





## 定期講座のご案内

お問い合わせ・お申し込みはお気軽に

 **047-325-8211**

## ◆◆◆ オープンスクール Q&A ◆◆◆

Q. いつから受講できますか。  
A. 満席の講座を除き、いつからでも受講できます。

Q. 見学・体験はできますか？  
A. ほとんどの講座で可能です(新講座や一部の講座、1日講座を除く)。見学は無料で、体験は1回分の受講料を申し受けます。お電話でお申し込みください。語学や楽器の講座は、レベル確認のためにも見学もしくは体験をお勧めします。

Q. いつから受講できますか？  
A. 通年で開講していますので、いつからでも始められます（一部を除く）。便宜上、ガイドでは春期（4～6月）もしくは春夏期（4～9月）の開講回数・受講料を掲載しています。

- 講座により、受講料に教材費が含まれる場合があります。
- 講座日のサイクルは原則です。祝日等により変更となる場合があります。

## 俳句・短歌・川柳・エッセイ

**俳句はじめの一步二歩**

「小熊座」同人 津高 里永子

第2(日) 10:00～12:00  
6回(4～9月) 19,620円

**今井肖子の俳句教室**

「ホトギス」同人 今井 肖子

第3(火) 10:00～12:00  
6回(4～9月) 19,500円

**能村研三の俳句教室**

「沖」主宰 能村 研三

第2(木) 16:00～18:00  
6回(4～9月) 18,000円

**高浦銘子の俳句教室**

「青龍」会員 高浦 銘子

第3(金) 13:00～15:00  
6回(4～9月) 18,900円

**高野ムツオの俳句教室**


現代俳句協会会長・「小熊座」主宰 高野 ムツオ

第3(金) 13:30～15:30  
5回(5～9月) 22,000円

**西村麒麟・俳句塾**

「麒麟」主宰・「古志」同人 西村 麒麟

第1(金) 17:30～19:00  
6回(4～9月) 18,840円

**はじめての短歌**


「塔」会員 山内 頌子

第2(火) 13:00～14:30  
5回(4～9月) 15,250円

**はるみの短歌塾**

「未来」短歌会理事 池田 はるみ

第2(水) 13:00～15:00  
6回(4～9月) 18,000円

**鷺尾三枝子の短歌入門**

「かりん」会員 鷺尾 三枝子

第3(土) 13:00～15:00  
6回(4～9月) 18,180円

**島田駱舟の川柳教室**

印象吟句会「銀河」主宰 島田 駱舟

第2(木) 10:00～12:00  
6回(4～9月) 18,000円

**徒然エッセイ教室**

国語講師・著述家 吉田 裕子

第1(火) 13:30～15:00  
6回(4～9月) 22,554円

## 文芸・古文書・歴史

**今、万葉集を味わう**

元國學院大學大学院教授 杉山 英昭

第4(火) 15:00～16:30  
6回(4～9月) 19,506円

**源氏物語を読む**

明海大学講師・古典研究家 長谷川 哲夫

第1、第3(火) 15:30～17:00  
6回(4～6月) 15,546円

**枕草子を読む**


明海大学講師・古典研究家 長谷川 哲夫

第2、第4(木) 15:30～17:00  
6回(4～6月) 18,600円

**もういちど、古典文学**

国語講師・著述家 吉田 裕子

第2、第4(金) 13:00～15:00  
6回(4～6月) 19,506円

**道成寺縁起絵巻を読み解く**

日本大学非常勤講師 渡邊 浩史

第3(月) 14:00～16:00  
6回(4～9月) 20,100円

**古文書読解 応用**

NHK学園講師 桜井 克己

第2、第4(火) 15:30～17:00  
6回(4～6月) 17,640円

**古文書倶楽部**

〈I〉第1、第3(水) 15:30～17:00  
5回(4～6月) 13,720円  
〈II〉第2、第4(水) 15:30～17:00  
6回(4～6月) 16,464円

**学び直しの日本史**

元明治学院東村山高等学校日本史教諭 武部 信隆

第2、第4(月) 13:00～14:30  
6回(4～6月) 20,100円

**江戸の庶民文化を学ぶ ～知っておきたい江戸っ子の暮らし～**

演芸評論家・江戸東京研究家 瀧口 雅仁

第1(火) 10:30～12:00  
6回(4～9月) 20,100円

**古代オリエント史**

古代オリエント歴史学者 小林 登志子


第2、第4(水) 15:00～16:30  
6回(4～6月) 17,358円

## 学び歩き（現地集合・解散）

**花をたずねて鎌倉歩き**

鎌倉フラワー&ネイチャーガイド 村田 江里子

第2(火) 9:45～12:45  
4回(4～9月) 16,240円

**お江戸風流散歩 ～芸能・文学からみた江戸文化～**

演芸評論家・江戸東京研究家 瀧口 雅仁

第3(火) 13:00～15:00  
4回(4～9月) 19,200円

**東京・水辺の自然散策**

ココペリプラス代表 寺田 浩之

第4(水) 10:00～12:00  
5回(4～9月) 20,000円

**東京「スリパチ」地形散歩**

東京スリパチ学会会長 皆川 典久

〈水曜〉第3(水) 10:30～12:30  
4回(4～9月) 15,200円  
〈土曜〉第1(土) 10:00～12:30  
4回(4～9月) 15,200円

**東京ウンチク建築散歩**

一級建築士・東京スリパチ学会会長 皆川 典久

〈午前〉第2(水) 10:30～12:30  
3回(4～9月) 11,400円  
〈午後〉第2(水) 14:00～16:00  
3回(4～9月) 11,400円

**歴史ロマン古道**

古街道研究家 宮田 太郎

月1回(水) 10:00～15:30  
5回(3～9月) 25,000円


**森へいこうよ!**

森林インストラクター・農学博士 渡辺 一夫

第2(木) 10:00～14:00  
5回(4～9月) 19,000円

歩いて体感 大江戸八百八町 ～江戸城見附・城門と周辺の町～  
江戸東京郷土史研究者 久染 健夫

第1(金) 10:00～12:30  
5回(4～9月) 19,500円

**名建築を訪ね歩く**


日本写真家協会会員・元早稲田大学講師 下村 純一

第3(金) 10:00～13:00  
4回(4～9月) 15,200円

**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

第2(金) 11:00～14:30  
4回(4～9月) 16,800円

**作家・作品のゆかりの地を訪ねる**

トラベルキャスター 津田 令子

第4(水) 11:00～14:30  
4回(4～9月) 18,000円

**千葉スリパチ地形散歩**

千葉スリパチ学会会長 稲垣 憲太郎


第2(土) 9:45～12:45  
4回(4～9月) 15,200円

## 教養・写真

**はじめての絵本づくり講座**

絵本プロデューサー 内田 真紀

第4(月) 10:00～12:00  
6回(4～9月) 21,966円

**シェイクスピアを読む**

日本大学元教授 福島 昇

第2、第3(月) 10:00～11:30  
7回(4～6月) 21,000円

**西洋美術鑑賞入門 ～展覧会を楽しもう!～**

アートナビゲーター 三沢 恵子

第1(火) 10:30～12:00  
5回(4～9月) 21,650円

**歌舞伎ファン招待席**


演劇評論家 上村 以和於

第3(火) 15:30～17:00  
5回(4～9月) 14,485円

**脳トレ・おとなのそろばん塾**

珠算塾主宰 水口 和男

第1、第4(水) 13:00～14:00  
5回(4～6月) 9,500円

**教室で旅する南インド**

～南インドに息づく神々と人々に出会う～


元機械メーカー海外駐在員 河本 憲治

第3(水) 13:00～14:30  
6回(4～9月) 19,800円

**ハーブのある暮らし**


ハーブ研究家 右京 裕子

第1(水) 10:00～12:00  
6回(4～9月) 24,300円


**タロット占い教室**


タロット占い師 つきむら こう

第1、第3(金) 15:30～17:00  
5回(4～6月) 16,000円

**手相講座**


手相運命学教室仙習院認定講師 耀輝

〈入門〉第4(日) 14:15～15:45  
6回(4～9月) 18,840円  
〈中級〉第4(日) 12:30～14:00  
6回(4～9月) 18,840円  
〈応用〉第4(日) 10:00～11:30  
6回(4～9月) 18,840円

**映画の森サタディ・サンセットシネマ**


映画解説者・NHK衛星映画劇場支配人 渡辺 俊雄

第4(土) 15:30～17:30  
6回(4～9月) 18,300円

**星・宇宙・天体を学ぶ**


「なかのZERO」プラネタリウム解説員 坪内 重樹

第3(金) 18:30～20:30  
6回(4～9月) 21,636円

**森林・樹木・自然を学ぶ**

森林インストラクター・農学博士 渡辺 一夫

第1(土) 10:30～12:00  
6回(4～9月) 20,436円

**仏教で考える心と幸せ ～仏教学に学ぶ生きるヒント～**


国際仏教学大学院大学特任研究員 青木 佳伶

第4(土) 10:00～11:30  
5回(4～9月) 17,000円

**教室で古寺めぐり**


半蔵門ミュージアム客員研究員 吉田 典代

第1(木) 10:00～12:00  
6回(4～9月) 21,840円

**〈投資力〉講座**

株式投資研究家 坂田 善種

第1、第3(火) 19:00～20:30  
6回(4～6月) 22,266円

**深掘り! 経済ニュース ～これからの社会・経済を考える～**

元NHK解説委員 竹田 忠

第3(日) 14:00～15:30  
6回(4～9月) 23,400円

**スマホタブレット倶楽部**

PCインストラクター 相場 美千代

〈A〉第2、第4(火) 10:00～12:00  
6回(4～6月) 17,382円  
〈B〉第2、第4(火) 15:30～17:30  
6回(4～6月) 17,382円

**写真教室 初級**

フォトグラファー 小島 由紀子


第1(木) 15:30～17:00  
6回(4～9月) 16,800円

**小島由紀子・写真教室**

フォトグラファー 小島 由紀子

第1(木) 17:30～19:30  
6回(4～9月) 20,436円

## 語学

**はじめての韓国語**


韓国語講師 金 一恵

第2、第3、第4(月) 10:00～11:30  
9回(4～6月) 25,200円

**英語表現力アップ発音サプリ®英会話・アドバンス**

発音サプリ®ラボ主宰・茨城大学大学院講師 田中 智子

第1、第3(火) 13:00～14:30  
6回(4～6月) 19,800円

**英語発音に自信がつく英会話初級**

発音サプリ®ラボ主宰・茨城大学大学院講師 田中 智子

第1、第3(火) 15:00～16:30  
5回(4～6月) 16,500円

**やり直しEnglish**

NHK学園講師 David Parmer


毎週(水) 10:30～12:00  
11回(4～6月) 36,905円

**News Listening and Discussion (CNN)**

NHK学園講師 David Parmer


毎週(水) 13:00～14:30  
11回(4～6月) 36,905円

## 朗読・話し方・傾聴

**柳家小もんの落語教室**

落語家 柳家 小もん

第1、第3(火) 19:00～20:30  
5回(4～9月) 17,500円

**ようこそ、朗読の世界へ!**


元NHKキャスター・エッセイスト 村松 真貴子

第3(火) 14:00～16:00  
6回(4～9月) 21,840円

**朗読の刻(とき)**

元NHKアナウンサー 寺田 道雄


第1(火) 15:30～17:30  
6回(4～9月) 22,560円

**朗読にチャレンジ!**

元NHKアナウンサー 滝島 雅子


第2(土) 13:00～15:00  
6回(4～9月) 21,780円

## 書道・ペン字

**おとなの手習い ～日曜の書道教室～**

日展会友・読売書法会理事 宮城 佳寿子

第1、第3(日) 13:00～15:00  
6回(4～6月) 19,800円

**書道・かな 入門 初級 中級**

NHK学園講師 米山 睦子

毎週(月) 10:00～12:00  
6回(4～6月) 18,900円

**書道・かなに親しむ**

日展会員 寺岡 棠舟

第2、第4(月) 13:00～15:00  
6回(4～6月) 18,900円

**書を楽しむ**


NHK学園講師 清水 じゅん子

〈午前〉第2、第4(火) 10:00～12:00  
6回(4～6月) 18,900円  
〈午後〉第2、第4(火) 13:00～15:00  
6回(4～6月) 18,900円

**書を楽しむパーソナルレッスン**

NHK学園講師 清水 じゅん子

〈第2火曜①〉第2(火) 15:15～15:45  
5回(4～9月) 14,500円  
〈第2火曜②〉第2(火) 15:50～16:20  
5回(4～9月) 14,500円  
〈第4火曜①〉第4(火) 15:15～15:45  
5回(4～9月) 14,500円  
〈第4火曜②〉第4(火) 15:50～16:20  
5回(4～9月) 14,500円

**筆に親しむ・入門から作品づくりまで**

日展会友・読売書法会理事 宮城 佳寿子

第1、第3(水) 15:30～17:30  
5回(4～6月) 16,050円

**書道・基礎から応用へ ～生活の中の書～**

NHK学園講師 西城 研

第2、第4(木) 13:00～15:00  
5回(4～6月) 15,950円

**実用書道**

NHK学園講師 佐藤 順子

第2、第4(金) 10:00～12:00  
6回(4～6月) 18,900円

**書道 漢字 初級・中級**

NHK学園講師 佐藤 妙子

第1、第3(金) 13:00～15:00  
5回(4～6月) 15,750円

**書道・かな 臨書と創作**

日展会員 寺岡 棠舟

第2、第4(金) 13:00～15:00  
6回(4～6月) 18,900円

**写経 ～心の安らぎを求めて～**


毎日書道会会員 堀川 翠扇

第1、第3(金) 10:00～12:00  
6回(4～6月) 18,900円

**くらしに役立つペン習字(月曜)**

NHK学園講師 藤本 美也子

第2、第4(月) 10:00～12:00  
6回(4～6月) 19,140円

**月1回の社会人のためのペン字筆ペン**

日展会友・読売書法会理事 宮城 佳寿子

第1(水) 18:30～20:30  
6回(4～9月) 19,200円



日常のペン字・筆ペン

NHK学園講師 佐藤 妙子

第2、第4(木) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,900円

満席

月1回の日常のペン字・筆ペン

NHK学園講師 佐藤 妙子

第4(木) 13:00～15:00

6回(4～9月) 18,900円

くらしに役立つペン習字(金曜)

日展会友・読売書法会理事 宮城 佳寿子

第2、第4(金) 10:00～12:00

6回(4～6月) 19,200円

篆刻・篆書

日展会友・読売書法会理事 荒居 凌雲

第2、第4(火) 13:00～15:00

6回(4～6月) 18,900円

## 絵画

イラスト・水彩色鉛筆の時間

イラストレーター 小倉 正巳

第1、第3(火) 19:00～20:30

6回(4～6月) 18,600円

夜間

そっくり!?色鉛筆画

画家 文画

第2、第4(水) 10:00～12:00

5回(4～6月) 16,500円

NEW

ボタニカルアートを楽しむ ～バラと植物を描く～

Botanical Artist 道恵

第2、第4(水) 13:00～15:00

5回(4～6月) 18,000円

パステル画

日本美術家連盟会員 濱口 泰巳

第1、第3(木) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,600円

絵画入門講座

NHK学園講師 白岩 繁夫

毎週(木) 13:00～15:00

11回(4～6月) 33,550円

はじめての透明水彩

日本美術家連盟会員・土日会会員 河合 順子

第2、第4(金) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,300円

ドローイング研究所

日本美術家連盟会員 鬼頭 明稚

毎週(金) 13:00～16:00

11回(4～6月) 36,344円

くどうさとしの水彩入門

水彩画家・日本透明水彩会会員 くどう さとし

第1、第3(金) 18:30～20:30

6回(4～6月) 18,906円

夜間

スケッチ

NHK学園講師 白岩 薫

第1、第3(土) 10:00～12:00

5回(4～6月) 15,250円

土

はじめての風景スケッチ

日本美術家連盟会員・土日会会員 河合 順子

第2、第4(土) 10:00～12:30

5回(4～6月) 15,750円

満席 土

基礎から学ぶデッサン

日本画家 志世都 りも

第1、第4(土) 12:30～14:45

6回(4～6月) 19,800円

土

ボールペンで描くスケッチ

水彩画家・日本透明水彩会会員 くどう さとし

第3(金) 15:30～17:30

6回(4～9月) 20,400円

日本画

日本画家 柳沢 正人

第4(土) 13:00～15:30

5回(4～6月) 17,030円

土

心をつたえる絵手紙

日本絵手紙協会公認講師 大月 ユキ

第2、第4(火) 10:00～12:00

5回(4～6月) 15,000円

トルコ文様・細密画

元日展会友 菅間 ゆみい

第1(火) 10:00～12:00

6回(4～9月) 18,300円

描いてみましょう!ゼンタングル®

ゼンタングル®認定講師 Yan(山本 未希)

第3(木) 10:00～12:15

6回(4～9月) 21,180円

## 音楽 楽器クラスは体験受講をおすすめします

懐メロ楽校 ～懐かしき昭和を歌う～

歌手 二代目 松原 操

第2、第4(火) 13:00～15:00

6回(4～6月) 20,436円

歌ってハレルヤゴスペル・ナイト

Pi'sful World Music代表 井上 博友

第2、第4(金) 19:00～20:30

6回(4～6月) 17,808円

夜間

オカリナレッスン

オカリナ・トランペット奏者 酒井 清志

第2、第4(月) 15:30～16:30

6回(4～6月) 16,800円

トランペットをはじめよう

オカリナ・トランペット奏者 酒井 清志

第2、第4(月) 17:00～18:00

6回(4～6月) 22,800円

はじめてのウクレレ

ALOHAギタースクール 佐和 弘喜・竹部 和佳奈

第2、第4(月) 17:30～18:30

6回(4～6月) 21,600円

たのしいウクレレ

第2、第4(月) 19:00～20:30

6回(4～6月) 21,600円

夜間

ウクレレでハワイアン弾き語り

ヴォーカル・ウクレレ奏者・ハワイミュージックアワードグランプリ受賞 アネラ

第1、第3(水) 11:00～12:00

5回(4～6月) 15,550円

カリンパレッスン(初級)

カリンパ講師 富田 知美

第3(水) 11:45～13:15

6回(4～9月) 21,600円

カリンバ レッスン倶楽部

第3(水) 10:00～11:30

6回(4～9月) 21,600円

ハーモニーを楽しむオカリナ

オカリナ奏者 川上 志乃

〈A〉第1、第3(土) 13:00～14:30

5回(4～6月) 13,975円

〈B〉第1、第3(土) 14:45～16:15

5回(4～6月) 13,975円

土

三味線と小唄

夢派小唄師範 夢 穂乃香

第1、第3(土) 15:30～17:00

5回(4～6月) 14,485円

土

声と歌に自信のない方のためのYUBAメソッド ヴォイストレーニング

YUBAメソッド認定Voiceインストラクター 岩崎 えり子

第1、第3(木) 13:00～14:00

5回(4～6月) 20,500円

YUBAメソッド・アドバンス

YUBAメソッド認定Voiceインストラクター 岩崎 えり子

〈A〉第1(木) 14:30～16:00

6回(4～9月) 24,600円

〈B〉第3(木) 14:30～16:00

6回(4～9月) 24,600円

## 手芸・工芸

韓国の針仕事 ポジャギをたのしむ

ポジャギ工房koe講師 麦島 淳子

第3(火) 10:00～12:00

6回(4～9月) 19,800円

村松洋子の手織り教室

染織家 村松 洋子

第1、第3(火) 13:00～15:00

6回(4～6月) 18,300円

ザ・ハワイアンキルト

ハワイアンキルト作家 豊田 亜紀子

第2、第4(水) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,300円

はじめてのビーズ刺し子

ビーズデコ刺繍認定講師 井上 雅代

第3(木) 10:00～12:00

6回(4～9月) 22,800円

カルトナーージュ ～フランス伝統工芸で暮らしを彩る～

アトリエ青い額縁主宰 小笠原 和子

第4(木) 10:00～12:00

6回(4～9月) 21,600円

大澤実千世の袋もの教室

大澤和子袋もの研究所主宰 大澤 実千世

第3(木) 13:00～15:30

5回(4～9月) 21,000円

手編み教室

日本手芸普及協会 手あみ師範 内山 真規子

第2(木) 13:00～15:00

4回(4～9月) 14,800円

NEW

こざん刺し

こざん刺し作家・染織家 村松 洋子

第1、第3(金) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,840円

装飾ダーニング監修HikaruNoguchi

HIKARUNOGUCHI TEXTILE DESIGN公認講師 斉藤 円

第1(金) 13:00～15:00

6回(4～9月) 24,600円

着物リメイク教室

やすあかの古布あそび専任講師 石黒 和子

〈午前〉第1、第3(土) 10:00～12:00

5回(4～6月) 19,000円

〈午後〉第1、第3(土) 13:00～15:00

5回(4～6月) 19,000円

土

つまみ細工・つまみ画

佐田つまみ画研究所 安藤 芳美

第1、第3(金) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,000円

七宝焼でつくるアクセサリー

七宝工芸家 清水 啓子

第2、第4(水) 10:00～12:00

6回(4～6月) 23,400円

夜の金繕い入門

金繕い工芸作家・一菜会公認講師 成田 美穂

第3(火) 18:15～20:30

6回(4～9月) 21,000円

夜間

金繕い入門

金繕い工芸作家・藤那海工房主宰 白鳥 由加利

〈星組〉第1(金) 13:00～15:00

6回(4～9月) 19,212円

〈月組〉第1(金) 15:30～17:30

6回(4～9月) 19,212円

〈花組〉第2(金) 15:30～17:30

5回(4～9月) 16,010円

満席 満席 満席

鎌倉彫

鎌倉彫後藤会師範 片岡 直方

第2、第4(土) 10:00～12:00

5回(4～6月) 15,000円

満席 土

グラスリッツェン

グラスグラヴァー 宮崎 純子

第3(土) 10:00～12:00

6回(4～9月) 19,800円

土

おりがみ教室

おりがみ会館公認インストラクター 福富 貞子

〈月曜〉第3(月) 10:00～12:00

6回(4～9月) 18,300円

〈火曜〉第3(火) 13:00～15:00

6回(4～9月) 18,300円

中村頼子のきりえ教室

きりえ作家・イラストレーター 中村 頼子

第4(月) 10:00～12:00

6回(4～9月) 18,600円

草木染め

テキスタイル作家 駒澤 菜穂子

〈火曜クラス〉第3(火) 10:00～12:00

6回(4～9月) 18,840円

〈金曜クラス〉第4(金) 10:00～12:00

6回(4～9月) 18,840円

ミニチュアの世界・風景ジオラマ&鉄道模型

模型作家 アトリエminamo 宮澤 雅文

第1、第3(水) 13:00～15:00

5回(4～6月) 16,700円

仏像を彫る

彫刻家 杉田 浩庸

〈夕〉第1、第3(水) 15:30～17:30

5回(4～6月) 17,540円

〈夜〉第1、第3(水) 18:00～20:00

5回(4～6月) 17,540円

夜間

## 美容・健康・香り

和のアロマテラピー

～香りを楽しむクラフト作り～

茶心香心堂主宰・AEA認定アロマテラピーインストラクター 谷 美緒

〈月〉第3(月) 13:00～15:00

6回(4～9月) 19,800円

〈水〉第4(水) 13:00～15:00

6回(4～9月) 19,800円

漢方せいかつ入門

JSADA漢方アドバイザー 中島 実

第4(土) 13:00～14:30

6回(4～9月) 22,800円

土

らくらく生活ヨーガ

広池ヨーガ健康研究所認定講師 西原 洋子・小林 淑子・日黒 あすか

毎週(日) 10:30～12:00

9回(4～6月) 21,483円

日

からだが整うリラックスヨーガ

広池ヨーガ健康研究所認定講師 西原 洋子・中村 そよみ

第2、第3、第4(月) 13:00～14:30

9回(4～6月) 21,600円

お勤め帰りのリラックスヨーガ

広池ヨーガ健康研究所認定講師 青木 みち代・西原 洋子・中村 そよみ

毎週(水) 19:00～20:30

11回(4～6月) 26,257円

夜間 満席

床バレエ 監修竹田純

(一社)床バレエ協会認定インストラクター 日置 美希子

第1、第3(木) 16:30～17:30

6回(4～6月) 21,000円

タイ式ヨガ・ルーシーダットン

日本ルーシーダットン普及連盟インストラクター 田島 朋子

第2、第4(金) 13:00～14:30

6回(4～6月) 17,382円

フレイル予防にも!スロージョギング®

日本スロージョギング®協会認定アドバンスインストラクター 小野崎 渡

第2、第4(火) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,600円

ノルディックウォーク ～アクティブ&ウェルネスライフを送ろう～

WINSノルディックウォークインストラクター 吉野 陽子

第2、第4(木) 10:00～12:00

6回(4～6月) 18,300円

正しい姿勢と歩き方

NPO法人ウォーキング研究所理事・ヘルスケアトレーナー 駒崎 優

第1、第3(木) 13:30～15:00

6回(4～6月) 16,800円

楊名時八段錦・太極拳 呼吸太極拳

楊名時八段錦・太極拳師範 吉岡 薫

毎週(日) 10:00～11:30

10回(4～6月) 24,890円

日

健康太極拳

日本健康太極拳協会 西原 かをる・能城 輝信

毎週(土) 10:00～11:30

9回(4～6月) 22,401円

土

## 舞踊・ダンス

たのしいハワイアン・フラ

プアナニ・高橋フラスタジオ講師 岩並 和子

毎週(月) 18:30～19:40

9回(4～6月) 21,483円

Let's カントリーラインダンス

日本カントリー&ライン・ダンススポーツ連盟常任理事、公認上級指導者・コーチ MIHO

第1、第3(水) 15:30～17:00

4回(4～6月) 10,800円

NEW

どかんtoハッピーDANCE

パパイヤ鈴木とおやじダンサーズ メンバー 松元 どかん

第4(木) 16:45～18:00

6回(4～9月) 20,130円

おやじダンス倶楽部〈男子部〉

パパイヤ鈴木とおやじダンサーズ メンバー 松元 どかん

第2、第4(木) 19:00～20:30

6回(4～6月) 20,130円

夜間

ゆったりハワイアン・フラ

プアナニ・高橋フラスタジオ講師 小橋 孝枝

〈午前〉第1、第3(金) 10:30～12:00

6回(4～6月) 15,546円

〈午後〉第2、第4(金) 15:30～17:00

6回(4～6月) 15,546円

## 花・植物・フラワーアレンジ

スワッグ・ドライフラワーアレンジ

ドライフラワーアーティスト 豊美 喜久子

第1(金) 18:30～20:00

6回(4～9月) 18,840円

夜間

多肉植物の育て方

多肉スタイリング協会主宰・多肉スタイリスト® Kurumi

第1(木) 13:00～15:00

3回(4～6月) 10,350円

満席

## 囲碁・将棋・マージャン

初級の囲碁

日本棋院S級囲碁普及指導員 伊藤 芳人

第1、第3(土) 15:20～16:30

5回(4～6月) 11,100円

土

囲碁教室(中級)

NHK学園講師 樋口 奈緒子

毎週(木) 16:30～18:30

9回(4～6月) 23,580円

囲碁倶楽部

日本棋院S級囲碁普及指導員 伊藤 芳人

第1、第2、第3(土) 13:00～15:00

9回(4～6月) 23,580円

土

将棋教室 入門・初級

日本将棋連盟浦安支部長 大貫 英範

第1、第3(金) 15:30～17:30

6回(4～6月) 18,000円

NEW

女性のためのマージャン教室

日本健康麻将協会認定レッスンプロ 細谷 映里子・安永 真優美

〈初心者〉第1、第3(火) 10:00～11:30

16回(4～9月) 48,000円

〈午前〉第2、第4(木) 10:00～12:00

11回(4～9月) 33,000円

〈午後〉第2、第4(木) 13:00～15:00

6回(4～6月) 18,000円

〈夕方〉第2、第4(木) 15:30～17:30

11回(4～9月) 33,000円

NEW 4/7スタート

## 食と料理

発酵のある暮らし

発酵料理研究家 izumi

第3(日) 10:00～12:00

5回(4～9月) 15,750円

NEW 日



日本橋川、神田川クルーズ  
名橋めぐり

(公社)東京都道路整備保全公社 道路アセットマネジメント推進室長 紅林 章央

橋の専門家のガイドで、船で名橋を巡ります。橋の歴史、時代背景や橋の構造など、詳しい解説に橋が面白くなること間違いなし。【現地集合・解散】  
【予定ルート】浅草橋→神田川(聖橋など)→日本橋川(日本橋)→隅田川(永代橋～両国橋)→浅草橋

①5/15金、②5/16土 11:00～12:30  
各9,300円 貸切船代含む

ノルディックウォーク  
～アクティブ&ウェルネスライフを送ろう～

WINS所属インストラクター 吉野 陽子

ボールをもって上半身を効果的に動かし歩きます。アクティブに過ごしたい方に。定期講座「ノルディックウォーク」の体験講座です。定期講座では毎回速足ペースで4～5km歩きます。  
3/12金 13:00～14:30 2,900円 ボールレンタル代500円別

ウクレレでハワイアン弾き語り

ヴォーカル・ウクレレ奏者、ハワイミュージックアワードグランプリ受賞 アネラ

初心者から経験者まで参加できる、ウクレレでハワイアンソングを弾き語る講座です。ウクレレの持ち方を習い、簡単な曲を弾きます。ウクレレをお持ちください。  
3/18金 11:00～12:00 3,110円

囲碁講座 体験会

日本棋院5級囲碁普及指導員 伊藤 芳人

土曜の囲碁講座の体験会です。解説、講師や仲間との対局を通して囲碁を学び、上達を目指します。  
7・8級～5段の方が対象 3/28土 13:00～15:00 2,700円  
19路盤を打てる方が対象 4/11土 15:20～16:30 2,200円

YUBAメソッド・ヴォイストレーニング

YUBAメソッド認定Voiceインストラクター 岩崎 えり子

「声が出にくい」「気持ちよく歌いたい」。そんな悩みを持つ方はYUBAメソッド・ヴォイストレーニングをぜひご体験ください(女性限定講座)。

4/2金 13:00～14:00 3,500円

はじめてのかぎ針編みレッスン

日本手芸普及協会 手あみ師範 内山 眞規子

かぎ針や毛糸の持ち方から、基本となる編み目の編み方、簡単な編み図の読み方まで、かぎ編みの基本をマスターします。これからかぎ針編みを始めたい方のための1日講座です。

4/9金 13:00～15:00 3,900円 教材費含む

感動のマイナス10歳メイク

巢鴨・えがお写真館 専属ヘアメイクアーティスト 船津 有史 ほか

NHK「あさイチ」にも出演したシニア専門「巢鴨・えがお写真館」の専属メイクアーティストが、あなたの素の魅力を引き出すテクニックを伝授。メイク終了後は記念撮影します。

5/1金 ①10:00～13:00、②14:00～17:00撮影時間含む  
各10,500円 撮影代・写真1枚分含む

甲山親方に聞く相撲よもやま話

(公財)日本相撲協会年寄 甲山 剛

甲山親方を囲んで、相撲のしきたりや歴史などの豆知識を学びます。5月場所の取組や名場面、ポイントも聞けるかも?! 事前にご質問を募集します。

6/15月 15:00～16:30 4,500円

趣味や関心事から考える  
地域づくり・まちづくり～福祉×童話の視点から～

NHK学園社会福祉士養成課程教員・社会福祉士 早川 明

趣味や関心事から「地域づくり・まちづくり」を考えましょう。今回のテーマは「福祉×童話」。童話を福祉の視点で考え、よりよい地域づくりに生かすアイデアを出し合います。社会福祉士養成課程による公開講座です。

3/8日 13:30～15:30  
無料

アフタヌーンティー  
フードを作る

日英アフタヌーンティー協会 認定講師 佐藤 夏子

アフタヌーンティーに合うフードを作りお持ち帰りいただきます。ご希望の回をお申込みください。  
①アスパラとサーモンのキッシュ(1ホール)  
②オレンジのスコーン(6個)とジャム  
③レモンのパウンドケーキ(1台)  
会場:京葉ガスキッチン(本八幡)

①4/13月、②5/25月、③6/22月 11:00～14:00  
各5,300円 それぞれ材料費別 2,500～3,000円程度

星・宇宙・天体を学ぶ  
宇宙人はいるのか?

なかのZEROプラネタリウム解説員 坪内 重樹

「宇宙人はいるのか?」をテーマに、ロマンと科学を織り交ぜながら宇宙に思いを馳せる体験講座です。定期講座ではミニプラネタリウムを楽しんだり、屋上から星空を眺めます。  
3/27金 18:30～20:30 3,700円

どかんtoハッピーDANCE

パパイヤ鈴木とおやじダンサーズ メンバー 松元 どかん

懐かしい曲、好きな曲にあわせて、松元どかん先生のノリのいい掛け声で踊りましょう。楽しく体を動かしてストレス解消!ダンス未経験の方も大歓迎!(女性限定)  
3/26金 16:45～18:00 3,400円

はじめてのゼンタングル®

ゼンタングル®認定講師 Yan(山本 未希)

専用の紙に鉛筆やペンで模様を描きこむアート作品ゼンタングル。複数人で描いたそれぞれの作品を並べても調和のとれた1枚のアートに仕上がります。初めてのの方のための体験講座です。  
4/2金 10:00～12:15 3,530円 教材費850円別

西村麒麟俳句塾

～ようこそ句会へ～

「古志」同人「麒麟」主宰 西村 麒麟

令和6年度芸術選奨新人賞を受賞するなど数々の受賞歴のある若手俳人西村麒麟さんによる俳句講座。俳句歴の浅い方からベテランの方まで、句会を楽しみませんか。  
4/3、5/15、6/5金 17:30～19:00 3回 9,720円

山野草観察会  
春の佐倉里山自然公園を訪ねる

山野草研究家 久志 博信

里山と谷津が一体になった自然公園での山野草観察会。山野草研究家の案内で春を楽しむ散策です。クマガイソウの群生時期で、キンラン、マルバスマシ、ウツミスズクラ、ジューニヒトエなどにも出合えるかもしれません。【現地集合・解散、弁当持参】  
4/10金 9:00～14:00 4,000円

正しい包丁の研ぎ方

日本橋木屋 小野 伸二

老舗に学ぶ人気講座。砥石を使った実習では、砥石と包丁の相性、正しく研ぐための手順、仕上げ、砥石のお手入れまで伝授します。男性にも人気です。

5/1金 13:00～15:00  
4,140円 砥石購入希望者は別途5,000円

最速最短でアメリカ株投資にデビューする3時間!  
アメリカ株投資・超入門

株式投資研究家 坂田 善種

アメリカ株(米国株)への投資に注目が集まっています。米国株には「世界的な成長企業への投資」や「ドル資産を持つ」というメリットがあります。株式投資に興味のある方向けに、基礎知識から実際の購入のヒント、運用管理までを最短で学びます。  
6/21日 10:30～14:30(昼休憩時間含む) 8,800円

東京スリバチ地形散歩

東京スリバチ学会会長 皆川 典久

東京スリバチ学会会長が案内するスリバチ地形。凹凸地形と歴史、川跡を探る街歩き講座です。【現地集合・解散】  
3/25金桜の善福寺池 4/4土玉川上水③拝島 5/9土玉川上水④玉川上水 6/6土国分寺

3/25金、4/4土、5/9土、6/6土  
14:00～16:30(3/25のみ14:00～16:00)  
各4,200円

本格スパイス講座  
春のサラダスパイス

スパイス料理家 山本 由里子

定番の野菜にスパイスをプラスして、飽きないサラダ習慣を取り入れましょう。シンプルな調味料とアクセントのあるスパイスで美味しい一品を仕上げます。お持ち帰り用ミニスパイスとご試食付き。

3/30月 13:00～14:00  
3,700円 材料費含む

ドライフラワーで作る  
スプリングカラーリース

ドライフラワーアーティスト 豊美 喜久子

ピンクをベースにした小花のリースに、ミモザとグリーンをアクセントに加え、春らしくアレンジしました。初心者から経験者まで楽しめます。

3/27金 15:30～17:30  
3,500円 教材費4,200円別

新茶をあじわう  
～茶葉の飲み比べ～

日本茶アドバイザー 茶と美(さとみ)

4月に入ると、各地で新茶の茶摘みが始まります。自らが茶摘みに向かう講師による、新茶を味わう1日講座。この時期しか味わえない新茶ならではの風味を、お茶の淹れ方のポイントと合わせお楽しみください。急須を使い、ご自身でお茶を淹れていただきます。

5/31日 13:30～15:00  
3,800円 教材費2,000円別

ポータブル織り機で  
はじめる手織り

手織り作家 村松 洋子

手織りに興味のある方のための3回講座です。講師が用意したポータブル織り機を使って、色とりどりの小物やネックウェアを織って、手織りを体験できます。手織りの世界へようこそ。

4/7、4/21、5/19金 13:00～15:00  
3回 9,900円 手織機レンタル代・材料費1,500円別

大澤実千世の袋もの教室

大澤和子袋もの研究所主宰 大澤 実千世

伝統のある「袋もの」を手作りする講座です。型紙と生地付きの教材で初めての方でも安心してご受講いただけます。数寄屋袋から小物入れ、ポシェット等、和装だけではなく洋装にも合わせやすい日常使いできる作品を制作します。

第3金 13:00～15:30(4/16～)  
5回(4～9月) 21,000円 教材費別

はじめてのビーズ刺し子

ビーズデコ刺繍認定講師 井上 雅代

ビーズを刺し子伝統の和柄に刺していく「ビーズ刺し子」。ビーズ刺繍と刺し子を組み合わせた注目のクラフトです。ビーズアクセサリーとも刺し子とも違う、手仕事を楽しみませんか。コースターやバッグを制作します。

第3金 10:00～12:00(4/16～)  
6回(4～9月) 22,800円

ミニ情景盆栽  
～藤の花～

インテリア盆栽工房BonCyu主宰 中尾 浩之

小さな藤の苗木を用い鉢の中に苔や砂をあしらい景色を描くモダンな藤の情景盆栽を制作します。蕾の状態で作し4月中～下旬には藤棚のように見事な花を咲かせます。管理も比較的簡単に盆栽初心者の方にもお勧めです。

3/22日 ①10:00～12:00、②13:00～15:00  
各10,450円 教材費含む

ミニチュアの世界・  
風景ジオラマ&鉄道模型

模型作家 宮澤 雅文

昔懐かしい町並み、異国情緒あふれるヨーロッパの街並み、レトロな駅舎のホームのある風景。あなたのイメージでそんなミニチュアの世界をつくってみませんか。初心者はジオラマキット制作からスタートします。

第1・3金 13:00～15:00(4/1～)  
6回 16,700円

デジタルカメラ  
撮影散歩～多摩動物公園と北山公園～

写真家 服部 考規

デジタルカメラをもって野外撮影に出かけます。写真家が上手く撮るコツを実践的にお教えします。【現地集合・解散】  
4/3多摩動物公園(テーマ:動物)、5/29北山公園(テーマ:菖蒲)

4/3、5/29金 10:00～12:00  
2回 7,600円

カルトナージュ

～フランス伝統工芸で作るステーションナリー～

カルトナージュ作家 小笠原 和子

厚紙を組み立て、リネンやコットン、ペーパーで覆い、雑貨を制作する「カルトナージュ」を始めませんか。既製品にはないオリジナリティが魅力です。【制作】リポントレイ/メモ帳ホルダー/メガネスタンド

4/23、5/28、6/25金 10:00～12:00  
3回 10,800円  
教材費・道具レンタル代 各回1,800円別

深掘り! 経済ニュース  
～これからの社会・経済を考える～

元NHK解説委員 竹田 忠

トランプ政権と日本の関係、国際情勢、国内の税制問題など、ホットな話題をとりあげ、「いま起きていること」、「これから起きそうなこと」を深掘りします。元NHK解説委員に学ぶ経済ニュース早わかり講座。

第3日 14:00～15:30(4/19～)  
6回(4～9月) 23,400円

はじめての透明水彩

日本美術家連盟会員・土日会会員 河合 順子

薄く溶いた色を、少しずつ重ねるようにして描く透明水彩画。淡い色彩を重ねながら植物や果物、風景など、お好きなモチーフを描いてみましょう。撮りためた写真をすてきな絵にしてみませんか。簡単な画材で始めることができます。

第2・4金 10:00～12:00(4/10～)  
6回(4～6月) 18,300円

●●お申し込み方法●● お申し込み方法は3つのうち、いずれかで受講受付いたします。

☎047-325-8211

受付時間 月～金 9:30～18:00/土・日 9:30～13:00 (第1月・金休み)

🏠ホームページ

🔍 NHK学園 市川

🏫市川オープンスクール/窓口

受付時間 月～金 9:30～18:00/土・日 9:30～13:00 (第1月・金休み)

●ホームページからのみ、クレジットカードを利用した受講受付が可能です。スクール窓口での現金受付は行っておりません。

●電話、スクール窓口で受講予約された方は、別途お送りする「払込取扱票」にて、到着後1週間以内にコンビニまたは郵便局で受講料をお納めください。

【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。
- NHK学園では入会金・年会費はいたっておりません。受講料には消費税・運営費が含まれています。
- ほかの受講者に迷惑をかける行為があった場合は、受講をお断りすることがあります。
- このガイドは2026年2月1日現在の情報です。予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。

- 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。満席時はキャンセル待ちでご登録します。
- 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。
- 駐車場・駐輪場はありません。

NHK学園

NHK 学園は終生学習の理念のもと、高等学校、生涯学習、福祉教育の3つの分野をもつ総合通信教育機関です。私たちオープンスクールは「学び、つながり、成長したい」という思いに応えるため、幅広い世代の方に学習の機会を提供し、生涯学習を通じて社会や地域に貢献してまいります。

P4 | NHK学園 市川オープンスクール