

教室講座受講の方限定 NHKオリジナルグッズが500円... プレゼントキャンペーン

2022年・春期 受講者募集中

青山一丁目駅直結 TEL. 03-3475-1151

今すぐWEBでかんたん申込み NHKカルチャー 青山



スズケン市民講座

人間を考える～今「学ぶ」ということ～

20周年企画 資本主義の本質を問う哲学... 藤原 幸平

作家 高橋 源一郎... 翻訳家 鴻巣 友季子... 批評家 若松 英輔... 作家・演出家 鴻上 尚史

春の特別講座 惣領冬実さん「チャーザレ 破壊の創造者」... 石田 麻利子

やっばり 教養 ～知る楽しみ～

コロナ禍の時代を生き抜くための幸福論... 池田 雅之

フェミニストたちのアメリカ史... 栗原 涼子

傾聴療法士養成講座... 松本 文男

現代数学の超入門... 伊藤 由佳理

今知りたい 鎌倉時代... 鎌倉殿の13人から始まる幕府の歴史... 頼朝と政子の物語

高校生のための大学数学講座... 坪井 俊 大島 利雄 桂 利行

歴史と暮らしを変えた化学... 左巻 健男

文科省後援 硬筆・毛筆書写技能検定対策... 加藤 泰玄

クレイジーキャッツの音楽史... 佐藤 利明

日本文化再発見! 能町みね子のシブ5時相撲部... 吉原文化散歩

考古学が解き明かす神道の謎... 深澤 太郎

古代史に隠された天皇と鬼の正体... 関 裕二

オンライン 現象学入門... 西 研

これであなたも歌舞伎通... 高木 秀樹

「春画と日本人」上映会&監督トーク... 大塚 敦

禅語入門～禅の名言を味わう... 古川 周賢

日本文化の源流をさぐる～現代とは違う常識を学ぶ～... 原 一菜

6ヶ月で読む「桐壺」幕開けのミステリー... 長谷川 美智子

大人のためのイギリス旅行... 木谷 明子

「没後50年 錦木清方展」をもっと楽しむ... 今西 彩子

更紗の魅力～その歴史と文様の世界～... 佐藤 留実

ベートーヴェンと関わった作曲家たち... 後藤 泉

わかる現代建築～住宅「すむ」とは何か... 岡村 裕次

地中海の美術都市めぐり... 塚本 博

「能」のみかた... 山井 綱雄

ドイツ・パイプオルガン紀行... 吉田 恵

知識ゼロからの西洋絵画入門 近代編... 山田 五郎

蓄音機で国別に辿る作曲家シリーズ... 篠崎 史紀

漱石文学からよみとく日本近代... 小森 陽一

歌びと万葉集... 林 和清

目からウロコ! 日本文化の根源... 原 一菜

新!「新選組」講座 第1回～誕生!多摩・江戸編～... 大石 学

河合敦の日本史 北条義時とその周辺の人びと... 河合 敦

数学を楽しむ中村塾 円錐曲線の2500年... 中村 滋

感性を磨く 光に輝く水面を描く[水彩デモ]... 中村 愛

花の透明水彩画 特別デモンストレーション... 中村 愛

日々の暮らしにMy Styleな輝きを!... 石井 江奈

特別企画 名人たちの朗読ライブ... 青木 裕子

特別企画 名人たちの朗読ライブ... 山田 誠浩

特別企画 名人たちの朗読ライブ... 長谷川 勝彦

笠井一男 水彩技法デモンストレーション... 笠井 一男

グスタフ・クリムトを描く「女の人」... 西野 正望

センサアップ・フォトレッスン... 松田 洋子

朗読入門～声で描く物語の世界... 石垣 真帆

朗読入門～声で描く物語の世界... 藤村 三枝子

抽象画・現代アート入門... 木崎 正吾

水彩クレヨンでサラッと描く風景画... 漆間 順子

服部考規のデジタルカメラ花風景写真... 服部 考規

朗読入門～声で描く物語の世界... 石垣 真帆

朗読入門～声で描く物語の世界... 藤村 三枝子

一部講座を抜粋して掲載しています。QRコードから全ての講座をご覧頂けます。

教養を深める

ゴッホの芸術世界—その深みへ

ゴッホ研究者 正田 倫顕
見る者の魂を震わすにはおかないゴッホの作品。現地調査を重ねてきた講師とともに、ゴッホ芸術の深みに迫ります。



第4月曜 13:00~14:30
4/25から6回(4~9月) 22,704円 教材費 264円

オンライン受講あり 会員一般ともに 21,780円

アガサ・クリスティの世界へ

昭和女子大学名誉教授 平井 杏子

アガサ・クリスティのミステリー・ワールドに分け入り、さまざまなモチーフの謎を読み解きます。



第2土曜 12:40~14:10
4/9から3回(4~6月) 11,352円 教材費 99円

世界の辺境の不思議な植物を訪ねて

一般財団法人進化生物学研究所理事長・所長 湯浅 浩史
講師が現地でも撮影した写真をご覧いただきながら秘境の魅力あふれる植物を紹介いたします。



第2土曜 15:30~17:30
4/9から5回(4~9月) 18,920円

人物で読み解く西洋建築の歴史

建築史家、元・日本大学教授 大川 三雄

人物に焦点を当て西洋建築の歴史を多角的に論じます。



第2土曜 10:30~12:00
4/8から12回(4~9月) 45,408円
オンライン受講あり 会員一般ともに 39,600円

文芸文章



神野紗希のじっくり俳句

17音の往復書簡[添削クラス]

俳人 神野 紗希
みなさんの一句一句に、じっくりアドバイス・添削します。全国どこからでも参加できます。



毎月第2火曜締切
4/12から6回 21,780円

俳句で生き生き

「秋麗」主宰、俳人協会評議員 藤田 直子

句会の前に簡単な講義を行います。句会は毎回、各自6句投句。全員で選句、披露の後、講師が選句を発表し、全句について評します。



第4金曜 13:00~15:00
4/22から6回(4~9月) 22,704円

きりん俳句

俳人 西村 麒麟

自然を見つめ、自分を見つける俳句。講師の丁寧な指導で初めての方でも上達します。仕事が終わった後、気軽に参加しませんか。



第4水曜 18:30~20:00
4/27から6回(4~9月) 20,592円 教材費 132円

短歌のレッスン 基本の「き」

現代歌人協会会員、歌誌「かばん」編集 佐藤 弓生

短歌に興味はあるけれど、まだほとんど作ったことがない方のための講座。名歌鑑賞から始め、読むことに慣れながら作ってみましょう。



第1土曜 13:00~15:00
4/2から6回(4~9月) 22,704円

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists various classes like '初歩の初歩の俳句', 'わかる・作れる!句会で学ぶ俳句', etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like 'ヒエログリフを読む', '古代エジプトの歴史', etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '[1年]楽典と音楽理論', 'クラシック入門', etc.

朗読 話し方 手話. はじめての講談. 白坂道子の名作朗読. Includes QR codes and instructor photos.

伝統文化. 英語で茶の湯(初心者クラス). 日曜着付教室 初級・上級. Includes QR codes and instructor photos.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '後藤アナの笑顔の会話レッスン', '大人のための話し方レッスン', etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '茶道 武者小路千家', '裏千家 木18:00', etc.

古典芸能. 和楽器にふれてみよう 長明三味線. はじめての謡曲・仕舞 観世流.

絵画写真. 人体クロッキー. 野村重存の水彩画講座.

書道. 金敷駿房・書への誘い. 書の古典を楽しむ.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '和楽器入門-夜 小鼓を打ってみよう', 'はじめての長明三味線 夜クラス', etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like 'いつでもどこでも手帳スケッチ', '画材が選べ好きなものを描く', etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '書道ははじめの一步', '一からの書道', etc.

### 手芸 工芸

※教材費・道具代が別途必要な場合があります。

#### 北欧デザインの刺繍

刺繍作家 立川 一美

花糸を使用し、スウェーデンで刺されていた技法を使う作品を作ります。

■ 第3土曜 13:00~15:00  
■ 4/16から6回 (4~9月)  
■ 23,364円

#### 伝統工芸 讃岐かがり手まり(初心者)

荒木 永子 ほか

昔の伝承技法で心を込めて作る美しく暖かい風合いの手まりです。

■ 第4土曜 14:00~16:30  
■ 4/23から6回 ■ 26,136円

### 暮らし・フラワーアレンジ・ゲーム

#### はじめての将棋教室 女性クラス

日本将棋連盟普及指導員 小林 大二

将棋は知的でとても楽しいゲーム。初めての方や、もう一度基本から学びたい方も大歓迎。

■ 第1・3・5水曜 10:30~12:00  
■ 4/6から13回 (4~9月)  
■ 46,192円 教材費 429円

#### コントラクトブリッジ入門基礎・プレイコース

日本コントラクトブリッジ連盟公認ブリッジインストラクター

沖谷 邦  
熊野 桃子 鈴木 秀子

トランプを使って遊ぶ、知的なゲーム。世界中で愛されているブリッジを基礎から学びます。

■ 毎水曜 10:00~12:00  
■ 4/6から12回 (4~6月)  
■ 42,636円 教材費 528円

### 健康ダンス

#### ソウル&ディスコダンス

JIN DANCE FACTORY TOMO

70~80年代に流行したディスコソングでダンスしましょう!ソウルミュージックに合うリズムや楽しいステップダンスで、初心者の方も楽しめます。

■ 第3土曜 16:00~17:30  
■ 4/16から6回 (4~9月)  
■ 22,704円

#### ケア・ウォーキング®~お楽しみメンテナンス~

一般社団法人ケア・ウォーキング普及会代表理事 黒田 恵美子

身体のパーツを6か所に分け構造やしくみを学び、メンテナンス法を実践します。

■ 第3木曜 14:00~15:00  
■ 4/21から6回 (4~9月)  
■ 20,592円

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
蛸川宏子のHappyキルト	蛸川 宏子	第2金	10:00~12:00	26,136円 ⑥
南フランス・プロヴァンスのキルト“プティ”	谷 眞佐子	第3土	10:30~12:30	23,364円 ⑥
韓国の伝統工芸 ボジャギ	李 京玉(監修) 高見 由美(講師)	第4金	13:00~16:00	24,024円 ⑥
ハーダンガー刺しゅう	竹内 博子 石川 裕子、川井 美和子	第4日	13:00~15:00	23,364円 ⑥
はじめてのパリのオートクチュール ピース刺繍ジュエリー	関根 瑞希	第3火	10:30~12:30	26,136円 ⑥
ここの早苗パッチワーク倶楽部	ここの 早苗(監修指導) 井上 美和(指導)	第1土	13:00~15:30	26,796円 ⑥
羊毛フェルトで作る暮らしの小物	みよし まさこ	第4土	13:00~16:00	24,750円 ⑥
北欧伝統工芸ネーベルスロイド~白樺工芸	河内山 淳子	第1火	13:30~15:30	24,024円 ⑥

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
ワインで巡るイタリア	川合 里奈	第4土	13:00~15:00	24,024円 ⑥
そば打ち 入門初級・応用クラス	宮澤 佳穂	第2土	10:00~12:00	27,456円 ⑥
季節の和菓子	A 大森 慶子 C	第4金	10:00~12:00	24,024円 ⑥
		第4土	13:30~15:30	
nonihana 暮らしの花教室	増田 由希子	第1木	13:30~15:30	24,024円 ⑥
HIROKO TAKEDA FLOWER ARRANGEMENT LESSON	竹田 浩子	第4金	10:30~12:30	8,712円 ②
和の花あしらいー山野草を楽しむー	加治 千佳子	第2火	10:00~12:15	20,592円 ⑥
盆栽入門 楽しい盆栽	河原塚 保	第1土	10:00~12:30	26,796円 ⑥
漢方と暮らしの中の薬草	池上 文雄	第4木	10:30~12:30	24,024円 ⑥
王侯貴族のおしゃれ香り術	ケミリー園子	第1木	13:00~14:30	24,750円 ⑥
囲碁 てほどきから実戦まで	信田 成仁	第2・3・4金	13:00~16:00	30,272円 ⑧
		第1金	15:30~18:30	

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
美しく・若く・健康に! 自律術(じきょうじゅつ)	鶴 早百合、石野 洋子	毎月	18:10~19:40	37,092円 ⑫
若さを保つ健康体操	高倉 早苗	毎月	10:00~11:30	38,544円 ⑫
元気爽やか体操	森川 ひさ子	毎火	10:00~11:15	38,544円 ⑫
痛み解消体操 エゴスキュー	白石 和子	第1・3・5金	10:30~11:45	46,189円 ⑬
焦鉄軍の気功教室	浜淵 美奈子	毎火	18:45~19:45	41,184円 ⑫
健康太極拳	楊 麻紗	毎金	10:15~11:45	41,184円 ⑫
太極拳 理論と基本実技	楊 進	第2日	12:30~14:30	23,364円 ⑥
シン老師の太極拳奥義	シン イェンリン	第1金	18:00~20:00	27,456円 ⑥
SAM(TRF)の健康イーゼーダンス	HARUNA	毎月	13:00~14:00	43,956円 ⑫
はじめての腰掛タップダンス	MAYU	第1・3・5木	10:00~11:00	41,184円 ⑫
腰掛タップダンス		第2・4火	11:30~12:30	
50歳から始めるクラシックバレエ	井上バレエ団 佐藤 深雪	毎木	15:30~17:00	39,864円 ⑫
お勤め帰りにフラダンス	井上 真紀 レイリアフ・マカマエ	第2・4火	19:50~21:00	45,408円 ⑫
アメリカンカントリーダンス	KYOKO-ARAKAWA	第1・3・5日	13:00~14:30	45,408円 ⑫
ぼんおどりへ行こう	石川 美良	第1木	18:30~20:30	18,546円 ⑥

### 音楽

#### リコーダーアンサンブルが楽しい!

リコーダー奏者 細岡 ゆき

基礎を復習しながらクラシック、ポップス等の演奏を楽しみます。

■ 第2・4月曜 15:40~16:40  
■ 4/11から12回 (4~9月)  
■ 43,956円

#### あぁ、愛しの歌謡曲

歌手・お笑いタレント タブレット純

ムードコーラス、グループ・サウンズ、フォーク。講師の選曲とライブで浮かび上がる、日本の音楽史。

■ 第4金曜 19:00~20:30  
■ 4/22から6回 (4~9月)  
■ 23,364円

### 現地講座・旅行

#### 建築家といくたてもの探訪

建築家 平井 充

建物がどのような発想でデザインされたかを、設計した建築家の思想や時代背景とともに知ること、日本の都市景観形成に向けた建築家のメッセージを読み取ります。

■ 第4火曜 13:00~15:00  
■ 4/26から5回 (4~9月) ■ 19,250円

#### 自然観察ウォーキング

プロ・ナチュラリスト 佐々木 洋

街なかの緑地を、プロの自然案内人と、かれんな野草の花、ユニークな樹木の実、美しい野鳥などを愛でながら、ゆっくりと歩きましょう!

■ 第2火曜 13:30~15:30  
■ 4/12から6回 (4~9月) ■ 21,120円

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
ゼロから始める! 初めてのヘルマンハープ	梶原 千沙都	第4月	14:15~15:15	24,750円 ⑥
宇賀神昭のやさしいギター	宇賀神 昭	第1・3日	10:30~12:00	41,624円 ⑪
ウクレレ入門	北田 朋子	第3火	10:30~12:00	23,364円 ⑥
マンドリン入門教室	竹内 郁子	第1・3・5木	17:00~18:00	43,956円 ⑫
マンドリン教室		毎木	18:00~20:00	
パンジョーを弾いてみよう	奈良屋 七之助	第3土	17:30~19:00	22,704円 ⑥
二胡に親しむ	戸田 沙耶花	第2・4水	13:00~15:00	45,408円 ⑫
ベルカントで歌うI(初歩クラス)	山本 ひで子 末松 茂敏、松崎 千登世	毎水	15:25~16:55	48,048円 ⑫
ベルカントで歌うII	山本 ひで子 松崎 千登世	第2・4水	17:00~18:30	45,408円 ⑫
歌曲からアリアまで 自由曲レッスンクラス	山本 ひで子 末松 茂敏	第1・3・5水	17:00~18:30	53,625円 ⑬
ベルカントでイタリアを歌おう!!	山口 邦明	第1・3日	13:30~15:00	24,024円 ⑥

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
名建築・街並み探訪	志村 直愛	第2金	13:30~15:30	23,100円 ⑥
~散歩力のつく江戸・東京ガイド ~TOKYO町々・歴史小散歩	金沢 正晴	第1火	10:30~13:00	21,780円 ⑥
散歩屋・美江さんと味わう東京	高橋 美江	第2木	11:00~13:00	16,280円 ④
商店街・門前町 歴史さんぽ	眞鍋 じゅんこ	第3金	12:30~15:30	21,780円 ⑥
土産産を訪ねて 下町の土産産を訪ねる	阿部 貴弘 小野田 滋	第3水	13:00~15:00	15,400円 ④

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
鎌倉の魅力 B	大貫 昭彦 鈴木 保美 古田 士 俊一	第1火	13:00~15:30	19,800円 ⑥
樹木医と行く「楽しい花散策」	A 石井 誠治 B	第3水	10:30~14:30	14,520円 ④
		第2水		
健康ウォーキング ~楽しく歩いて元気に~	篠田 洋江	第2木	13:00~16:00	21,780円 ⑥
ローカル線小さな旅	松本 太郎	第3金	13:00~16:00	14,960円 ④

提携スポーツ ヨットスクール BE WINDS SAILING CLUB ※料金・コース等詳細はお問い合わせください。

### 英語

~名著を原書で楽しむ~ カーネギー「人を動かす」

早稲田大学・中央大学 非常勤講師 木村 和美

カーネギーの名著「人を動かす」この不朽の名著を題材に、一石二鳥で、人間関係も英語も両方学ぶことが、この講座の目的です。

■ 第3水曜 10:30~12:00  
■ 4/20から6回 (4~9月) ■ 22,704円

### 英語コース レベルのめやす

英語コース	入門	初級	中級	上級	
レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5	
教育課程	中学1年	中学2年	中学3年	高校	大学教養・専門課程
英語検定	5級	4級	3級	準2級	2級
TOEIC				500	730

■ 第1・3土曜 13:30~14:50  
■ 4/2から6回 (4~6月) ■ 23,364円

### その他の外国語

#### ドイツ語 入門A

ブリギッテ・ミヤ

■ 毎水曜 15:00~16:20  
■ 4/7から12回 (4~6月)  
■ 46,728円

#### ドイツ語 入門B

成城大学非常勤講師 関 幸子

■ 第1・3金曜 12:00~13:20  
■ 4/1から13回 (4~9月)  
■ 50,622円

#### スペイン語会話 入門

武蔵野美術大学非常勤講師 マルタ タナカ

■ 第2・4火曜 10:30~11:50  
■ 4/12から12回 (4~9月)  
■ 46,728円

#### イタリア語会話 入門

チンツィア ミーナ

■ 毎水曜 15:00~16:20  
■ 4/7から12回 (4~6月)  
■ 46,728円

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
英会話を始めようレベル1	デビッド・パーマー	毎木	13:40~15:00	46,728円 ⑫
英会話レベル2	ジェームス・チューディ	毎金	12:00~13:20	46,728円 ⑫
英会話レベル1 金12:00	サチコ・ハマカフ	毎金	12:00~13:20	46,728円 ⑫
		シニアのゆっくり英会話 レベル1~2	毎金	
大人になってからゆっくりと学ぶ英会話 入門~初級	朝生 和子	第2・4木	15:10~16:30	23,364円 ⑥
月2回で学ぶ 日曜のんびり英会話(レベル1)	デビッド・パーマー	第1・3日	13:30~14:50	23,364円 ⑥
英会話レベル3	ジェームス・チューディ	毎木	12:00~13:20	46,728円 ⑫
コミュニケーション英会話	西藤 浩子	毎金	18:00~19:20	38,940円 ⑩
英会話レベル2~3	ジェームス・チューディ	毎火	13:40~15:00	46,728円 ⑫
たのしみながら学ぶ英会話 中級	ジョージ・ポーシック	毎火	13:30~14:50	46,728円 ⑫
		火	13:30~14:50	
英会話レベル3	ジュン・ワカマツ	毎火	13:30~14:50	46,728円 ⑫
		火	19:20~20:40	
英会話レベル4	ジェームス・チューディ	毎水	18:10~19:30	46,728円 ⑫
		水	15:00~16:20	
英会話レベル3	デビッド・パーマー	毎木	12:00~13:20	46,728円 ⑫
		木	12:00~13:20	
英会話レベル4	ジェームス・チューディ	毎火	12:00~13:20	46,728円 ⑫
		水	18:10~19:30	
英会話レベル4	木	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
ネイティブと学ぶ 話すための本格英文法 中級(レベル3)	ジェームス・チューディ	毎水	15:00~16:20	46,728円 ⑫
文学・映画・ニュースで学ぶ	北野 佐久子	第3土	10:30~12:00	20,020円 ⑤
アガサ・クリスティのミステリーから見るイギリスの食文化	宮島 瑞穂	第2・4土	10:15~11:35	46,728円 ⑫
原書で味わう読み聞かせの世界(レベル3)	ジェームス・チューディ	毎水	19:40~21:00	46,728円 ⑫
News Talk(レベル4)	ジェームス・チューディ	毎水	19:40~21:00	46,728円 ⑫
Think it, Say it! (レベル5)	エリック・ケルソン	毎水	13:30~14:50	46,728円 ⑫
Reading and Discussion(レベル5)	ジェーン・ワークマン	毎火	12:00~13:20	46,728円 ⑫
旅を楽しむための英会話 初中級	高藤 美智代	第2・4水	13:30~14:50	23,364円 ⑥
トラベル英会話(初級)ー旅先でも日常でも使えるベーシックフレーズを身につけよう!	高藤 早智子	第1・3・5土	12:00~13:20	46,728円 ⑫
かんたん英語で日本の歴史	鈴木 由利子	第2・4月	13:30~14:50	46,728円 ⑫

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
フランス語	西川 純子	毎水	13:30~14:50	42,834円 ⑪
はじめてのフランス語会話	A ビール・フェリス B	第2・4木 第1・3木	13:30~14:50	23,364円 ⑥
フランス語 初中級	アンドレ・D・アダ	毎金	13:30~14:50	46,728円 ⑫
フランス語会話	ビエール・フェリス	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫
フランス語会話 夜 中級	フィリップ・プロクシエン	毎木	19:00~20:20	46,728円 ⑫
「ル・モンド」,「レクスプレス」を読む 上級	クロード・エッテン	毎水	10:30~11:50	46,728円 ⑫
映画で楽しむフランス語 上級	スプリーム	第4木	13:00~15:00	24,024円 ⑥
名作短編で学ぶフランス語 星の王子様	伊藤 綾紗子	第2土	13:30~15:00	34,320円 ⑥
ドイツ語	初級A 渡辺 真理	毎土	12:00~13:20	46,728円 ⑫
ドイツ語	初級B プリキッテ・ミヤ	毎木	13:30~14:50	46,728円 ⑫
ドイツ語会話	初中級 関 幸子	毎月	10:30~11:50	46,728円 ⑫
ドイツ語会話	中級B プリキッテ・ミヤ	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫
ドイツ語講読 「Corpus Delicti」中級	渡辺 真理	第1・3・5土	10:30~11:50	46,728円 ⑫
ドイツ語 現代文学翻訳工房 中級	関 幸子	第2・4土	13:30~15:30	30,888円 オンライン 27,720円
スペイン語	中級 マルタ タナカ	毎金	10:30~11:50	46,728円 ⑫

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数	
イタリア語 初級	重藤 彩	第1・3・5日	12:00~13:20	46,728円 ⑫	
総合力をつけるイタリア語 初級 初級文法の総復習とリスニング	松浦 弘明	毎月	12:00~13:20	42,834円 ⑪	
イタリア語会話 中級B	テノ・ビッチニ	毎火	19:00~20:20	46,728円 ⑫	
イタリアの小説を読む	白崎 容子	第1・3木	10:30~11:50	38,940円 ⑩	
中国語基礎表現 L1	林 波	第1・3・5日	13:30~15:00	41,184円 ⑨	
中国語スピーキングの基礎 L2~L3		毎土	12:00~13:20	46,728円 ⑫	
少人数 厳選で学ぶ中国語 L2	林 波	第1・3・5日	10:30~11:50	26,136円 ⑥	
中国語サロン 初中級 ~まず、中国人の思考を知ろう~	毎金	12:00~13:20	46,728円 ⑫		
中国語会話 中級	徐 曼	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫	
中国語青山遊学 中級 L4	林 波	毎土	13:30~14:50	46,728円 ⑫	
ハンガリー	やさしく学び学ぼうハンガリー初級	李 柱憲	毎水	18:40~20:00	46,728円 ⑫
【60分】しっかり読めて聞ける韓国語初級	全 ウン	毎木	12:15~13:15	46,728円 ⑫	
その他の言語	サンスクリット 入門~初級	倉西 憲一	第2土	10:30~12:00	23,364円 ⑥

一部講座を抜粋して掲載しています。QRコードから全ての講座をご覧頂けます。

教養を深める

ゴッホの芸術世界—その深みへ

ゴッホ研究者 正田 倫顕
見る者の魂を震わすにはおかないゴッホの作品。現地調査を重ねてきた講師とともに、ゴッホ芸術の深みに迫ります。



第4月曜 13:00~14:30
4/25から6回(4~9月) 22,704円 教材費 264円

オンライン受講あり 会員一般ともに 21,780円

アガサ・クリスティの世界へ

昭和女子大学名誉教授 平井 杏子

アガサ・クリスティのミステリー・ワールドに分け入り、さまざまなモチーフの謎を読み解きます。



第2土曜 12:40~14:10
4/9から3回(4~6月) 11,352円 教材費 99円

世界の辺境の不思議な植物を訪ねて

一般財団法人進化生物学研究所理事長・所長 湯浅 浩史
講師が現地でも撮影した写真をご覧いただきながら秘境の魅力あふれる植物を紹介いたします。



第2土曜 15:30~17:30
4/9から5回(4~9月) 18,920円

人物で読み解く西洋建築の歴史

建築史家、元・日本大学教授 大川 三雄

人物に焦点を当て西洋建築の歴史を多角的に論じます。



第2土曜 10:30~12:00
4/8から12回(4~9月) 45,408円

オンライン受講あり 会員一般ともに 39,600円

文芸文章



神野紗希のじっくり俳句

17音の往復書簡[添削クラス]

俳人 神野 紗希
みなさんの一句一句に、じっくりアドバイス、添削します。全国どこからでも参加できます。



毎月第2火曜締切
4/12から6回 21,780円

俳句で生き生き

「秋麗」主宰、俳人協会評議員 藤田 直子

句会の前に簡単な講義を行います。句会では毎回、各自6句投句。全員で選句、披露の後、講師が選句を発表し、全句について評します。



第4金曜 13:00~15:00
4/22から6回(4~9月) 22,704円

きりん俳句

俳人 西村 麒麟

自然を見つめ、自分を見つける俳句。講師の丁寧な指導で初めての方でも上達します。仕事が終わった後、気軽に参加しませんか。



第4水曜 18:30~20:00
4/27から6回(4~9月) 20,592円 教材費 132円

短歌のレッスン 基本の「き」

現代歌人協会会員、歌誌「かばん」編集 佐藤 弓生

短歌に興味はあるけれど、まだほとんど作ったことがない方のための講座。名歌鑑賞から始め、読むことに慣れながら作ってみましょう。



第1土曜 13:00~15:00
4/2から6回(4~9月) 22,704円

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists various classes like '初歩の初歩の俳句', 'わかる・作れる!句会で学ぶ俳句', etc.

古典芸能



和楽器にふれてみよう 長明三味線

(指導) 村屋 勘五郎 村屋 廣吉

ばちの持ち方、指使い、カンドころ、打込法、姿勢など基本から始めます。※三味線貸出あり



4/9, 4/16, 4/23(土)
12:30~17:30 各30分
会員 13,728円 一般 15,807円

はじめての謡曲・仕舞 観世流

(監修) 観世流シテ方 梅若 美梅若 長左衛門 梅若 紀彰 松山 隆之 富田 雅子

能の基本知識を舞台で活躍のシテ方の講師陣が交代で基礎から丁寧に指導します。



毎月曜 10:30~11:30
4/4から12回(4~6月) 66,000円

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '和楽器入門-夜 小鼓を打ってみよう', 'はじめての長明三味線 夜クラス', etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like 'ヒエログリフを読もう', '古代エジプトの歴史', etc.

朗読 話し方 手話



はじめての講談

講談師 神田 山縁

発声法・しくさ・張り・屈いなど、初歩から稽古します。今期の演目は「宮本武蔵」です。

第2水曜 19:00~20:30
4/13から6回(4~9月)
23,364円(教材別途)

オンライン受講あり 会員一般 19,800円

白坂道子の名作朗読

俳優 白坂 道子

朗読が身近なものになるように、良い短編を選び読んでいきます。

A 第2・4水曜
B 第2・4木曜
各 13:00~15:00
各 12回(4~9月) 45,408円

※朗読歩歩:第1・3水曜もごさいます。

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '後藤アナの笑顔の会話レッスン', '大人のための話し方レッスン', etc.

絵画 写真



人体クロッキー

アトリエ21主宰 上田 耕造

人体の仕組みやメリハリのある人物画のコツを学びましょう。

第2土曜 14:00~16:30
4/7から6回(4~9月)
37,950円

野村重存の水彩画講座

一風景を中心に 画家 野村 重存

テレビ番組でもお馴染みの野村重存先生による経験者対象の絵画講座。

第2金曜 10:30~13:00
5/13から4回(5~7月)
20,152円 教材費 1,100円

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '[1年]楽典と音楽理論 音楽理論と編曲', 'クラシック入門 室内楽名曲サロン', etc.

伝統文化



英語で茶の湯(初心者クラス)

国際茶道文化協会会員、茶道裏千家準教授 宝来 宗貴

茶道や英会話が初めての方もお気軽にご参加ください。茶席での振舞い方やお菓子のいただき方などの英語表現を楽しみましょう。

第1・3・5日曜 10:00~12:30
4/17から10回(4~9月)
40,040円 教材費 5,060円

日曜着付教室 初級・上級

国際文化日本和装協会理事、さきの着付師 戸村 房子

初級では礼装の留袖までを、上級ではより美しい着こなしとマナー、振袖や男性への着せ付けなどを習得していきます。

第2・4日曜 13:30~15:30
4/10から12回(4~9月)
42,636円

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '茶道 武者小路千家', '裏千家 木18:00', 'テーブルで楽しむ煎茶道', etc.

書道



金敷駿房・書への誘い

書家 金敷 駿房

毎日書道会員 関根 悟生(助講師)
テレビでの書き文字やパフォーマンスなど、広い分野で活躍中の石飛門下の書家が楽しく丁寧に指導します。

第2・4金曜 13:30~15:00
4/8から12回(4~9月)
45,408円 教材費 110円

書の古典を楽しむ

天心書道会会長 小澤 蘭雪

良いものを知り、しっかり見る・見えるままに書く・畏敬の念を持ち己を持ち込まない・唐平安迄の古典を学ぶ

第2・4火曜 13:30~15:00
4/12から12回(4~9月)
49,500円

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催曜日, 時間, 受講料・回数. Lists classes like '書道ははじめの一步', '一からの書道', '楽しい書道~毛筆ペンペン~', etc.

### 手芸 工芸

※教材費・道具代が別途必要な場合があります。

#### 北欧デザインの刺繍

刺繍作家 立川 一美

花糸を使用し、スウェーデンで刺されていた技法を使う作品を作ります。

■ 第3土曜 13:00~15:00  
■ 4/16から6回 (4~9月)  
■ 23,364円

#### 伝統工芸 讃岐かがり手まり(初心者)

荒木 永子 ほか

昔の伝承技法で心を込めて作る美しく暖かい風合いの手まりです。

■ 第4土曜 14:00~16:30  
■ 4/23から6回 ■ 26,136円

### くらし・フラワーアレンジ・ゲーム

#### はじめての将棋教室 女性クラス

日本将棋連盟普及指導員 小林 大二

将棋は知的でとても楽しいゲーム。初めての方や、もう一度基本から学びたい方も大歓迎。

■ 第1・3・5水曜 10:30~12:00  
■ 4/6から13回 (4~9月)  
■ 46,192円 教材費 429円

#### コントラクトブリッジ入門基礎・プレイコース

日本コントラクトブリッジ連盟公認ブリッジインストラクター

沖谷 邦  
熊野 桃子 鈴木 秀子

トランプを使って遊ぶ、知的なゲーム。世界中で愛されているブリッジを基礎から学びます。

■ 毎水曜 10:00~12:00  
■ 4/6から12回 (4~6月)  
■ 42,636円 教材費 528円

### 健康ダンス

#### ソウル&ディスコダンス

JIN DANCE FACTORY TOMO

70~80年代に流行したディスコソングでダンスしましょう!ソウルミュージックに合うリズムや楽しいステップダンスで、初心者の方も楽しめます。

■ 第3土曜 16:00~17:30  
■ 4/16から6回 (4~9月)  
■ 22,704円

#### ケア・ウォーキング®~おしんメンテナンス~

一般社団法人ケア・ウォーキング普及会代表理事 黒田 恵美子

身体のパーツを6か所に分け構造やしくみを学び、メンテナンス法を実践します。

■ 第3木曜 14:00~15:00  
■ 4/21から6回 (4~9月)  
■ 20,592円

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
蛸川宏子のHappyキルト	蛸川 宏子	第2金	10:00~12:00	26,136円 ⑥
南フランス・プロヴァンスのキルト“プティ”	谷 眞佐子	第3土	10:30~12:30	23,364円 ⑥
韓国の伝統工芸 ボジャギ	李 京玉(監修) 高見 由美(講師)	第4金	13:00~16:00	24,024円 ⑥
ハーダンガー刺しゅう	竹内 博子 石川 裕子、川井 美和子	第4日	13:00~15:00	23,364円 ⑥
はじめてのパリのオートクチュール ピース刺繍ジュエリー	関根 瑞希	第3火	10:30~12:30	26,136円 ⑥
ここの早苗パッチワーク倶楽部	ここの 早苗(監修指導) 井上 美和(指導)	第1土	13:00~15:30	26,796円 ⑥
羊毛フェルトで作る暮らしの小物	みよし まさこ	第4土	13:00~16:00	24,750円 ⑥
北欧伝統工芸ネーベルスロイド~白樺工芸	河内山 淳子	第1火	13:30~15:30	24,024円 ⑥

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
ワインで巡るイタリア	川合 里奈	第4土	13:00~15:00	24,024円 ⑥
そば打ち 入門初級・応用クラス	宮澤 佳穂	第2土	10:00~12:00	27,456円 ⑥
季節の和菓子	A 大森 慶子 C	第4金	10:00~12:00	24,024円 ⑥
		第4土	13:30~15:30	
nonihana 暮らしの花教室	増田 由希子	第1木	13:30~15:30	24,024円 ⑥
HIROKO TAKEDA FLOWER ARRANGEMENT LESSON	竹田 浩子	第4金	10:30~12:30	8,712円 ②
和の花あしらいー山野草を楽しむー	加治 千佳子	第2火	10:00~12:15	20,592円 ⑥
盆栽入門 楽しい盆栽	河原塚 保	第1土	10:00~12:30	26,796円 ⑥
漢方と暮らしの中の薬草	池上 文雄	第4木	10:30~12:30	24,024円 ⑥
王侯貴族のおしゃれ香り術	ケミリー園子	第1木	13:00~14:30	24,750円 ⑥
囲碁 てほどきから実戦まで	信田 成仁	第2・3・4金	13:00~16:00	30,272円 ⑧
		第1金	15:30~18:30	

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
美しく・若く・健康に! 自律術(じきょうじゅつ)	鶴 早百合、石野 洋子	毎月	18:10~19:40	37,092円 ⑫
若さを保つ健康体操	高倉 早苗	毎月	10:00~11:30	38,544円 ⑫
元気爽やか体操	森川 ひさ子	毎火	10:00~11:15	38,544円 ⑫
痛み解消体操 エゴスキュー	白石 和子	第1・3・5金	10:30~11:45	46,189円 ⑬
焦鉄軍の気功教室	浜淵 美奈子	毎火	18:45~19:45	41,184円 ⑫
健康太極拳	楊 麻紗	毎金	10:15~11:45	41,184円 ⑫
太極拳 理論と基本実技	楊 進	第2日	12:30~14:30	23,364円 ⑥
シン老師の太極拳奥義	シン イェンリン	第1金	18:00~20:00	27,456円 ⑥
SAM(TRF)の健康イーゼーダンス	HARUNA	毎月	13:00~14:00	43,956円 ⑫
はじめての腰掛タップダンス	MAYU	第1・3・5木	10:00~11:00	41,184円 ⑫
腰掛タップダンス		第2・4火	11:30~12:30	
50歳から始めるクラシックバレエ	井上バレエ団 佐藤 深雪	毎木	15:30~17:00	39,864円 ⑫
お勤め帰りにフラダンス	井上 真紀 レイリアフ・マカマエ	第2・4火	19:50~21:00	45,408円 ⑫
アメリカンカントリーダンス	KYOKO-ARAKAWA	第1・3・5日	13:00~14:30	45,408円 ⑫
ぼんおどりへ行こう	石川 美良	第1木	18:30~20:30	18,546円 ⑥

### 音楽

#### リコーダーアンサンブルが楽しめる

リコーダー奏者 細岡 ゆき

基礎を復習しながらクラシック、ポップス等の演奏を楽しめます。

■ 第2・4月曜 15:40~16:40  
■ 4/11から12回 (4~9月)  
■ 43,956円

#### あぁ、愛しの歌謡曲

歌手・お笑いタレント タブレット純

ムードコーラス、グループ・サウンズ、フォーク。講師の選曲とライブで浮かび上がる、日本の音楽史。

■ 第4金曜 19:00~20:30  
■ 4/22から6回 (4~9月)  
■ 23,364円

### 現地講座・旅行

#### 建築家といくたてもの探訪

建築家 平井 充

建物がどのような発想でデザインされたかを、設計した建築家の思想や時代背景とともに知ること、日本の都市景観形成に向けた建築家のメッセージを読み取ります。

■ 第4火曜 13:00~15:00  
■ 4/26から5回 (4~9月) ■ 19,250円

#### 自然観察ウォーキング

プロ・ナチュラリスト 佐々木 洋

街なかの緑地を、プロの自然案内人と、かれんな野草の花、ユニークな樹木の実、美しい野鳥などを愛でながら、ゆっくりと歩きましょう!

■ 第2火曜 13:30~15:30  
■ 4/12から6回 (4~9月) ■ 21,120円

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
ゼロから始める! 初めてのヘルマンハープ	梶原 千沙都	第4月	14:15~15:15	24,750円 ⑥
宇賀神昭のやさしいギター	宇賀神 昭	第1・3日	10:30~12:00	41,624円 ⑪
ウクレレ入門	北田 朋子	第3火	10:30~12:00	23,364円 ⑥
マンドリン入門教室	竹内 郁子	第1・3・5木	17:00~18:00	43,956円 ⑫
マンドリン教室		毎木	18:00~20:00	
パンジョーを弾いてみよう	奈良屋 七之助	第3土	17:30~19:00	22,704円 ⑥
二胡に親しむ	戸田 沙耶花	第2・4水	13:00~15:00	45,408円 ⑫
ベルカントで歌うI(初歩クラス)	山本 ひで子 末松 茂敏、松崎 千登世	毎水	15:25~16:55	48,048円 ⑫
ベルカントで歌うII	山本 ひで子 松崎 千登世	第2・4水	17:00~18:30	45,408円 ⑫
歌曲からアリアまで 自由曲レッスンクラス	山本 ひで子 末松 茂敏	第1・3・5水	17:00~18:30	53,625円 ⑬
ベルカントでイタリアを歌おう!!	山口 邦明	第1・3日	13:30~15:00	24,024円 ⑥

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
名建築・街並み探訪	志村 直愛	第2金	13:30~15:30	23,100円 ⑥
~散歩力のつく江戸・東京ガイドス~TOKYO町々・歴史小散歩	金沢 正晴	第1火	10:30~13:00	21,780円 ⑥
散歩屋・美江さんと味わう東京	高橋 美江	第2木	11:00~13:00	16,280円 ④
商店街・門前町 歴史さんぽ	眞鍋 じゅんこ	第3金	12:30~15:30	21,780円 ⑥
土産産を訪ねて 下町の土産産を訪ねる	阿部 貴弘 小野田 滋	第3水	13:00~15:00	15,400円 ④

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
鎌倉の魅力 B	大貫 昭彦 鈴木 保美 古田 士 俊一	第1火	13:00~15:30	19,800円 ⑥
樹木医と行く「楽しい花散策」	A 石井 誠治 B	第3水	10:30~14:30	14,520円 ④
		第2水		
健康ウォーキング~楽しく歩いて元気に~	篠田 洋江	第2木	13:00~16:00	21,780円 ⑥
ローカル線小さな旅	松本 太郎	第3金	13:00~16:00	14,960円 ④

提携スポーツ ヨットスクール BE WINDS SAILING CLUB ※料金・コース等詳細はお問い合わせください。

### 英語

~名著を原書で楽しむ~ カーネギー「人を動かす」

早稲田大学・中央大学 非常勤講師 木村 和美

カーネギーの名著「人を動かす」この不朽の名著を題材に、一石二鳥で、人間関係も英語も両方学ぶことが、この講座の目的です。

■ 第3水曜 10:30~12:00  
■ 4/20から6回 (4~9月) ■ 22,704円

ソク実践できる英会話

早稲田大学 英語講師 英語コミュニケーション研究家 木村 和美

海外旅行やおもてなしにすぐ役立つ、簡単＆便利なフレーズで英語のコミュニケーションを楽しむクラスです。

■ 第1・3土曜 13:30~14:50  
■ 4/2から6回 (4~6月) ■ 23,364円

超★楽しい! Enjoy英会話【入門~基礎】

イングリッシュ・アカデミー代表 伊藤 宏美

「笑顔いっぱい!」&「ユーモアたっぷり!」の楽しい☆先生と明るく元気に学びたい方、お薦めです! 初歩から丁寧に学びましょう!

■ 毎水曜 15:30~17:00 ■ 4/14から9回 (4~6月)  
■ 32,967円 教材費 990円

### その他の外国語

#### ドイツ語 入門A

ブリギッテ・ミヤ

■ 毎水曜 15:00~16:20  
■ 4/7から12回 (4~6月)  
■ 46,728円

#### ドイツ語 入門B

成城大学非常勤講師 関 幸子

■ 第1・3金曜 12:00~13:20  
■ 4/1から13回 (4~9月)  
■ 50,622円

#### スペイン語会話 入門

武蔵野美術大学非常勤講師 マルタ タナカ

■ 第2・4火曜 10:30~11:50  
■ 4/12から12回 (4~9月)  
■ 46,728円

#### イタリア語会話 入門

チンツィア ミーナ

■ 毎水曜 15:00~16:20  
■ 4/7から12回 (4~6月)  
■ 46,728円

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
英会話を始めようレベル1	デビッド・パーマー	毎木	13:40~15:00	46,728円 ⑫
英会話レベル2	ジェームス・チューディ	毎金	12:00~13:20	46,728円 ⑫
英会話レベル1 金12:00	サチコ・ハマカフ	毎金	12:00~13:20	46,728円 ⑫
		シニアのゆっくり英会話レベル1~2	ジェームス・チューディ	
大人になってからゆっくりと学ぶ英会話 入門~初級	朝生 和子	第2・4木	15:10~16:30	23,364円 ⑥
月2回で学ぶ 日曜のんびり英会話(レベル1)	デビッド・パーマー	第1・3日	13:30~14:50	23,364円 ⑥
英会話レベル3	ジェームス・チューディ	毎木	12:00~13:20	46,728円 ⑫
コミュニケーション英会話	西藤 浩子	毎金	18:00~19:20	38,940円 ⑩
英会話レベル2~3	ジェームス・チューディ	毎火	13:40~15:00	46,728円 ⑫
たのしみながら学ぶ英会話 中級	ジョージア・ポーシック	毎火	13:30~14:50	46,728円 ⑫
		火	13:30~14:50	
英会話レベル3	ジュン・ワカマツ	毎火	13:30~14:50	46,728円 ⑫
		火	19:20~20:40	
英会話レベル4	ジェームス・チューディ	毎水	18:10~19:30	46,728円 ⑫
		水	15:00~16:20	
英会話レベル3	デビッド・パーマー	毎木	12:00~13:20	46,728円 ⑫
		木	12:00~13:20	
英会話レベル4	ジェームス・チューディ	毎火	12:00~13:20	46,728円 ⑫
		水	18:10~19:30	
英会話レベル4	木	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
ネイティブと学ぶ 話すための本格英文法 中級(レベル3)	ジェームス・チューディ	毎水	15:00~16:20	46,728円 ⑫
文学・映画・ニュースで学ぶ	北野 佐久子	第3土	10:30~12:00	20,020円 ⑤
アガサ・クリスティのミステリーから見るイギリスの食文化	宮島 瑞穂	第2・4土	10:15~11:35	46,728円 ⑫
原書で味わう読み聞かせの世界(レベル3)	ジェームス・チューディ	毎水	19:40~21:00	46,728円 ⑫
News Talk(レベル4)	エリック・ケルソン	毎水	13:30~14:50	46,728円 ⑫
Think it, Say it! (レベル5)	ジェームス・チューディ	毎木	13:40~15:00	46,728円 ⑫
Reading and Discussion(レベル5)	高藤 早智子	第1・3・5水	12:00~13:20	46,728円 ⑫
目的に合わせて学ぶ	高藤 美智代	第2・4水	13:30~14:50	23,364円 ⑥
旅を楽しむための英会話 初中級	鈴木 由利子	第2・4月	13:30~14:50	46,728円 ⑫

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
フランス語	西川 純子	毎水	13:30~14:50	42,834円 ⑪
はじめてのフランス語会話	A ビール・フェリス B	第2・4木 第1・3木	13:30~14:50	23,364円 ⑥
フランス語 初中級	アンドレ・D・アダ	毎金	13:30~14:50	46,728円 ⑫
フランス語会話	ビエール・フェリス	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫
フランス語会話 夜 中級	フィリップ・プロクシエン	毎木	19:00~20:20	46,728円 ⑫
「ル・モンド」,「レクスプレス」を読む 上級	クロード・エッテン	毎水	10:30~11:50	46,728円 ⑫
映画で楽しむフランス語 上級	スプリーム	第4木	13:00~15:00	24,024円 ⑥
スプリームの発音特訓 フランス語でシャンソンを歌おう!	伊藤 綾紗子	第2土	13:30~15:00	34,320円 ⑥
名作短編で学ぶフランス語 星の王子様	渡辺 真理	毎土	12:00~13:20	46,728円 ⑫
ドイツ語	ブリギッテ・ミヤ	毎木	13:30~14:50	46,728円 ⑫
ドイツ語会話	関 幸子	毎月	10:30~11:50	46,728円 ⑫
ドイツ語会話	ブリギッテ・ミヤ	毎木	13:30~14:50	46,728円 ⑫
ドイツ語のくらしから学ぶことば 中級	田島 加奈子	毎水	13:30~14:50	46,728円 ⑫
ドイツ語講読「Corpus Delicti」中級	渡辺 真理	第1・3・5土	10:30~11:50	46,728円 ⑫
ドイツ語 現代文学翻訳工房 中級	関 幸子	第2・4土	13:30~15:30	30,888円 オンライン 27,720円 ⑥
スペイン語	マルタ タナカ	毎金	10:30~11:50	46,728円 ⑫

講座名	講師名	開催曜日	時間	受講料・回数
イタリア語 初級	重藤 彩	第1・3・5日	12:00~13:20	46,728円 ⑫
総合力をつけるイタリア語 初級 初級文法の総復習とリスニング	松浦 弘明	毎月	12:00~13:20	42,834円 ⑪
イタリア語会話 中級B	ティナ・ビッチ	毎火	19:00~20:20	46,728円 ⑫
イタリアの小説を読む	白崎 容子	第1・3木	10:30~11:50	38,940円 ⑩
中国語基礎表現 L1	林 波	第1・3・5日	13:30~15:00	41,184円 ⑨
中国語スピーキングの基礎 L2~L3		毎土	12:00~13:20	46,728円 ⑫
少人数 厳選で学ぶ中国語 L2	林 波	第1・3・5日	10:30~11:50	26,136円 ⑥
中国語サロン 初中級 ~まず、中国人の思考を知ろう~	徐 曼	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫
中国語会話 中級	徐 曼	毎木	10:30~11:50	46,728円 ⑫
中国語青山遊学 中級 L4	林 波	毎土	13:30~14:50	46,728円 ⑫
ハンガリー	李 柱憲	毎水	18:40~20:00	46,728円 ⑫
やさしく学びながらハンガリー初級	李 柱憲	毎水	18:40~20:00	46,728円 ⑫
【60分】しっかり読めて聞ける韓国語初級	全 ウン	毎木	12:15~13:15	46,728円 ⑫
その他の言語	倉西 憲一	第2土	10:30~12:00	23,364円 ⑥
もっと「うまい!」フィンランド語(やさしい読解と会話中心)	千葉 庄寿	第2・4金	19:00~20:20	46,728円 ⑫
タイ語	中島 マリン	第1・3・4日	13:30~15:00	35,046円 ⑨
知って楽しいみんなのタイ語(初級)	中島 マリン	第1・3・4日		

# NHKカルチャー

好奇心の、その先へ

## やさしい「ほくピラ」®

パーソナルトレーナー  
星野 由香

ピラティスの理論や動きに基づいて、凝り固まった身体をしっかりとほくしながら身体が動くまでをトレーニング。

■ 第4日曜 13:00~14:30  
■ 4/24から3回 (4~6月) ■ 17,160円

1日 ■ 3/26(土) 16:30~18:00  
■ 会員 5,720円 一般 6,413円

## 佐藤ママの子育て塾

~第2回大学入共通テストから考える、今後の学び方~

浜学園アドバイザー 佐藤 亮子

4人の子どもの東大進路に合格させた佐藤亮子さんが、読解力と時共用語の理解がより必要になった共通テストの対策とこれらから学ぶ準備についてお話しします。

■ 4/20(水) 10:30~12:00  
■ 会員 3,784円 一般 4,466円

オンライン受講あり 会員一般とも 3,630円

## 暮らしを豊かに

元パワハラ・公園長があなたのバラにアドバイス!  
やまととづくり研究所 山本 健生

誘引や剪定、植え替えはこれでいいの? 山本先生があなたのバラの写真を見てお一人ずつ的確にアドバイスします。

■ 3/27(日) 13:30~15:00 ■ 会員 3,432円 一般 4,125円

オンライン受講あり 会員一般とも 3,300円

## 作る楽しみ 春のハンドメイド講座

### 羊毛フェルト「猫のドール」ワークショップ

フェルト作家・英国王立美術協会名誉会員  
乃澤 叶子

■ 第1・3日曜 10:00~12:00 ■ 4/3から6回 (4~6月)  
■ 会員 20,592円 一般 24,750円 教材費 2,200円

## レース糸で編む アメリカカリスのブローチ

Tralalala. 楚坂 有希

■ 第4土曜 10:30~12:30  
■ 4/23から3回 (4~6月)  
■ 会員 11,682円 一般 13,728円  
教材費 1,430円

## 縫わずに素敵なグルーバッグ

JGBA(ジャパングルーバッグアソシエーション)代表  
濱中 和子

■ 6/29(水) 13:00~17:00  
■ 3,640円 教材費 13,200円

## ウィリアム・モリスで楽しむ 英国刺繍とゴールドワーク

英国王立刺繍学校講師、  
英国伝統刺繍作家  
二村 エミ

■ 第3日曜 10:00~12:00  
■ 4/15から6回 (4~9月)  
■ 22,704円

## グレートトラバース 日本3百名山ひと筆書き その舞台裏に迫る!

プロアドベンチャーリーダー  
田中 陽希

日本3百名山ひと筆書きの旅をついに完遂した田中陽希さんに、その挑戦の舞台裏をお話しいただきます。

■ 6/26(日) 10:30~12:00  
■ 会員 3,432円 一般 4,125円

オンライン受講あり 会員一般とも 3,300円

## 彩花まりの宝塚ダンスレッスン

元宝塚歌劇団宙組娘役  
彩花 まり

元宝塚歌劇団 宙組娘役の彩花まりがお届けする、宝塚の曲を使ったダンスレッスン。美しくかっこいい魅せ方のコツをお教えします。

■ 3/13(日) 10:00~11:00  
■ 会員 4,576円 一般 5,269円

## 眉が変わると人生がHAPPYに!

正しい眉の作り方

目元プロデューサー  
垣内 綾子

1万人以上の目元を変えてきた目元プロデューサーが、あなたにぴったりの正しい眉の描き方を教えます!

■ 4/23(土) 10:30~12:00  
■ 会員 3,432円 一般 4,125円

## はじめてのミニ盆栽

手のひらサイズの樹木を育てる  
豆松屋 BONSAIちえ 山崎 ちえ

育て方や植え方からお話しします。各月1鉢を作りながら、盆栽との暮らしを楽しみましょう。

■ 第3土曜 10:00~12:00  
■ 4/16から6回 (4~9月)  
■ 24,024円

## リアルかわいい羊毛フェルト

うちの子トランプうさぎ/アリスブローチ

Chocolat Box主宰、羊毛フェルト作家  
畑 敦子

■ 4/3(日) 10:00~13:30 14:45~18:45  
■ 会員 5,720円 一般 6,413円  
教材費 トランプ 1,980円 アリス 3,080円

## はじめての菱刺し

菱刺し作家  
倉茂 洋美

■ 第4土曜 13:30~15:30  
■ 4/23から6回 (4~9月)  
■ 21,978円

## 古布(こふ)でつくるハンドメイドバッグ

~思い出の品を素敵にリメイク~

紀屋デザイナー  
さくら のりこ

■ 第2土曜 12:30~15:00  
■ 5/14から5回 (4~9月)  
■ 21,175円

## ドールハウス ~お菓子の家~

ミニチュア・ドールハウス作家  
宇田 泰子

■ 第1火曜 12:30~15:00  
■ 5/10から6回 (4~9月)  
■ 24,750円  
教材費10,501円

## 純と姉妹の昭和歌謡ナイト

歌手・お笑い芸人 タブレット純  
お笑い芸人 阿佐ヶ谷姉妹  
渡辺 江里子 木村 美穂

「昭和歌謡にまつわるエピソードや魅力」「好きな曲ベスト3」などを弾き語りと共に、ゆるりとトーク!

■ 4/11(月) 19:00~20:30  
■ 会員 4,235円 一般 4,928円

オンライン受講あり 会員一般とも 3,850円

## もっとディスカバークイン

音楽プロデューサー、作曲編曲家  
西脇 辰弥

翻訳家、編集者 朝日 順子

2021年1年をかけて放送されたNHK-FM「ディスカバークイン」そのスピニョフ講座として、放送の舞台裏や、クインのさらなる魅力に迫ります。

■ 第3日曜 15:00~16:30  
■ 4/17から6回 (4~9月) ■ 27,456円

オンライン受講あり 会員一般とも 13,200円

## クインクロストーク

クイン研究者  
石角 隆行

クインについて各界からお招きされた様々なゲストと共に語り聞かす音楽講座です。

■ 第3土曜 16:00~17:30  
■ 4/9から4回 (4~7月) ■ 15,136円

オンライン受講あり 会員一般とも 13,200円

## Mrs.BERRYの コンフィチュール&ティーフーズ

コンフィチュール・料理研究家 赤部 麗子

「甘夏のマーマレード」「ペリーのミックスコンフィチュール」「新生姜のパウンドケーキ」

■ 第2金曜 10:00~12:00  
■ 4/8から3回 (4~6月)  
■ 10,989円 教材費 33円

## はじめてのかわいいこざん刺し

数珠入れ  
ふくさ入れ

草木染め・こざん作家  
角館 徳子

■ 数珠入れ 4/2(土) 10:00~12:00  
■ 会員 4,004円 一般 4,697円  
教材費 数珠入れ 4,950円 数珠入れ 6,050円

## 金繕い入門

一菜会 成田 美穂

■ 第2日曜 午前 10:30~12:30 午後 13:30~15:30  
■ 4/10から6回 (4~9月)  
■ 21,318円

## アルデコスタイルの立体レリーフ彫刻

~ウッドカービング~

デコラティブアートスタジオ  
黒瀬 道信

■ 第2日曜 10:30~12:30  
■ 4/10から2回 (4~5月)  
■ 会員 10,076円 一般 11,440円  
教材費 4,180円

## 青山アカデミー

月曜・水曜・金曜の3つの年間コースがあります。特別講座ご招待など様々な特典もあります。

<p>詳細はパンフレットをご請求ください</p> <p><b>プランA (年間36回)</b></p> <p>基本1コース(1曜日30回)を選択+他曜日から1講座(6回)を選択例) 金曜コース+水曜から1講座</p> <p>202,389円</p>	<p><b>プランB (年間72回)</b></p> <p>基本2コース(2曜日60回)を選択+他曜日から2講座(12回)を選択例) 月曜・水曜コース+金曜から2講座</p> <p>257,400円</p>
--	---

●ご夫婦で年間プランをお申込みの場合は、お一人様の受講料が20%割引になります。 ●1講座(全6回)ごとの受講もできます。 [各41,184円]

	【月曜】コース 日本の歴史(15:30~17:00)	【水曜】コース 世界の歴史(15:30~17:00)	【金曜】コース 芸術と文化(15:30~17:00)
4~5月	<p><b>考古天文学からみた月と太陽への信仰</b></p> <p>東海大学文学部教授 北條 芳隆</p> <p>■ 4/18から6回 (4~5月) ■ 会員 41,184円</p>	<p><b>キリスト教と祝祭</b> ~教会暦に沿ったドイツ文化の祝祭習俗~</p> <p>早稲田大学名誉教授 田島 照久</p> <p>■ 4/13から6回 (4~5月) ■ 会員 41,184円</p>	<p><b>柳宗悦と「民藝」の世界</b></p> <p>日本民藝館学芸部長 杉山 享司</p> <p>■ 4/15から6回 (4~5月) ■ 会員 41,184円</p>
6~7月	<p><b>高精細画像で甦る150年前の幕末・明治初期の日本</b></p> <p>前近代日本史情報 国際センター特任研究員 保谷 徹</p> <p>■ 6/6から6回 (6~7月) ■ 会員 41,184円</p>	<p><b>地中海の風土と文化</b></p> <p>地中海学会 川本智史 芳賀京子 中川亜希 長田年弘 藤崎 高橋 亮介</p> <p>■ 6/8から6回 (6~7月) ■ 会員 41,184円</p>	<p><b>「わからない」の壁を乗り越えるための美術鑑賞の「コツ」西洋近代美術編</b></p> <p>練馬区立美術館館長 東京藝術大学名誉教授 秋元 雄史</p> <p>■ 6/3から6回 (6~7月) ■ 会員 41,184円</p>

## 現地講座

### 四季の古都 鎌倉紀行

仏教美術史専攻 鈴木 保美

■ 第4金曜 13:00~15:00  
■ 4/22から5回 (4~9月) ■ 16,500円

### 鶴岡八幡宮司に学ぶ 鎌倉の歴史と正式参拝

鶴岡八幡宮 宮司 吉田 茂穂

■ 第1日曜 11:00~15:30  
■ 5/6から3回 (5~7月)  
■ 会員 49,500円 一般 52,800円

## あなたの知らない横浜・鎌倉

かながわ歴史と街の案内人  
足立 直三

■ 第4水曜 10:30~13:00  
■ 4/27から5回 (4~9月) ■ 21,780円

## 鎌倉の魅力A

随筆家 大貫 昭彦

浄光寺住持 古田士 俊一

■ 第2火曜 13:00~16:00  
■ 4/12から6回 (4~9月)  
■ 19,800円

## 切絵図で歩く「江戸の坂」

~御府内近郊編~

日本坂道学会会長・坂道研究家  
山野 勝

■ 第3土曜 13:00~16:00  
■ 4/16から5回 (4~9月)  
■ 18,150円 教材費 660円

## 旅行ジャーナリストがご案内 旬な旅、味な旅

旅行ジャーナリスト・トラベルキャスター  
津田 令子

■ 第2火曜、第3日曜 11:00~13:30 ■ 各5回(4~9月)  
■ 20,900円 (食事・入館料等別途)

## 食と酒を極める

### SAKE DIPLOMAの資格を取ろう(実戦編)

ワイン&日本酒エデュケーター、ワイン受験.com代表  
山崎 和夫

SAKE DIPLOMA教本を読みながら日本酒と焼酎の基礎を体系的に学び、本格的な試験対策を行います。

■ 第2土曜 17:00~19:00  
■ 4/9から6回 (4~7月) ■ 29,568円 教材費 26,400円

## 蔵元トーク&テイストで楽しむ日本酒

参加全国蔵元

コーディネイト・進行 藤枝 昭裕

HINEMOS、磐城壽、セトイチ、御湖館、江戸開城等の蔵元の話をお聞きながら、パラエイトに富んだ日本酒の味わいを楽しみます。

■ 第1土曜 16:30~18:00  
■ 4/2から6回 (4~9月)  
■ 23,364円 教材費 9,900円

## 脳もカラダも活性化

### ジークンドー ※12名限定

IUMA日本振藩国術館 榎本 和洋

IUMA日本振藩国術館 榎本 和洋 ブルース・リー師祖創始の武術。基本から応用、護身術としての視点を含め初歩から指導します。

■ 第2・4金曜 18:50~19:50  
■ 4/22から5回 (4~6月) ■ 20,020円

体験 ■ 4/8(金)18:50~19:50 ■ 会員一般 4,004円

## 最高の自分を発見しよう

### はじめての算命学

東明学院学長 すとららいと林

歴史ある算命学の知恵を、オリジナルの書き込み式テキストを使用してわかりやすくお伝えします。

■ 第3木曜 15:30~17:00 ■ 4/21から5回 (4~9月)  
■ 22,704円 教材費 3,300円

## 伝統とマナーを学ぶ

### 初めての煎茶道 小川流

小川流煎茶家元総師範 上田 明楽

入れる人の心を映してさまざまに変化する、その茶味の素晴らしい、豊かな。煎茶の神髄を学びます。

■ 第2・4日曜 10:00~12:00  
■ 4/11から11回 (4~9月) ■ 40,293円

## はじめての香道

(監修)安藤家御家流香道十一世  
安藤 綾信  
(講師)布施 旭峰鶴

数種類の香木を聞き分けて香りを楽しみます。和歌や古典文学などをテーマにした香りを鑑賞する優雅なひとときを一緒に。

■ 第4日曜 13:30~15:30 ■ 4/24から6回 (4~9月)  
■ 21,978円 教材費 17,391円

## ♪ やっぱり♪ 音楽

### 楽しく歌おう!カンツォーネ!

声楽家 テノール 黒岩 修吉

イタリアの甘く明るいカンツォーネ&ナポリ民謡をイタリア語と日本語訳で歌います。今期からオンラインで実施いたします。

■ 第1・3火曜 13:30~15:00  
■ 4/5から12回 (4~9月)  
■ 43,560円 教材費 396円

## 発声のためのブラッシュアップ

### ボイストレーニング

宮崎梅子ボイストレーニング教室講師  
三浦 裕江

気功体操や丹田呼吸をして自分の最もよい声を出すトレーニングです。

■ 4/9(土) 17:30~19:00  
■ 会員 4,004円 一般 4,697円

## はじめての箏笛~雅楽を楽しむ~

伶楽舎、横笛演奏家 伊崎 善之

箏笛の音色は「天と地の間を行きかう龍の声」と言われています。楽器の扱い方から学びましょう。

■ 第1土曜 19:00~20:30  
■ 4/7から6回 (4~9月) ■ 24,024円

## オンラインで学ぶ

### ナスカ地上絵の謎に迫る 鳥類学的観点からの最新研究

北海道大学総合博物館准教授 江田 真毅

■ 5/21(土) 10:30~12:00 ■ 3,300円

## ヒエログリフで読む 壺屋権三裁判文書

東京大学特任准教授 永井 正勝

■ 第3土曜 15:30~17:00 ■ 4/16から5回 (4~8月) ■ 18,150円

1日 超入門!古代エジプト語講座~ヒエログリフを読もう  
■ 4/2(土) 15:00~17:00 ■ 3,630円

## 英米幻想文学への招待

英米幻想小説研究翻訳家 中野 善夫

■ 第4木曜 19:00~20:30  
■ 4/28から3回 (4~6月) ■ 10,890円

## 禅の名言を味わう「十牛図」を読む

臨済宗妙心寺派 乾徳山恵林寺 住職  
古川 周賢 大師

■ 第2・4水曜 19:00~21:00  
■ 4/13から6回 (4~6月) ■ 21,120円

## だしのソムリエ認定!作家 認定証取得講座

山長商店株式会社 代表取締役 南出 洋伸

飲食部 総料理長 岡田 隼

■ 第3土曜 15:00~16:00  
■ 4/16から12回 (4~3月) ■ 受講料無料 教材費 13,200円

## 山崎和夫の ワインを楽しむ

~フランスの産地を識る~

フランスを巡る旅のような講座です。初心者も大歓迎、ワインの資格を取るときに役立つ知識も身につきます。

■ 第1土曜 16:00~17:30  
■ 4/2から3回 (4~6月)  
■ 13,728円 教材費 13,200円

## ずっと使える洋菓子レシピ

~毎日のスフレズ~

洋菓子研究家 木村 幸子

とろけるスフレ生地、カスタードクリームベースのクリームと等を贅沢にサンド。\*デモンストラシオン+おみやげ付

■ 4/25(月) 10:30~12:30  
■ 会員 3,784円 一般 4,466円  
教材費 1,650円

## カリ ※12名限定

IUMA日本振藩国術館  
榎本 和洋

フィリピン生まれの総合武術。スティックを用いた武器術、素手の技術等初歩から指導します。

■ 第2・4金曜 20:00~21:00  
■ 4/22から5回 (4~6月) ■ 20,020円

体験 ■ 4/8(金)20:00~21:00 ■ 会員一般 4,004円

## 気学・風水

星順学会会長 藤 洗瑛

陰陽・五行・十干・十二支・九星などを、分かりやすく楽しくお教えします。

■ 第2日曜 13:30~15:00  
■ 4/11から6回 (4~9月) ■ 22,704円

## はじめてさんのやさしい茶道「裏千家入門」

監修 櫻井 幸子(宗幸)  
担当講師 櫻井 宗代 山田 宗久

月2回のペースでゆっくりと基本を学ぶ入門講座です。楽しい雰囲気の中ではじめてみませんか。

■ 第2・3金曜 13:30~15:30 ■ 4/15から5回 (4~6月)  
■ 20,020円 教材費 2,365円

## 大久保信子の美しい着つけ

きものスタイリスト 大久保 信子

着つけの基本をおさらいしながら、補正せずに美しく着るためのテクニックを学びます。

■ 第3土曜 10:30~12:30  
■ 4/16から6回 (4~9月) ■ 22,704円

## ジャズナンバーをみんなで歌おうコース

クレスミュージック所属・BREEZE 小管 けいこ

アメリカのスタンダードナンバーを中心にジャズの名曲をコース用にアレンジしたものを歌います。もちろん、ボイストレーニングに欠かせない発声もしっかり行います。4ビートに乗った軽快なコースが楽しめます。

■ 第2・4木曜 10:30~12:00  
■ 4/14から11回 (4~9月) ■ 46,585円

## 女声のための楽しいコーラス

日本合唱指揮者協会常任相談役  
古橋 富士雄

日本の歌曲、外国民謡、オペラの合唱、ポピュラー等、合唱曲を幅広く楽しみます。歌唱力を付けて思う存分歌いましょう。

■ 第1・2・4火曜 10:30~12:30  
■ 4/5から9回 (4~6月) ■ 34,056円

## はじめての笙~雅楽を楽しむ~

伶楽舎、笙演奏家 五月女 愛

音色は「天から差し込む光」と言われています。楽器の扱い方など基礎から学びましょう。

■ 第1・3・5金曜 19:00~20:30  
■ 4/17から6回 (4~6月)  
■ 24,024円 楽曲レンタル 6,600円

## UMA—未確認生物の民俗学

奇現象研究者 小山田 浩史

■ 第4水曜 19:00~20:30  
■ 4/27から3回 (4~6月) ■ 9,900円

## 誰でもできる作曲講座(初級編)

作曲家、ピアニスト 奥田 祐

■ 第2・4日曜 19:30~20:30  
■ 4/25から10回 ■ 36,300円

## ポスト・ヒューマンの哲学 A時代の「人間力」について考える

札幌大学名誉教授 株式会社ファベル代表 工藤 孝史

■ 第1・3土曜 13:30~15:00  
■ 5/7から4回 (5~6月) ■ 14,520円

## サンスクルト語で読む「法華経」(抜粋)

大正大学仏教学部講師 倉西 憲一

■ 第2・4火曜 19:00~20:20  
■ 4/12から6回 (4~6月) ■ 22,440円

## たのしい朗読のすすめ

元NHKアナウンサー 好本 恵

■ 第2・4火曜 10:30~12:00  
■ 4/12から12回 (4~9月) ■ 43,560円

## <入会と受講のご案内(受講規約抜粋)>

●NHK文化センターは原則会員制です。会員証は全国のNHK文化センターで利用できます。入会金5,500円(70歳以上の方は無料。学生1,650円)・有効期間3年間(以降も継続して受講する場合は無料)●短期講座など一般料金の設定のある講座は入会せずに受講できます。●受講料は前納制です。期の途中から受講される場合は、残りの回数相当分の受講料をお支払下さい。●テキスト代や教材費等、別途必要になることがあります。●講座は見学(20分・無料)と体験(有料)ができます。(除外国講座あり)●講師の都合などで日程、時間を変更することがあります。●受講者が遅刻に少ない場合、講師のやむを得ない事情等により、講座を延期または中止することがあります。●受講を解約される場合は、受講料から手数料(550円)と、解約時期によって所定のキャンセル料(受講料の20%もしくは30%)を差し引いて払い戻します。入会金は原則払い戻しできません。教材費は払い戻しできないことがあります。●料金のお支払は、現金、クレジットカード、振込(コンビニ・郵便・郵便局・郵便局)、ホームページでのクレジット支払がご利用いただけます。

## <個人情報保護について>

NHK文化センターは、お客様の個人情報の機密保持に万全を期してまいります。お客様の個人情報は、講座に関する連絡や、NHK文化センターからのお知らせに使用させていただきます。お客様のサービス向上を目的として利用させていただきますが、ご本人の同意なしに第三者に開示したり、提供したりすることはありません。

## お申し込みの手順

ホームページにて  
NHKカルチャー 青山 検索

※24時間受付中 クレジットカード支払

電話で予約 TEL. 03-3475-1151

※予約後2週間以内支払手続き 窓口・振込(郵便局・コンビニ)  
(休業日)4/29(金)~5/5(木)、8/11(木)~8/16(火)

## 「青山一丁目駅」直結の好アクセス!

東京メトロ半蔵門線・銀座線/都営大江戸線「青山一丁目」下車、南青山方面改札を出て新青山ビル西館地下1階よりエレベーターで

東京都港区南青山1-1-1  
新青山ビル西館4階