

美術コース					
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
油彩・水彩・パステル <b>絵画教室</b>	武蔵野美術大学院修了 主体美術協会会員 山崎 弘一 目崎 登弘	土②④	10:30～12:30	5,250円 教材費630円	
キャンパスに描こう <b>はじめての油絵</b>	美術文化協会会員 全国画協指導者認定代表 伊藤 行子	水②④	10:30～12:30	5,250円 教材費630円	
<b>はじめての水彩画</b>	多摩美術大学 絵画学科日本画専攻卒業 今井 葉月	水①③	13:00～15:00	4,200円 教材費525円	
透明水彩・水彩絵筆 <b>KINAの水彩の教室</b>	水彩画作家 KINA	土②	13:15～15:15	2,100円 教材費315円	
基礎から学ぶ <b>風景水彩スケッチ画</b>	ペン・彩画協会会員 水画会認定講師 柴田 貴	木②④	13:00～15:00	4,200円	
<b>カラフル！ チョークアート</b>	モーニングチョークアート認定講師 齋藤 陽子	金②④	13:30～15:30	4,725円 教材費別途	
はがき大に描く <b>ポタニカルアート (植物画)</b>	スタジオティエラ主宰 池田 文子	木②④	10:15～12:15	4,200円 教材費525円	
やさしい <b>水 墨 画</b>	国際水墨画協会運営委員 小塚 雪雄	月②④	10:15～12:15	4,725円 お手本代別途	
心を伝える <b>絵 て が み</b>	藍で描く自分史作をる会員- 認定講師 小日向 道子	水①	10:30～12:30	2,100円 教材費315円	
絵遊び <b>絵 手 紙</b>	日本絵手紙協会会員 日本絵手紙協会公認講師 田中 幸子	火③	13:00～15:00	2,100円 教材費525円	
手書きのぬくもり <b>絵 手 紙</b>	女子美術大学卒業 染織で主宰 ふる川 いっこ	木①	10:15～12:15	2,100円 教材費315円	
ぬり絵から始める <b>水彩色鉛筆画</b>	家庭描き こうき まゆみ	日①	10:15～12:15	2,100円 教材費315円	
<b>新 はがき絵</b>	全日本書芸文化院 総務 展覧委員会 審査員 石坂 耕道	火①	13:15～15:00	2,100円 教材費630円	
<b>新 仏像彫刻</b>	宗賢仏像彫刻研究所 代表宗賢彫刻師 大和 宗雲	金②④	13:30～15:30	5,250円 教材費別途	
<b>月曜陶芸 夜の陶芸 土曜陶芸</b>	武蔵小山陶芸教室主宰 本城 高木 山下 晶子	月①③ 土①③	13:30～15:30 10:15～12:15	4,200円 教材費別途	

## 教養・語学コース

小筆指導も <b>俳句を楽しむ</b>	俳句双葉亭 後藤 白水 堀野書道学校上原師範 後藤 和秀	火③	10:30～12:00	2,100円
発音で英語をつける！ <b>月2回の英会話</b>	バルーンキッズ 専任外国人講師	月②④ 金①③	★19:00～19:50 ★19:30～20:20	4,725円 テキスト代別途
月2回 <b>はじめての英会話</b>	バルーンキッズ 専任外国人講師	金①③	★19:30～20:20	4,725円 テキスト代別途
英会話入門	バルーンキッズ 専任外国人講師	水	14:00～14:50	7,875円 テキスト代別途
ゼロから学べる <b>英会話入門</b>	カルチャー専任講師 中嶋 裕子	水①③	10:15～12:45	4,725円 (30分個人レッスン ペラリスも成績) 教材費別途
楽しくはじめる <b>中国語会話</b>	中国上海外国語学院卒 馬 麗華	火②④ 土②④	入門 ★18:30～19:15 ★19:15～20:15	4,200円
<b>ハングル入門</b>	韓国中央大学卒 李 孫珠	水②④ 火①③	初級Ⅰ 14:00～15:15 15:25～16:40	4,200円 テキスト代別途
はじめての <b>韓国語</b>	韓国語講師 李 香花	火①③ 土①③	初級 ★18:50～19:50 ★20:00～21:00	4,200円 テキスト代別途
楽しみながら <b>はじめての手話</b>	手話通訳者 桑田 公子	火②④	10:30～12:00	3,675円
基礎からはじめる <b>折紙講師養成講座</b>	日本折紙協会折紙講師 笹原 英代	木②	10:30～12:00	2,625円 教材費1,020円 (初回のテキスト代)
好きを仕事に！ <b>針と糸で編む ビーズステッチ認定講座</b>	(財)日本余暇文化振興会 ビーズインストラクター 北 弘子	木①③	10:15～12:15	4,200円 教材費別途

## 趣味コース

<b>茶道裏千家</b>	茶道裏千家専修教授 高間 宗恭	水②④	16:00～18:00 (親子参加OK3才～)	4,200円 水曜料735円
～マイホーム情報～ <b>焼たてコーヒー講座</b>	NPO法人一般のていど珈琲製法 理事長 一宮 唯雄	月③	10:10～12:10	2,100円 (1ヶ月/全6回) 教材費600円
<b>新 ワインを楽しむ</b>	第6回キューヴェルイーズ ボメルソムリエコンクール セミ・ファイナリスト 本間 利明	日①	15:00～16:30	2,100円 教材費1,575円
<b>そば打ち</b>	桑名製麺4代目 近藤 博昭	日③	10:30～12:30	2,625円 教材費1,575円
<b>新 簡単ヘルシー クッキング</b>	健康と食生活を考える会主宰 上山 雪子	木②	★18:30～20:30	2,100円 教材費別途
心に響く一週を☆ <b>アロマテラピー &amp;セルフケア</b>	日本アロマ環境協会 心ストリクター～アロマセラピスト 中西 裕子	土②	10:30～12:00	2,100円 (1ヶ月/全6回) 教材費525円
頭の体操 <b>楽しいレディース麻雀</b>	日本レディース麻雀協会 石波 正康	金①③	★18:45～20:45	3,675円
1から始める <b>麻雀教室</b>	日本プロ麻雀連盟 福山 満幸	金①③	14:00～16:00	3,675円
楽しい <b>詩 吟</b>	一水流一声音 キングレコード専属詩士 後藤 一鶴	金①③	10:30～12:00	4,200円
楽しい <b>写真教室</b>	写真家 松田 静夫	日①③	13:00～14:30	4,200円

## 舞踊・健康コース

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)
やさしく優雅に <b>フラメンコ舞踊</b>	フラメンコ舞踊家 掛川 三貴子	火 入門 中級	★19:00～20:00 ★19:30～20:30	7,875円
<b>シャイニング・フラ</b>	全日本フラ協会理事 アフロダンススタジオ主宰 カイアヒビキ安藤 暁	火	10:15～11:15	6,300円
<b>フライデーナイトフラ</b>	ルーフ コカボアカアカ公認 インストラクター カレフィオカウ斎藤	金②④	★19:00～20:10	6,825円(月4回) 4,200円(月2回)
<b>新 サンデー・フラ</b>	フュージョンインストラクター ワーキング ハワイアンダンス講師 三宅 惠	日①③	10:30～11:40	4,200円
明るく楽しく美しく！ <b>ダンシング・フラ</b>	フュージョンインストラクター ワーキング ハワイアンダンス講師 三宅 惠	月①③	★19:30～20:40	4,200円
ストレッチ! <b>ストレッチパレエ</b>	クラシックバレエ講師 竹内 真紀	木	10:30～11:45	6,300円(月4回) 3,675円(月2回)
大人のための <b>クラシックバレエ</b>	元NBAバレエ工団ソリスト 日本バレエ協会会員 安藤ハルエスタジオ専任教師 名嶋 聖子	月	★19:00～20:30	7,350円
<b>新 美容パレエ</b>	クラシックバレエ講師 勝山 聡子	土	13:30～14:45	7,350円(月4回) 4,200円(月2回)
気軽に踊ろう <b>ソシアルダンス</b>	東京レガタスアカデミー主宰 J.A.T.D.役員 東京社会舞踊協会理事 中條 みや子	水 初級 中級	★18:30～19:30 ★19:30～20:45	5,775円 6,825円
楽しくレベルアップ <b>社交ダンス</b>	西宮ダンススクール講師 江澤 美鈴 千村 彩花	火 初級 中級	13:00～13:45 13:45～14:30	5,775円
明るく優雅に <b>カントリーダンス</b>	クラフHOWDY JCWDIC インストラクター 飯塚 勢津子	月①③	14:30～16:00	4,200円
<b>新 バリータン</b>	ペルーダンスインストラクター Lumina Fatima	木	★19:15～20:30	6,300円
大人のための or はじめての <b>HIPジャズ</b>	アートウォーカー代表 ユウキ アヤ	水	★19:00～20:00	5,775円
心も体もリフレッシュ！ <b>ZUMBA Fitness</b>	米国ZUMBA Fitness 公認インストラクター NAOKO	金	11:00～12:00	6,300円
お子様連れOK! <b>新 骨盤調整 ファンエクササイズ</b>	ダンスインストラクター MARI	水②④	10:10～11:10	3,675円
身も心も美しくストレス発散 <b>ファンエクササイズ</b>	ダンスインストラクター MARI	火①③	★19:30～20:30	3,675円
音楽に合わせて美しく <b>らくらく健康体操</b>	(社)日本39体操協会 公認指導者 藤村 洋子	月	13:00～14:15	5,250円
美容・若返り・健康のための <b>ゆる体操初級</b>	ゆる体操正指導員中級 2ndGrade 河乃 裕季	月②④	15:00～16:15	4,200円
冷え・むくみ改善・美脚にも！ <b>リンパエクササイズ</b>	日本ウォーキング セラピスト協会認定 ウォーキング指導員 伊東 アコ	木②④	13:30～14:30 15:00～16:00	3,675円
お子様連れOK! <b>肩甲骨ダイエット</b>	ダンスインストラクター 穂積 けい	土①②④	15:00～16:15	5,670円 (9才～16才未満 購入2,300円)
初めての <b>ソフトピラティス</b>	YPS-インターナショナル JAPAN専任 ヨガインストラクター 塚田 紋子	月	15:00～16:10 16:20～17:30	4,200円
<b>ヨガピラティス</b>	全米アライアンスヨガ インストラクター フィジカルヨガ 塚田 紋子	月①③	10:10～11:10 11:15～12:15	3,675円
はじめてのヨガ	国際ヨーガ協会認定講師 インド瑜伽師カワノラクター 小堀 知世	月②④	13:30～14:45	4,200円
<b>癒しのヨガ</b>	国際ヨーガ協会認定講師 インド瑜伽師カワノラクター 田中 久美子	水	10:30～11:45	6,300円(月4回) 3,675円(月2回)
からだのこころもキレイに <b>ヨ ー ガ</b>	日本ヨーガ学会教授 須山 美鈴 日本ヨーガ学会講師 佐藤 明美	金①③	★19:00～20:15	4,200円
いきいき健康 <b>気功・太極拳</b>	NPO法人日本健康大舞踊協会前副 道楽 勝 園分 富貴子	土①③ 土②④	13:00～14:15 15:00～16:15	6,300円(月4回) 3,675円(月2回)
足・腰を鍛えましょう <b>太極拳入門</b>	太極拳インストラクター 馬 麗華	木②④	13:30～15:00	3,675円
心をやわらげる <b>気功・導引養生功</b>	気功・導引養生功指導員 馬 麗華	木①③	13:30～15:00	3,675円
<b>合 気 道</b>	A&P石垣道場指導員 三段 山口 貴義 三段 代田 昌則	土	★18:00～19:30	6,300円
中学生からの <b>空 手 道</b>	天眞館空手道連盟副会長 三輪 衛 天眞館総本部指導員 伊藤 一幸	日	11:20～12:20	6,300円
<b>空手教室</b>	国際松道館空手道連盟理事 国際部長七段 村上 学 総本部指導員五段 金澤 文敏	木	★19:00～20:00	6,300円

## パソコンコース

<b>新 パソコン教室</b>	電創 専任 インストラクター	月	★19:00～20:30	21,000円(全10回) 70分/週(月3回) テキスト代別途
<b>よくわかる パソコン教室</b>	電創 専任 インストラクター	月	10:30～12:00	21,000円(全10回) 5,250円(個人)/月 3,150円(ペア)/月 パソコン使用料150円 (10回)他 テキスト代別途
・Word(ワード) (立入力、編集、印刷などの基本 操作ができるように作ります) ・Excel(エクセル) ・インターネット&メール (ホームページの検索 ・デジカメ画像・編集 ・インターネットで 株・バーチャル取引引き	電創 専任 インストラクター	月～火	13:00～14:30 15:00～16:30	5,250円(個人)/月 3,150円(ペア)/月 パソコン使用料150円 (10回)他 テキスト代別途
			★19:00～20:30	※詳細は受付まで お問い合わせ下さい

## 手芸・工芸コース (教材費別途)

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)
アクリルペイントで描く <b>トルバインテング</b>	スタジオティエラ主宰 池田 エミ	木②④	10:15～12:15	4,200円
<b>鎌 倉 彫</b>	鎌倉彫教室前副 講師兼一陽会専任教授 奥村 佳山	金①③	13:00～15:00	4,200円
簡単にできる! <b>全国和紙ちぎり絵</b>	全国和紙ちぎり絵講師 三浦 弘子	火④	13:00～15:00	2,100円
伝統を愛する <b>折 紙</b>	日本折紙協会折紙講師 笹原 英代	木②	★18:30～20:30	2,100円
眠れない顔ぶれを巻いて <b>ペーパークリング</b>	アトリエティエラ主宰 角野 恭子	火②	13:00～15:00	2,100円
手作りの <b>プリザーブド フラワー</b>	プリザーブドフラワー協会 理事 浅井 薫子	金③	10:10～12:10	2,100円 4,200円 資格取得コース (1ヶ月全12回)
オリジナルユニットを組みませんか? <b>やさしい手編</b>	文部科学省認定 (財)団法人 日本編物検定協会 毛糸編物2級 坂本 智恵美	火②④	15:00～17:00	4,200円
キルトの世界を楽しむ <b>パッチワーク</b>	(財)日本余暇文化振興会 夢中にあります! ハワイアンキルト 伊藤 恵美子	木①③ 火④ 金④	10:15～12:15	2,100円
<b>新 はじめての ハワイアンキルト</b>	ハワイアンキルト 伊東 智子	金②	10:15～12:15	2,100円
リノベーションで作る <b>ハワイアンクラフト</b>	リノベーションアーティスト 伊東 智子	金②	10:15～12:15	2,100円
色鮮やかに、華やかに <b>新 ハワイアン リボンレリー</b>	マカヒレリボンアーティスト ナオコ・マツリ・椎葉	土④	13:00～15:00	2,100円
アロマの力で肌を守り <b>新 手作り石けん &amp;化粧品</b>	日本アロマ環境協会 アロマセラピスト協会 日本ボディケア協会 入口 ゆかり	土①	13:30～15:30	2,100円
食卓を華やかに! <b>フルーツ&amp;ソープ カービング</b>	タイ VOICE HOBBY CLUB カービング講師 海老原 記志江	金①	10:15～12:00	2,625円
<b>楽しい ピースアクセサリー</b>	ミュージックアロマインストラクター アロマセラピスト協会 ピースインストラクター 北 弘子	木③	★18:30～20:30	2,100円
手作りの <b>ピース&amp;天然石 アクセサリー</b>	(財)日本余暇文化振興会 ピースインストラクター 北 弘子	木①③	10:15～12:15	4,200円
あなただけの <b>天然石アクセサリー</b>	AYA工房主宰 ジュエリーデザイナー 中山 多貴子	水③	13:00～15:30	2,100円
<b>新 デコアート</b>	日本デコアリエーター協会 認定講師 別宮 琴枝	火②④	★19:00～20:30	4,200円
はじめての <b>手織り・裂き織り</b>	カリキュラム監修 (財)日本余暇文化振興会 リビエータ手織部部長 箕輪 直子	木③	13:00～15:00	2,100円
かんたん!手作り! <b>も め ん の 花</b>	もめんの花講師 青木 ひとみ	火①③	10:30～12:30	4,200円
手作りのおもしろ雑貨 <b>ワイヤーアート</b>	IZUMIワイヤーコレクション講師 岡本 雅子	火②	10:15～12:15	2,100円

## 生け花・着付けコース

1月1回の <b>華道・池坊</b>	華道家元池坊教授 常盤 智津子	木①	★18:30～20:30	2,100円 教材費別途
前月席 <b>季節の生け花</b>	華月流常任参与 後藤 和秀	火①	10:15～12:15	2,100円 教材費別途
誰でもできる <b>フラワー アレンジメント</b>	FDA認定 フラワーコーディネーター フラワーコーディネーター 野々花 雪子	木④	★19:00～20:30	2,100円 教材費別途
<b>季節のフラワー アレンジメント</b>	NFD講師、NFD審査員 AFAPプロフェッサー 尾関 素子	金①	10:30～12:30	2,100円 教材費別途
器具を貸し出し <b>着付教室</b>	法人香美総合学院教授 伊藤 充子	月①③	13:30～15:00	4,200円
基本を身につけて <b>きものに親しむ</b>	文部科学省 経済産業省許可 全日本きものコンクール協会 田中 寛子	水②④	13:00～14:30	4,200円

## 書道コース

<b>ペン・小筆 &amp; 大筆</b>	書道研究会会長 読書推進委員会理事・審査員 読売書道会理事・審査員 日展会長 元立正大学講師 清水 研石	金①③	13:00～15:00	4,200円
<b>実用書道</b>	書道研究会書道部副理事長 読書推進委員会 読売書道会理事 全日本書道連盟会員 武 清石	火②④	15:30～17:30	4,200円
かな・ペン習字から <b>楽しい書道</b>	全日本書芸文化院 総務 展覧委員会 審査員 石坂 耕道	水②④	10:30～12:00	4,200円 教材費別途
自分と向かい合う時間 <b>こころの書道</b>	全日本書芸文化院 役員 読書推進委員会理事 清水 研石	月②④	14:00～15:30 ★19:00～20:30	4,200円
個性を活かす <b>創作書道</b>	日本書芸文化院 総務 展覧委員会 審査員 石坂 耕道	月②④	10:30～12:00	4,200円 教材費別途
<b>賞状書士 養成講座</b>	日本筆耕技能協会理事長 蛭沢 久吉	木②④	10:15～12:15	5,460円 (6ヶ月12回コース) 教材費別途
<b>賞状書士大学講座</b>	日本筆耕技能協会認定講師 山崎 香野枝	木②④	10:15～12:15	6,300円 (6ヶ月12回コース) 教材費別途

## 音楽コース

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
コスベル系 <b>ソングミュージック</b>	国立音楽大学卒業 ヴォイストレーナー 津山 知子	月①③	10:30～11:45	4,200円	
<b>新 瀧澤優歌の ヴォイストレーニング</b>	ヴォイストレーナー ショウ・カリスト 瀧澤 優歌 工藤 さちえ 福光 志帆子	木①③	13:00～14:30	4,200円	
<b>新 健康カラオケ教室</b>	武蔵野音楽大学卒業 鈴木邦彦カラオケ教室講師 小田 元美	木②④	10:30～12:00	4,200円 教材費別途	
歌唱講座 <b>たのしい歌謡曲</b>	ソング森楽専属講師 森下 弘美	火①③	13:00～15:00	4,200円	
初心者のための <b>沖縄三線</b>	三線奏者講師 松尾 慎吾	金②④	★18:30～20:00	4,200円	
気楽な <b>ウクレレ</b>	カルチャー専任講師 竹山 雅崇	月②④	10:30～12:00	4,200円	
はじめての <b>マンドリン</b>	東京マンドリンアカデミー所属 マンドリン奏者 西本 栄美子	金②④	10:15～11:45	4,200円 楽器レンタル可能	
健康に吹こう <b>ケ ー ナ</b>	ケーナ奏者 清水 康之	土①③	14:00～15:30	4,200円	
<b>音楽個人レッスンコース</b>					
お腹から声を出そう <b>ヴォイストレーニング</b>	国立音楽大学音楽科卒 二期会オペラスタジオ マスタークラス講師 上杉 麻子	火①③ 火②④	10:10～13:00	4,200円 (20分個人レッスン)	
姿勢を良くして自然な声に <b>瀧澤優歌の ヴォイストレーニング</b>	ヴォイストレーナー ショウ・カリスト 瀧澤 優歌 工藤 さちえ 福光 志帆子	木①③	10:30～13:00	5,775円 (30分個人レッスン) 教材費1,575円 (6回/10:45～11:45)	
心で歌う <b>ヴォイストレーニング</b>	シンガソングライター 西 圭子				