

美術		運営維持費250円			
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
鈴木 新の水彩スケッチ塾	日本美術家連盟会員 鈴木 新	土④	13:00-15:00	3,300円 教材費550円	
花・静物を描く基礎から始める透明水彩画	東京藝術大学大学院美術研究科(中退者) 日本美術家連盟会員 和田 雄一	木①② 火②④	13:00-15:00 18:30-20:00	5,940円 教材費660円 5,280円 教材費990円	
日曜絵画	女子美術大学絵画科卒業 加瀬 真弓	日②④	10:00-12:00	5,940円 教材費550円	
マイペースで水彩画	水彩画家 イラストレーター 金城 龍男	火①③	13:00-15:00	5,940円 初回テキスト代1,500円	
透明水彩画	JRシブリング倶楽部 カンダラ一担当水彩画家 大須賀 一雄	水④	13:00-15:00	3,300円 教材費330円	
線で描く水彩スケッチ	イラストレーター 茶木 よしたか	日①③	10:15-12:15	5,500円 教材費330円	
好きな色で楽しむ滲みと水彩の透明水彩画	水彩画家 上野 ゆかり	火②	13:00-15:30	3,300円 教材費440円	
三原色で描く小さな風景	絵画クラブ主宰 石塚 敦孝	木②④	14:30-16:30	5,280円 教材費220円	
はじめての方の小さな水彩画	3,300円 教材費220円 初回教材費550円	木②	10:30-12:30	3,300円 教材費220円	
福から学ぶ透明水彩画	新作美術協会委員 武蔵野美術大学院 澤田 嘉郎	金①③	10:30-12:30	5,940円 教材費660円	
花の絵を描きまようポタニカル入門	ポタニカルアーティストの会 緒方 雅子	火②	10:30-13:00	3,300円 教材費330円	
色鉛筆画	画家 グラフィックデザイナー 林 亮太	木①	14:00-16:00	3,080円 教材費330円	
パステル画と色鉛筆画	多摩美大大学院修了パステル画家 両角 修	水②④	10:00-12:00	5,280円 教材費110円	
色えんぴつとパステル	画家 柴田 まどか	火③	10:00-12:00	3,520円 教材費330円	
楽しいパステル画講座	イラストレーター(漫画家) いたう ゆりこ	火④	14:00-16:00	3,300円 教材費550円	
絵の絵を描く基礎の基礎	イラストレーター 平瀬 卓史	金③	14:00-16:00	3,300円 教材費440円	
はじめての鉛筆画	多摩美術大学卒 川上 千尋	木②④	10:00-12:00	5,280円	
はじめてのゼンタンゲル	ゼンタンゲル認定講師 黒崎 雅美	土②	13:00-15:00	2,750円 教材費別途	
iPadでイラスト講座	イラストレーター 奥 菜里	月 11/11-18/12/9	10:00-12:00	13,860円 (全3回) 教材費1,650円 (全3回)	
墨絵	東京藝術大学卒 水曜美術家 小泉 岳弘	火②④	10:15-12:15	5,280円 教材費330円	
季節を楽しむ絵画	国際舞踊団監事 鈴木 美翔	木①	10:00-12:00	2,640円 教材費550円	
絵手紙	日本絵手紙協会会員 外山 菜名美	金①	13:30-15:00	2,640円 教材330円	
大人の絵あそび	あいであー主幹 日野原 よしこ	月③	13:00-15:00	2,640円 教材費550円	

書道		運営維持費250円			
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
小筆・かなと実用	読売書法会審査理事 読売書道会常任理事 野平 壽紫	火②④ 水③	13:00-14:30 10:00-11:30	5,280円 (月2回) 2,640円 (月1回) 2,640円	
書道教室	現代書道院講師 毎日書道会友 秋田 奈昌	日①③	10:00-12:00	5,280円	
新かな書道	英玉書道会師範 読売書法会友 山崎 陽華	木②④	15:30-17:00	5,280円 教材費別途	
実用書道	書家 書の会主宰 毎日書道会友 三澤 佳響	金①③	10:30-12:00	5,280円	
ボールペン&筆ペン	文部科学省後援理事 日本書道連盟理事 星川 静風	木①③	10:00-12:00	5,280円	
日常のペンと小筆	知的な印象アプリ 両隣書道会主宰 込谷 陽吉	金②④	13:00-15:00	5,280円 教材費440円	
実用ペン&ボールペン字	東京ペンペンクラブ会長 東京科学館認定講師 検定一級 日本書道教育センター 波田 順子	月①③	13:15-15:15	5,280円	
ペンと筆ペン	書道家 並木 玲美	水②④	19:00-20:30	5,280円	
カリグラフィ	カリグラフィーズ 本川会員 朝比奈 亜樹子	土①③	10:15-11:45	5,280円	
花文字	日本花文字の会 公認作家 公認講師 芳実	金②④	10:30-12:00	5,060円 初回教材 5,250円	
生花・フラワー	花道師 池坊 芳村	木①③	17:00-20:00	5,280円	
池坊	池坊専修 松野 貴樹	木①③	17:00-20:00	5,280円 (月2回) 2,750円 (月1回) 4,620円 (半回)	
いけばな	草月流師範会理事 吉野 寿昇	火①③	16:00-19:00	2,750円 4,620円 (半回)	
草月流	松岡流師範 井山 草麗	土③	10:30-12:00	2,750円	
お花を活けて楽しむ花古流	花工 柳緑花紅主宰 中尾 恵里子	木②	13:00-14:30	2,640円	

音楽		運営維持費250円			
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
琴(山田流)	日本三曲協会会員 山田 照光陽	月①③	10:00-20:00	5,610円 教材費220円	
大正琴	琴城流大正琴 鈴の会代表 講師 鈴木 琴房好 他	金①③	13:25-14:55	5,940円 教材費220円	
シャンソンを唄う	シャンソン歌手、エリザベト・マエストロ 高田 まさ江	日①③	10:45-12:00	6,600円	
シャンソンを楽しむ	日本シャンソン協会 アーティスト会員 小倉 浩二	土①	10:30-12:00	3,630円	
日本の歌・世界の歌	東京藝術大学声楽科卒 ソプラノ歌手 山田 裕美子	月②④	13:00-14:15	5,280円	
歌いま専科	藤原歌謡団員 日本音楽連盟正会員 齊藤 恵	金①③	10:30-11:45	5,280円	
楽しいコーラス	声楽家 二期会会員 奥野 恵子	月①③	13:00-14:15	5,280円	
ジャズポカカルム	ジャズボーカリスト 倉地 恵子	火①③	10:00-11:30	5,280円 教材費220円	
ベストヒットカラオケ	元生演奏家 音空間と心 倉地 恵子	火②④	16:30-18:30	5,280円	
カラオケ上達レッスン	ボカストレーナー 河内 伸江	金①③	13:00-14:30	5,280円 教材費110円	
歌謡曲を歌いこなそう!	作曲家・日本著作権協会会員 宇津本 直紀	水②④	10:30-12:00	5,280円 教材費220円	
健康ボイストレーニング	ヴァイストレーナー 結城 孝一	金②④	14:00-15:15	5,280円	
のどを鍛える「新」健康声帯レッスン	(一社)日本声帯学会 日本音楽連盟正会員 高野 美恵子	木②	13:00-14:30	17,820円 (全8回) 初回教材費 2,090円	
ケーナ	ケーナ奏者 浦野 高宏	土①③ 初～中級	13:30-15:00	5,940円	
胡弓を楽しむ	中国二胡学会会員 中国二胡研究会会員 張 勇	月②④	10:30-12:00	6,600円 教材費440円	
沖縄三線と唄	沖縄県民謡歌手 松尾 慎吾	木①③	10:30-12:00	5,280円	
ウクレレ入門	元(10年)バンドとプロ(10年)ミュージシャン 波岡 博	日②④	11:45-12:45	5,060円	
ウクレレ教室	ウクレレ講師 白片 アタエ	木②④	9:30-10:20	5,060円	
オカリナ(初心者クラス)	オカリナ講師 鈴木 輝	木②④	13:00-14:30	5,280円 教材費別途	
オカリナ	オカリナ奏者 堂坂 知之	土①③ 経験者	13:30-15:00	5,280円 教材費別途	
ハーモニカ	ハーモニカ芸術協会副会長 新井 隆司	木①③ 日②④	10:00-12:00	5,280円	

音楽(個人レッスン)		子供から大人まで 運営維持費250円			
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
ピアノ	東京芸術大学教育学部音楽科元 元々先生(講師) 中澤 知子	日①③	13:00-17:00	5,940円	
ピアノ	桐朋学園大学音楽学部ピアノ科専攻 島島 弥生	木②④	10:00-14:00	5,940円 (2回) 11,880円 (4回)	
ピアノ	桐朋学園大学音楽学部ピアノ科専攻 鈴木 彩夏	水	16:00-20:00	8,580円	
ピアノ	国立音楽院認定講師 山田 裕美子	木②④	10:00-12:00	7,260円 (中級45分 13,200円)	
ヴォイストレーニング	藤原歌謡団員 日本音楽連盟正会員 齊藤 恵	金②④	10:00-14:00	7,260円	
ヴォイストレーニング	ヴァイストレーナー 結城 孝一	火②④	14:00-18:00	7,040円	
ヴォイストレーニング	声楽家 二期会会員 奥野 恵子	月①③	14:30-18:00	7,260円	
ヴォイストレーニング	ボカストレーナー 河内 伸江	金①③	15:00-17:00	7,260円 教材費別途	
ヴォイストレーニング	ヴァイストレーナー 結城 孝一	木①③	13:00-15:30	7,040円	
ヴォイストレーニング	水野オサミスクール専任講師 菅澤 圭太	水②④	16:00-20:00	6,600円 教材費110円	
ヴォイストレーニング	オカリナ講師 鈴木 輝	日②④	10:00-11:30	7,920円	
ヴォイストレーニング	国立音楽大学音楽科卒 河野 洋子	水②④	15:30-20:30	6,600円	
ヴォイストレーニング	クラリネット奏者 高橋 桂香	木①③	14:00-19:00	6,600円	

クッキング		運営維持費250円			
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
和菓子講座	JAHIA認定 調理師 千野 美奈子	水④	10:30-12:30	3,300円 教材費1,650円	
和菓子講座	和菓子講師 内田 良子	木①	10:30-12:30	2,750円 教材費1,650円 単発受講可	
わたしの健康レシピ講座	専業主婦指導士 長谷川 まりな	木②	14:30-16:30	2,640円 教材費1,850円	
中国家庭料理	Life's キッチン 劉 玉英	水 10/31-11/21/12/9	10:30-13:00	9,900円 (全3回) 教材費3,300円 (全3回)	
アフタヌーンティーの楽しみ方	紅茶講師(国内) 紅茶講師(海外) 平原 麻子	木③	14:00-15:30 10/17(水)スタート	3,300円 教材費1,430円	
簡単・絶品タイ料理レッスン	Chang carving (チャーピング) 柴田 恭子	木④	10:30-13:00	3,300円 教材費2,200円 単発受講可	
おうちで本格タイ料理	エルバ(王子)講師 元JAHIA認定 調理師 青木 恵里子	金①	13:30-15:30	2,750円 教材費1,705円	
心と身体を整える漢方とハーブ	日本漢方師協会 大八木 和美	金①③	10:30-12:00	9,900円 (全3回) 教材費4,950円 (全3回)	
簡単!可愛い美味しい「新」デコケーキ作り	お料理教室 露崎 奈津子	金③	10:30-12:30	3,300円 教材費1,650円 単発受講可	
初心者でも安心!基本のお魚の捌き方教室	お料理教室 長谷川 ゆみ	土①	10:00-12:00	3,300円 教材費1,320円	
男の料理	手作りパン製菓教室 長谷川 ゆみ	土①	10:00-12:00	3,300円 教材費1,320円	
お料理初めでも大丈夫! やってみたい! キッズのための楽しいお料理教室	水戸口調理師 藤岡 謙二	土②	10:00-12:00	3,500円 教材費1,550円 単発受講可	
シフォンケーキ	クッキングスペース アムニス 荻岸 照子	日②	10:30-12:30	2,750円 教材費1,210円	
シフォンケーキ	自宅ケーキ作り教室 西澤 智子	日③	10:30-12:30	2,640円 教材費1,650円	

ダンス・健康		運営維持費250円			
講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月分)	
社交ダンス	JBD(東都連盟)会員 スタンダードA級 柳川 純子	水②④	11:30-12:30	7,920円	
社交ダンス	北野 寿子(ベビークラス) 野原 友子 他	木②④	12:40-14:10	7,260円	
魅惑のフラメンコ	元フラメンコ講師 中級 高橋 友子 他	木②④	10:00-11:15	9,240円	
クラシックバレエ	元日本バレエ協会会員 小畑 晶子	土 17:20-18:45	5,280円 (月2回) 7,920円 (年4回) 5,280円 (月2回)		
スタートバレエ	カルチャーバレエ講師 高橋 晶子	水	19:00-20:20	7,920円 (月2回)	
中澤ユリサバレエスタジオ	日本バレエ協会会員 舞踊家 中澤 ユリサ	月or木 19:00-20:30	13:45-15:15 13:45-15:30	7,920円	
バレエ・ストレッチ	日本健康体操連盟 認定講師 中澤 ユリサ	金②④	14:30-16:00	5,280円 (月2回)	
プレバレエストレッチ	エスポワールバレエ 中澤 ユリサ	金 10/4-18/11/1	14:00-15:30	7,920円 (全3回)	
バレエ(入門～初級)	カルチャーバレエ講師 MAMIKO	土 10:00-11:30	10:00-11:30	5,280円 (月3回) 9,900円 (月4回)	
ストリートバレエ	ベリダンサー Wakako	火①③	19:15-20:30	5,280円	
ベリーダンス	オリエントダンス インストラクター Tamara (タマラ)	日②④	14:00-15:10	6,050円	
ベリーダンス	レファナンス 講師 アロマ・ユウ 里美	火②④ 初級	10:00-11:10 11:20-12:30	5,280円	
ベリーダンス	レファナンス 講師 アロマ・ユウ 里美	火②④ 初級	19:30-20:45	5,280円	
ベリーダンス	ハーワラ フラセイク アウェア 小川 千佳子	火①③ 火①③	11:40-12:40 10:30-11:30	4,620円	
ベリーダンス	フラワールイオン 専任インストラクター 長谷川 美和	土①③	12:30-13:45	5,280円	
ハワイアン・フラ	フラワールイオン 専任インストラクター 長谷川 美和	月①③	12:30-13:45	7,260円	
はじめてでも安心! 新! 癒しのフラダンス	フラワールイオン 専任インストラクター 長谷川 美和	月①③	16:30-17:45	7,260円	
親子フラ	レファナンス カリアイア かほ子	土 親子①③ 中高・大人	14:15-16:15 15:20-16:30	5,280円 9,920円 (全4回)	
ストリート&ポディメンタンス	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円	
モダンジャズダンス	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	8,470円	
ストリート&ジャズダンス	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-11:15	8,250円	
ストリート&ポディメンタンス	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
ストリート&ポディメンタンス	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	木 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	金 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	土 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	日 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	月 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	木 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	金 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	土 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	日 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	月 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	木 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	金 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	土 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	日 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	月 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	木 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	金 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	土 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	日 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	月 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	木 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	金 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	土 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	日 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	月 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	火 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	水 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	
体幹トレーニング	元都立四季 元都立パークダンサー 久保田 理佳	木 9:45-10:45	9:45-10:45	6,600円 (全4回)	