

NHK学園

～ 多彩な講座で学ぶ、オープンスクール～

情報発信中!



あきる野オープンスクール

あきる野市
教育委員会共催

〒197-0804 東京都あきる野市秋川1-8 あきる野ルピア 4F



学びつづける人を応援して50年

入会金
無料

駐車場有
4時間
まで無料

あきる野
市民
5%割引

2026年夏から始まる講座

アクセス JR秋川駅から徒歩 5分
あきる野ルピア 4F
圏央道「日の出IC」から5分

お申し込み
受付中

042-550-4777

【受付時間】月～金 9:30～17:00 / 土 9:30～12:00 (日・祝休み)

ホームページからお申し込み受付中!

NHK学園 あきる野



駐車場
3時間まで無料
もくせい駐車場

はじめての カリグラフィー

NEW 短期
3回

カリグラファーズギルド会員 真壁 文子

美しい手書きのアルファベット文字、カリグラフィー。はじめての方も、道具の扱いから学びます。気軽に手書き文字を楽しみましょう。



10:00～11:30 (7/1、8/5、9/2)
3回 11,700円 教材費別1,000円

自分と向き合う セルフヒーリング

NEW 短期
3回

JADP認定メンタル心理カウンセラー 坂本 和恵

日々の生活の中で抱えがちな感情や心身の不調にやさしく目を向け、「自分を理解し、癒し、人生をより豊かにしていく」ためのセルフヒーリング講座です。



13:00～14:30 (7/21、8/18、9/15)
3回 8,400円

モルタルデコで ミニ枕木づくり

NEW 短期
2回

モルタルデコマイスター認定講師 柳沼 律子

モルタルを使って雑貨や小物を作るモルタルデコ。土台にモルタルを塗り造形し、着色して完成させます。植栽するスペース(穴)のありなしを選べます。初めての方でも安心してご参加ください。高さ約20cm



13:00～16:00 (7/23、8/27)
2回 7,200円 材料費別1,800円

姿勢と歩行のトレーニング

NEW 短期
5回

パーソナルトレーナー・NASM認定
パフォーマンスエンハンススペシャリスト 阿部 慎祐

中高年の方を対象に、正しく立って、正しく歩くことから始める姿勢と歩行の講座です。呼吸や体幹を意識したトレーニング(①正しく立つ②正しい軸足づくり③スムーズに歩く④早く歩く⑤全身を使って歩く)で、姿勢と歩き方を改善します。



13:30～15:00
(7/8、7/22、8/26、9/9、9/30)
5回 15,000円

針も糸も使わずにつくる ふんわりかわいい布リース

1日
講座

ichiriko主宰 布リース講師 河野 麻衣子

様々な布の中から、お好みの色や柄を選んでオリジナルの布リースを作ります。布の組み合わせ次第で、ナチュラルにも華やかにもアレンジできます。布ならではの柔らかな雰囲気のある布リースを作ってみませんか。(小学3年生～受講可)



7/30 10:00～12:30
5,300円 (材料費1,000円含む)

大人の紙工作

1日
講座

～ミニチュアハウスを作ろう～

画家 牧野 光代

水彩紙の風合いを活かしながら、ミニチュアハウスを作ります。紙本来の質感・凹凸・白さをいかして作ることで、温かみのある作品に仕上がります。紙が好き、ミニチュアが好き、細かい作業を楽しみたい方におすすめの講座です。



7/7 13:30～16:30
3,500円 材料費別1,000円

愛玩動物看護師から学ぶ 愛犬のためのペットケア

1日
講座

ペットケアHappiness代表 愛玩動物看護師 大杉 兒利

年齢を重ねた愛犬とこれからも穏やかに過ごすために、動物看護師の講師から学ぶ1日講座です。愛犬の心と体の変化を知り、毎日の暮らしで無理なく続けられるやさしいペットケアを学びます。



7/31 10:00～12:00
3,500円

はじめての表情筋トレーニング

NEW 短期
2回

～顔は自分でかえられる～

コアフェイストレーニング®認定インストラクター 岩井 悦代

日常のクセで硬くなりがちな表情筋をやさしく動かし、たるみ、ほうれい線、むくみ、口角の下がりなどの悩みを解消!初心者の方でも安心して取り組めるセルフケア方法を身につけましょう!



10:30～12:00 (7/15、8/19)
2回 6,000円

お香を楽しむ

NEW 短期
2回

～屋久杉線香とお香のルームスプレー作り～

薫物屋香楽認定香司 中川 富久美

お香の歴史や天然の香料について学びながら、自分好みにブレンドしたお香を作ります。重なるごとに変化してゆく和の香りを楽しみましょう。8/17:屋久杉線香 9/14:お香のルームスプレー



13:00～15:00 (8/17、9/14)
2回 6,320円 教材費別2,400円

日本古典文学 古の声を聞く

NEW 短期
2回

～三つの女流日記を読む～

国語講師・著述家 吉田 裕子

古典文学作品から、昔の人の生き方や価値観、歴史のドラマを味わってみませんか。三つの女流日記「更級日記」「建礼門院右京大夫集」「讃岐典侍日記」を読み解きます。



13:00～14:30 (6/22、7/27)
2回 6,400円 (教材費100円含む)

はじめてのカリンバ

NEW 短期
2回

～癒しの音色～

おてがるカリンバ協会認定講師・Happy Kalimba主宰 鈴木 えみ

親指だけで奏でる小さくてお手軽な楽器カリンバ。楽譜が読めなくても独自の教本で、数字を見ながら演奏出来るので無理なく楽しく始められます。オルゴールのような音色に癒されながら演奏してみませんか?



10:30～12:00 (7/1、9/2)
2回 6,200円 楽器レンタル代別1回350円

心を癒すオカリナ入門

NEW 短期
3回

「風音工房」主宰・オカリナ奏者・製作者 石淵 利男

素朴な音色で心を癒すオカリナ。持ち方や指の運び、呼吸法など、無理なく音が出せるよう基本を丁寧にお教えします。純粋で透明な優しい音色と一緒に楽しみましょう。



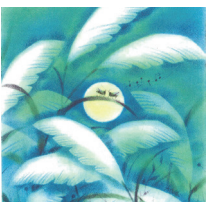
10:00～12:00 (7/2、7/16、8/6)
3回 7,920円

パステル・色鉛筆で イラストを描いてみよう

NEW 短期
2回

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

柔らかい素材のパステルと色鉛筆を使って描く、初心者向けの入門講座です。四季のイラストなどを描きながら、絵本作家・イラストレーターの講師のもと、初歩の技術を学びます。



13:30～15:30 (7/3、7/17)
2回 5,600円 教材費別400円

和室でゆっくり リセットヨガ

NEW 短期
3回

ヨガ講師 上野 貴子

くつろいだ状態で自分の身体や呼吸に集中しながら、ゆっくりと動くヨガです。まずはゆっくりと呼吸する練習からはじめます。落ち着いた和室の空間で、1週間の疲れをリセットしましょう。



13:00～14:30 (7/3、7/17、7/31)
3回 7,170円 教材費別100円

夏を楽しむ エンジョイブラ

NEW 土日
短期
3回

クワイナニポリネシアン
カルチャースクール講師 プアルアライ中野

南国の陽気な音楽にのり、ゆるやかに体を動かします。楽しい運動ではないため、年代問わずどなたでも楽しめます。手や足の動きなど基本から学びます。



10:00～11:30 (7/4、7/18、8/8)
3回 7,170円

四季を描く絵手紙

NEW 短期
3回

～絵手紙入門～

日本絵手紙協会公認講師 新堂 みど吏

「ヘタでいい ヘタがいい」心が温かくなる絵手紙を気軽に始めてみませんか。四季を感じながら自分時間を楽しみましょう。手描きが忘れられようとしている今こそ、絵筆をとってみましょう。



13:30～15:30 (7/14、7/28、8/25)
3回 8,820円 教材費別 各回100円～

手ごねパン教室

現地
講座 1日
講座

～バターチキンカレーパン～

atelier nico主宰 荒木 恵美子

暑い夏にぴったり!バターチキンカレーでカレーパンを作ります。会場:あきる野市中央公民館実習室(JR東秋留駅徒歩15分/無料駐車場有)



7/3 10:00～13:00
5,000円 (材料費1,600円含む)

すぐに使えるスマホ教室

1日
講座

～身を守る安心の防災アプリを学ぼう～

パソコン・あきる野教室 小田 晶季子

近年、地震・豪雨・台風など、私たちの生活に影響を与える災害が年々増えています。いざという時に自分や家族を守るために使える、防災アプリを2種類学びます。



7/22 13:00～14:30
2,900円 教材費別300円

マスカラ&目尻付けまつげレッスン

女性
限定 1日
講座

～大人のためのキレイまつげメイク～

イメージ&スタイルコンサルタント 岩下 佳代

ナチュラルかつ目力アップのマスカラ&簡単目尻付けまつげを、明日からご自分でできるようお一人ずつにレッスンします。少ない・短いまつげ、メイクが落ちやすい等の大人の悩みにも対応し、明るい表情づくりのメイクを楽しんでいただけます。【女性限定】



6/26 13:30～15:30
3,800円 教材費別1,000円

明日から自分で出来る! 大人の着こなし・着回しレッスン

女性
限定 1日
講座

～イメージ&スタイルコンサルタント 岩下 佳代

差し色・ワントーンコーディネート・多色使い・柄物の活かし方など、誰でもおしゃれに見える簡単な効果的な着こなし方を、実際のサンプル服・小物を使ってお教えします。明日からお手持ちの服を活かすことができるよう分かりやすくレッスンします。【女性限定】



8/28 13:30～15:30
3,800円

書道超入門(土曜) NEW 土日 短期3回

熊本大学名誉教授・
全国大学書道学会副会長・博士 **神野 大光**

書道は悠久の歴史ある素晴らしい芸術です。書道歴50年の大学名誉教授であり、書家として学術博士の講師が、楽しく基礎から丁寧に指導します。



④ 10:00~12:00(7/18, 8/29, 9/19)
3回 7,920円

小説・絵画・映画で学ぶ世界史 NEW 短期2回

~「サンヴァルテルミーの虐殺」と「日本覚書」~
歴史研究家・元高校世界史教諭 **村木 逸子**

「いまを知るために、過去を知る」世界の歴史の場面を描いた小説・絵画・映画などを切り口に、いまにつながる世界史を楽しく学びます。



8/4:「サンヴァルテルミーの虐殺」
9/1:ルイス・フロイス「日本覚書」
④ 13:00~15:00(8/4, 9/1)
2回 6,000円

写真教室(午前/午後) NEW 短期3回

~撮影の基本から作品の仕上げまで~
写真家 **清田 一樹**

撮影実習と講評を通じてカメラやレンズの機能、操作方法と描写の効果学びます。様々な撮影対象に対して、各々の感覚を活かした作品制作を行います。



7/8:撮影実習(しながわ水族館) 7/22:講評・講義
8/26:撮影実習もしくは講評・講義
④ ①10:00~12:30 ②14:00~16:30
(7/8, 7/22, 8/26)
3回 9,900円

暮らしに役立つプチかわいらす NEW 短期2回

~〇△□で描く簡単イラスト~
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**

ボールペンと色鉛筆を使って、シンプルでかわいいイラストを描いてみませんか?〇△□で描ける簡単なイラストからはじめます。絵が苦手な方も大歓迎です。



④ 10:30~12:00(8/21, 9/18)
2回 5,200円 材料費別200円

夏のおすすめ 1日講座

親子陶芸教室 キッズ 現地講座 1日講座

とみなが陶房 陶芸家 **富永 慎一**

ろくろと手びねり、さらに絵付け体験もできる贅沢な講座です。夏休みの思い出に親子で楽しくお過ごしください。

※小学生親子対象
※作品は焼成後、後日お引渡し
会場:とみなが陶房(JR五日市線・武蔵五日市駅徒歩15分・無料駐車場有)
①7/23④ 13:30~15:00
②7/24④ 10:30~12:00
2,500円 材料費別1,200円



キッズウクレレ教室 キッズ 1日講座

~ウクレレで楽しく歌おう~
根本ウクレレ教室講師 **高橋 朋子**

持ちやすい重さと大きさのウクレレに触れて、音を楽しむ小学生向け講座です。音楽が好きなお子様、はじめてのお子様、ウクレレでみんなで楽しく歌いましょう。



7/31④ 13:30~14:30
2,300円

子ども手ごねパン キッズ 現地講座 1日講座

~くまさんちぎりパン~
atelier nico主宰 **荒木 恵美子**

粉から手でこねて、小さな生地を型に焼き上がったなら、チョコペンで顔を描いて完成。ふわふわの食感と焼き立てパンのおいしさは別格です。



※要保護者同伴
会場:あきる野市中央公民館実習室(JR東秋留駅徒歩15分/無料駐車場有)
7/30④ 10:00~13:00
4,800円(材料費1,500円含む)

グラスリッツェン 土日 1日体験

~手彫りガラス工芸~
手彫りガラス工芸作家 **原島 依里**

グラスリッツェンはスイスの伝統工芸で、専用のペンを使ってガラス器に美しい絵柄を彫ります。体験では小皿に花束を彫ります。サイズ:9.5×11.5cm



7/11④ 13:30~15:30
2,640円 材料費別1,000円

スタンドグラスでヤジロベエをつくろう キッズ 1日講座

画家・スタンドグラス作家 **下田 理未**

光を通すことで生まれる美しい色彩が魅力のスタンドグラスでオーナメントを作ります。ゆらゆらと揺れるヤジロベエは光と色の変化を楽しめます。子どもから大人まで、どなたでもご参加ください。



8/4④ 13:30~16:30
3,500円 材料費別3,000円

あきる野 夏の星空観察 夜間 1日講座

~月と夏の星座を見よう~
なかのZEROプラネタリアム解説員 **坪内 重樹**

プラネタリアムで子どもから大人まで星と宇宙の魅力を教えてきたベテラン講師のもと、おすすめの星座や星の話や、その後外に出て望遠鏡を使って月や夏の星座を観察します。あきる野の夜空に輝く星々の美しさに触れる一夜です。



8/26④ 18:30~20:30
3,640円

夏の草木染め 現地講座 1日講座

~生葉の藍染め~
染色家 **橋本 陽子**

生の藍の葉を使ってストールを染め作品を完成させます。草木染めの魅力や楽しさを体感してください。



会場:あきる野市中央公民館実習室(JR東秋留駅徒歩15分/無料駐車場有)
7/29④ 13:30~16:30
3,600円 材料費別2,000円~

~心と身体の健康に~ 漢方とアロマ講座 1日体験

AEAJ認定アロマセラピスト **青木 恵里子**

漢方やアロマセラピー、メディカルハーブなどを基礎から学び、体質や好みにあわせて調合、実習をしながら身に付けていただきます。体験ではミントで猛暑対策について学び、実習します。



※画像はイメージです。
7/22④ 13:30~15:30
3,160円 教材費別1,700円

表装入門 1日体験

~裏打ちと色紙製作~
裱装会主宰 **清水達也** 専任講師 **土井 明子**

しょうぶ糊を使って、伝統的な表装技術を学びます。裏打ちをしてお好きな作品を色紙に仕立てましょう。24×27cmの作品をお持ちください。



7/6④ 13:30~15:30
2,744円 教材費別1,100円

いけばな池坊 1日体験

池坊教授 **家富 仙弓**

花を生けることで季節の移ろいや自然の美しさを感じる感性やおもてなしの心を学びます。四季折々の草木花々を愛でながら生け花のある生活を楽しみましょう。



※画像はイメージです。
7/13④ 12:30~14:00
2,640円 教材費別1,500円

大人の塗り絵 1日体験

~癒しの時間~
大人の塗り絵インストラクター **根岸 裕美子**

色の組み立て方、立体感、遠近法の出し方などを分かりやすくお教えします。脳トレしながら、あなただけの塗り絵アートを楽しんでみませんか。絵が苦手な方も塗り進めるだけで美しい作品が完成します。



7/14④ 13:00~15:00
2,846円

星と宇宙のものがたり 夜間 1日体験

なかのZEROプラネタリアム解説員 **坪内 重樹**

宇宙へ思いを広げるとっておきの時間。各回様々なテーマを取り上げます。教室ではミニプラネタリアムによる星空さんぽにもご期待ください。体験では日本の宇宙開発について学びます。

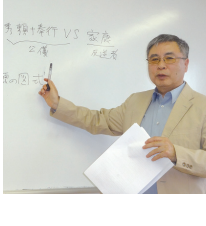


7/15④ 18:30~20:30
3,406円

歴史を楽しむ 1日体験

日本文藝家協会会員・作家・歴史研究家 **三池 純正**

戦国時代、歴史に名を残した武将たち、その人物の魅力や時を動かした大きな戦、その歴史背景などをテーマに沿って学びます。体験では関白秀次事件について学びます。



7/28④ 13:00~15:00
2,640円

楽しい絵本の読み聞かせ 1日体験

くにたちおはなしの会 副代表 **円谷 恭子**

絵本は赤ちゃんからお年寄りまで、人の一生を通じて楽しむことができます。心とむくむく絵本の世界と一緒に楽しんでみませんか。テキストを軸に「読み聞かせ」の方法やテクニックもご紹介します。



9/28④ 10:30~12:00
2,700円

原文で読む 源氏物語 1日体験

平安朝文学研究家 **新井 英之**

本講座では若紫巻と末摘花巻を読み進めます。言葉の意味や、場面の背景、登場人物について解説を加えながら、紐解いていきましょう。



7/21④ 10:00~11:30
3,000円(教材費100円含む)

めんそーれ!沖縄三線 夜間 1日体験

クイチャーパラダイス **下村 宏美**

素朴で豊かな音色が魅力の沖縄三線。どなたでもわかりやすいオリジナルテキストを使い、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すごしましょう。



7/9④ 19:00~20:30
3,450円 楽器レンタル代別550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。

☎ **042-550-4777**

受付時間 ④~⑤ 9:30~17:00 / ⑥ 9:30~12:00 (④・⑥休み)

📄 **ホームページ**

🔍 NHK学園 あきる野



🏢 **あきる野オープンスクール/窓口**

受付時間 ④~⑤ 9:30~17:00 / ⑥ 9:30~12:00 (④・⑥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いません。
- 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・年会費はいただいておりません。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5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。