～健康の原点が、いまここに～ゆったり呼吸ヨガ

オアシスヨガブレイス主宰 武井 悠桂  
身体の中組織の動きを回復させ、心を穏やかに安定させる「ゆっくりこきゅう」で心身に優しいポーズをとります。自律神経が整い、穏やかな瞑想に導かれます。

●2/3(水) ●19:00～20:30  
●2,087円

### 自家製・有機野菜づくり

NHK学園講師 野口 金雄  
ご自身やご家族が安心して口にできる有機野菜を育ててみましょう。プランター栽培のアドバイスも対応しています。

●2/12(金) ●10:00～12:00  
●3,055円(材料費別:1,000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  
家庭にある道具と電子レンジを使って和菓子を作っていませんか?2種類の桃を作ります。

●2/12(金) ●13:30～15:30  
●2,851円(材料費別:1,600円)

### 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  
指圧は体の痛み・コリ・だるさ等の予防に役立ちます。薬を使わずに自然治癒力を高め、身体の免疫力を上げましょう。

●2/13(土) ●10:00～12:00  
●2,087円

### 楽しい絵本の読み聞かせ

くにたちおはなしの会代表 円谷 恭子  
心なごむ絵本の世界を一緒に楽しんでみませんか。実際の絵本を題材に、読み聞かせの大事なポイントやテクニックをご紹介します。

●2/15(月) ●10:30～12:00  
●2,393円

### 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  
リボンレイメイキングを一緒に楽しみませんか?春色バッグチャームを作ります。

●2/16(火) ●10:00～12:00  
●2,597円(教材費別:900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  
星空を眺め、宇宙へと思いを広げるとっておきの時間。2月は1等星シリウスの謎に迫ります。

●2/17(水) ●18:30～20:30  
●3,106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。

●2/20(土) ●13:00～14:30  
●2,240円(マネキン代:300円)

### いけばな池坊

池坊教授 土田 紅暹  
季節の花を美しく楽しく生けましょう。

●2/22(月) ●12:30～14:00  
●2,189円(材料費別:1,000円)

### はじめての写仏

NHK学園講師 山田 美和  
仏さまについて学びながら、白描のやさしい仏さまを描きます。楽しく、ゆっくりと心ゆくかな時間を過ごしましょう。

●2/25(木) ●10:00～12:00  
●2,189円(教材費別:500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  
インテリアがぐっとおしゃれになる「苔玉」。見た目にも癒され、愛情込めて育てる楽しみは格別。ミニ胡蝶蘭を作ります。

●2/27(土) ●13:00～14:30  
●2,851円(材料費別:3,500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。