

NHKカルチャー 40th ANNIVERSARY

NHK文化センター さいたまアリーナ教室 冬の講座案内



さいたまアリーナ教室 6F受付はエレベーターでどうぞ... 所在地 埼玉県さいたま市中央区新都心8番地

TEL 048-600-0091

NHKカルチャー 検索 www.nhk-cul.co.jp

受付開始 11月20日 水曜 9:30 受講生募集!

【受付時間】月曜日～金曜日=9:45～19:30 土曜日=9:45～16:30

【休業日】日曜・祝日・振替休日 ※12月29日(日)～1月5日(日)は休業 ※1月13日(月・祝)、2月24日(月・祝)は営業

小塚崇彦の銀盤解説... 小塚崇彦 卓越したスケートイングスキルで世界を舞台に活躍した小塚さん...

地曳いく子のファッションセオリー 買う幸福... 地曳いく子 一つ買ったら三つ捨てられる?...

日本一わかりやすい哲学教室 「ソクラテスの弁明」を手がかりに... 西研 東大医科大教授、哲学者

体感詩・万葉集 令和に読みたい名歌... 上野誠 万葉学者・奈良大学教授

かんたん英語でSAITAMA紹介... 江口裕之 Eテレ「トラジャパン」講師

長谷川勝彦の朗読サロン... 長谷川勝彦 NHKスペシャルなど数々の大型番組のナレーションを担当する講師が、流澤龍彦、三浦哲郎の作品世界をお届けします。

イタリア・ルネサンスの精華 サン・ピエトロ大聖堂と巨匠たち... 小倉康之 プラマンテ、ラファエロ、ミケランジェロ...

明智光秀と織田信長 本能寺の変への道... 金子拓 2020年のNHK大河ドラマで注目が集まる明智光秀...

古代出雲の神話... 瀧音能之 東京での特別展「出雲と大和」を機に、出雲神話の世界に分け入ります。

やさしい楽典入門 クラシック音楽をより楽しむために... 中山博之 楽譜が読める音楽がより楽しくなり、幅が広がります...

体験受講OK! 10月開講の新講座 思想として読む『法華経』... 植木雅俊 仏教思想研究家

古代の日本列島を旅する 古事記・日本書紀・風土記・万葉集... 三浦佑之 千葉大学名誉教授

話し方を磨くボイストレーニング... 小野由紀子 自分の声を磨くための正しいボイストレーニング方法を実践を交えて具体的に学びます。

失敗しない老人ホームの選び方... 中村寿美子 介護コンサルタント

片付け職人・古堅純子が伝授する! 空間が変われば心が変わる片付け講座... 古堅純子 現場第一主義で20年、2000軒以上のお宅を訪れて整理・収納・お掃除をしてきた講師が、前向きに生きるための片付けの極意を伝授。

もうひとつの幕末人物伝 時代を動かした知られざる英雄たち... 神田外語大准教授 町田明広

覇権の世界史... 宮崎正勝 前北海道教育大学教授 前NHK高校講座「世界史」常勤講師

お勤め帰りの手話入門... 所智子 NHK「ワンポイント手話」アシスタント

SAM(TRF)監修 シニアのための健康イージダンス... HARUNA TVで大反響!無理のない楽しいダンスで、普段動かないような体の部分を動かす...

褒められる立ち姿に! 女性のための健康運動... 佐々木貴子 コアコンディショニングJCCA ベンチインストラクター

おためし短歌入門... 小島なお 歌人、コスモス短歌会所属、同人誌「COCOON」編集委員

十七音の世界を楽しむ... 佐藤博美 「香月」特別同人、俳人協会評議員

【10名限定】女子アナメイクの秘密... 宮澤結弦 アナウンサーのメイク指導もする講師の特別レッスンで、好感度抜群の新しい自分を発見!

タカラジェンヌのアップヘアとポイントメイク... 初姫さあや 舞台の外でも素敵なタカラジェンヌのみならず、編み込まなくても素敵にまとまる娘役風アップヘアと、おでかけが楽しくなる簡単ポイントメイクをご紹介します。

タカラヅカ式 健康ストレッチ... 天霧真世 健康美エクササイズトレーナー 元宝塚歌劇団星組男役

tricotのかわいいアイシングクッキー... 結城涼子 クリスマスパティーやプレゼントにアイシングクッキーはいかがですか。

ユイミコさんのかわいい和菓子 紅梅と祝松の練切り... ユイミコ お正月らしい梅と松の練切り2種をそれぞれ2個作ります。

糸かけ曼茶羅ワークショップ イロドリりな世界ようこそ... 吉川あい子 色彩と数字が織りなす美しい糸かけ曼茶羅。無心になって糸をかけることでリラクゼーション効果も抜群。完成した曼茶羅はインテリアやプレゼントに。(48ピンの作品を作ります)

わたしのアトリエ 日本画ワークショップ 金地に南天を描く... 加藤文博 金地に定着し易い人工樹脂を使い岩絵の具で描きます。描きやすい道具を使いますので初めての方もぜひどうぞ。

CHAJIN花教室... CHAJIN 季節の花合わせと雑貨テイスト溢れる器選びが人気の鎌倉アトリエ教室の出張レッスン。初めての方でも気軽に楽しめます。

季節のドライフラワーレッスン... 七井祐子 ナチュラルドライフラワーの繊細であたたかな表情と香りに包まれながら、季節を感じるアレンジを楽しみます。

佐藤法雪のウチのこそっくり羊毛人形教室 猫レリーフコース... 佐藤法雪 リアルな猫の表現で評判の猫人形作家が指導。可愛い猫顔のレリーフ(半立体)を羊毛フェルトの手法で作成します。

やさしい色鉛筆画 キウイを描く... 稲月ちほ 皮の茶色のけげばと黄緑の果肉のコントラストが面白いキウイを題材に、色の使い方や描くコツなどを教えます。

木版画 春のグリーティングカード... 鷲野佐知子 木版画でグリーティングカードを作ってみませんか?下絵を用意しますので気軽に参加ください。

教養 講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
古代地中海世界とローマ帝国 日本女子大学学術研究員 佐藤 育子 第4水曜 10:30~12:00 3回(1~3月) 9,636円

文芸 講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
俳句はじめの一歩 一歩楽しく詠む詠む一歩 「秋」主宰「天海」特別同人 佐怒賢 正美 第4月曜 13:00~15:00 3回(1~3月) 9,636円

朗読・くらし 講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
朗読入門 長谷川 勝彦の朗読ゼミナール 元NHKアナウンサー 長谷川 勝彦 第1土曜 13:00~15:00 3回(2~3月) 9,273円

花 ほとんどの講座は花材費が別途必要です
講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
いけばな 草月流 初級・上級 毎月流師範会理事 白鳥 水海 第2-4金曜 13:30~15:30 6回(1~3月) 初級15,840円 上級17,886円

書道・カリグラフィー・写真 講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
書道 かな 基礎から応用まで 読売書法会理事・審査員 田原 澄子 第1-3水曜 10:00~12:30 6回(1~3月) 17,886円

絵画 講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
はじめてのデッサン 一水会委員 新井 隆 第2-4月曜 10:00~12:00 6回(1~3月) 20,592円

手芸 教材費が別途必要です
講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
ヨーロッパの繻い技術 装飾ダーニング テキスタイルデザイナー 森野チエリ/インストラクター 野口 光 第3月曜 14:00~16:30 3回(1~3月) 16,698円 教材費1,527円

手芸 教材費が別途必要です
講座名 講師名 開催日・時間 回数期間 受講料
羊毛フェルト刺繍&クラフト アトリエ21主宰 新井 ますみ 第4水曜 13:30~15:30 3回(1~3月) 8,943円

ほとんどの講座は見学(時間制限あり)・有料体験ができます。詳細は、お問い合わせください。[一部講座(新講座の初回、満席のクラス等)を除く]

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like ナンタケットバスケット, つまみ細工かんざし, 白樺樹皮細工, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like きくち体操, 転ばない身体づくり, 自分でできる足踏み健康法, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like おしゃべりバスの「歌がうまくなる!」講座, おしゃべりバスの楽しいヴォイストレーニング講座, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like ジャズ・ボサノバボーカル&ボイストレーニング, ジャズヴォーカルレッスン, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like 大人のためのクラシックバレエ入門, 大人のためのやさしいバレエ, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like リコーダー・アンサンブルを楽しむ, リコーダーを楽しく, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like たのしいオカリナ, やさしいウクレレ, ケーナで名曲を吹こう, etc.

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like 謡曲 観世流, 仕舞 観世流, 長唄三味線入門, etc.

英語・その他の外国語

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like これで話せる! 会話に役立つ英文法, おしゃれ英会話, etc.

現地講座

Table with 5 columns: 講座名, 講師名, 開催日・時間, 回数・期間, 受講料. Includes courses like 散歩力の付く江戸・東京ガイダンス, ぶらり鎌倉散策, etc.

お申込手順, 窓口・電話で予約, 受講手続き, 入会金, 手続き完了, NHK文化センターさいたまアリーナ教室, TEL.048-600-0091, www.nhk-cul.co.jp

冬のからだに効く！ダンス・健康講座

セビジャーナスを踊ろう!

日本フラメンコ協会理事
鈴木 真澄 阿部 麻実

古くから庶民の踊りとして親しまれる曲「セビジャーナス」。初めての方でも楽しく踊れます。講座の中では経験者のレッスンも使っています。

●12/17、1/14(火)
19:00~20:15
●各日 会員・一般 2,750円

日時 フラメンコ ● 毎火曜 19:00~20:15
● 1/7から11回(1~3月) ● 32,791円

インドムビーダンス

ポルウッドダンス講師 **Mikan(みか)**

悲しい時でもつらい時でも笑顔で踊って吹き飛ばしちゃおう、そんなインド映画のミュージカルダンスと一緒に踊ってみませんか?

●第1・3火曜 19:00~20:45
●1/15から5回(1~3月) ●16,610円

はじめてのソウル&ディスコダンス(昼・夜クラス)

JIN DANCE FACTORY
tomoto

70年~80年代に流行したソウルミュージックの、懐かしいダンスを踊りましょう!ステップの基本から教えます。

●第2・4火曜
昼クラス 15:30~17:00
夜クラス 19:00~20:30
●1/13から6回(1~3月) ●各 17,886円

大人のためのK-POPダンス入門

ダンスインストラクター
華練

人気のK-POPの振り付けを楽しむかわりやすくご指導します。初心者の方でも安心して受けられるダンスレッスンです。

●第1・3火曜 19:00~20:00
●1/7から6回(1~3月) ●16,500円

タップダンス

ダンサー
菅 望

タップダンスは年齢を問わず楽しめるダンスです。日頃動かさない足を動かすことで神経の伝達も発達し、全身でリズムを感じることが出来ます。

●第2・4火曜 15:00~16:30
●1/8から6回(1~3月) ●16,500円

腰掛タップダンス

プロタップダンサー
MAYU

椅子に腰掛けたままのタップダンス。腹筋をはじめ下半身全体の筋肉が鍛えられ、足腰の健康維持に最適です。音楽にのって楽しく踏みましょう!

●1・3週クラス ●第1・3火曜 11:30~12:30
●1/6から6回(1~3月)
●2・4週クラス ●第2・4火曜 11:30~12:30
●1/13から6回(1~3月)
●各 17,886円

ちりめんのお細工ものお雛様

飯田 晋世

江戸の昔より伝承されてきた「お細工物」。懐かしい古布を使い手のひらサイズのお雛様を作ります。初めての方にも丁寧にご指導します。

●1/21(火) 10:00~14:30
●会員 4,004円 一般 4,576円
教材費 3,080円

木目込人形 未広雛を作る

久月人形学塾特別講師 **昇 優久**

日本の伝統工芸木目込人形、未広雛を作ります。初めての方にも丁寧にご指導します。

●1/22、1/29(水) 10:00~12:00
●会員 6,424円 一般 7,568円
教材費 5,830円

パド・ドゥのパリスタイルアレンジメント もう一度パリハ

監修 Pas de deux 代表 **田島 由紀子**
担当 Sweet Brier 主宰 **大内 亜紀**

色鮮やかなパリを思わせる四季折々の花々でのレッスン。その一瞬一瞬へのこだわりを花に託し、レッスンを通してパリへまた訪れたいくなる...そんな時間を一緒に過ごしましょう。

●第2土曜 13:30~15:30
●1/11から3回(1~3月)
●9,273円 花材費 各回 7,700円

カルトナージュのリボントレイ

cocohouse認定講師
Atelier Jasmine主宰 **武田 絵里**

厚紙を組み立てて布を貼るフランスの伝統工芸カルトナージュで、鍵やアクセサリー置きになるトレイを作ります。(色はピンクとベージュから選択)

●2/20(木) 10:30~12:30
●会員一般 3,091円 教材費 1,100円

日時 ●第3木曜 10:30~12:30
●1/16から3回(1~3月) ●9,273円

ベリーダンス

アルカマラーニ **RYUSHA(リュウシャ)**

アラブの踊り、ジブシダンス等の伝統舞踊を融合したベリーダンス。年齢を問わず、アンチエイジングに効果的なインナーマッスを鍛え、美しく柔らかなダンスを楽しみましょう。English speaking available

●毎月曜 19:00~20:30
●1/6から10回(1~3月) ●27,500円

クリスマス・お正月を楽しむ

北欧の手しごと 白樺のクリスマス飾り

birchtagu工房主宰 **小林 卓**

北欧の伝統工芸「白樺樹皮細工」のクリスマス飾りを作ります。北欧らしい落ち着いたデザインなので、クリスマスだけでなく、冬のインテリアとしてもおすすめです。

●12/5(木) 10:00~12:30
●会員 3,432円 一般 4,004円
教材費 ツリ 3,300円 オーナ 1,980円

ericさんのかわいい 小さな消しゴムはんこ

消しゴムはんこ作家
eric(松原 衣理子)

かわいいはんこでクリスマスカードや年賀状を飾りましょう。図案は簡単なものからハイレベルのものまで。好きな図案を選んで彫ります。

●12/7(土) 14:00~16:00
●会員 3,432円 一般 4,004円
教材費 2,310円

カリグラフィでクリスマスカード

カリグラフィ師
佐伯 靖子

プレゼントに添えて喜ばれるクリスマスカード。No.610の手書き文字に飾りを加えて華やかに仕上げます。道具は貸し出しますので、お気軽にご参加ください。

●12/2(月) 10:30~12:00
●会員 2,981円 一般 3,553円
教材費 550円

はじめてのソウル&ディスコダンス(昼・夜クラス)

JIN DANCE FACTORY
tomoto

70年~80年代に流行したソウルミュージックの、懐かしいダンスを踊りましょう!ステップの基本から教えます。

●第2・4火曜
昼クラス 15:30~17:00
夜クラス 19:00~20:30
●1/13から6回(1~3月) ●各 17,886円

大人のためのK-POPダンス入門

ダンスインストラクター
華練

人気のK-POPの振り付けを楽しむかわりやすくご指導します。初心者の方でも安心して受けられるダンスレッスンです。

●第1・3火曜 19:00~20:00
●1/7から6回(1~3月) ●16,500円

ジャズダンス

劇団四季出身ダンサー
増田 環

ミュージカルナンバーを中心にポップス、ロック、J-POP、そしてテーマパークで踊られている曲など、様々なジャンルの音楽で楽しく踊ります。

●毎土曜 10:30~12:00
●1/11から11回(1~3月)
●32,791円

年越しそばを打つ

「蕎麦の膳たかさご」3代目店主
宮澤 佳穂

神楽坂の「蕎麦の膳たかさご」ご主人直伝!初めての方でもご家庭で簡単に出来る打ち方で、丁寧に教えます。

●11/29(金) 14:30~16:30
●会員 3,432円 一般 4,004円
教材費 1,650円

水墨・墨彩画 色紙に干支を描く

日本自由画壇理事長
橋本 不双人
日本自由画壇常任理事
和田 伊生

干支をモチーフに色紙に描きます。初心者の方にも気軽に体験していただけます。

●12/4(水) 13:30~15:30
●会員 3,322円 一般 3,894円
教材費 770円

しめ縄から作る正月飾り

「日々花」主宰
雨宮 由か

稲藁をゆき、縄から作るお飾りです。「家内安全=輪っか」「運を揃えよう=まじり型」など、形に願いをこめて作ります。新しい年を手作りのお飾りで迎えましょう。

●12/17(火) 14:00~16:00
●会員 3,432円 一般 4,004円
教材費 2,750円

タップダンス

ダンサー
菅 望

タップダンスは年齢を問わず楽しめるダンスです。日頃動かさない足を動かすことで神経の伝達も発達し、全身でリズムを感じることが出来ます。

●第2・4火曜 15:00~16:30
●1/8から6回(1~3月) ●16,500円

腰掛タップダンス

プロタップダンサー
MAYU

椅子に腰掛けたままのタップダンス。腹筋をはじめ下半身全体の筋肉が鍛えられ、足腰の健康維持に最適です。音楽にのって楽しく踏みましょう!

●1・3週クラス ●第1・3火曜 11:30~12:30
●1/6から6回(1~3月)
●2・4週クラス ●第2・4火曜 11:30~12:30
●1/13から6回(1~3月)
●各 17,886円

血流改善! 筋膜リリース健康法

一般社団法人
日本筋膜リリース協会公認アンバサダー
松沼 ちひろ

筋膜リリース専用ボールを使用し、体のコリや疲れを改善します。自律神経を整え、健康な心身の維持・向上を目指しましょう!

●第1・3木曜 10:30~11:40
●1/16から6回(1~3月)
●17,160円 教材費 1,320円

硬筆・毛筆こどもクラブ 正しく美しく書かために

監修 毎日書道展理事 **石飛 博光** 指導 毎日書道展審査員 **西村 桃林**

美しい文字は一生の宝物!筆遣いや字の形ととり方を中心に書くことの楽しさや表現力を学びます。段級の取得もできます。

●第1・3金曜 16:40~18:30
●1/17から5回(1~3月)
●12,595円 教材費 550円

体験 ●12/20(金) ●2,519円 教材費 110円

小学校入学前のひらがな書き方クラブ

初めて鉛筆を持つお子様や初めて文房具を使うお子様に、正しい鉛筆の持ち方・書き方を身に付けましょう。(対象)4~6歳(文字に興味をもつようになったら)

●2/7、2/21、3/6(金) 15:30~16:30
●7,557円 教材費 165円

冬休み特別講座 書き初め練習会(小学生~高校生)

毎日書道会会員
中田 李輝

書き初めの練習をしましょう。講師がわかりやすく丁寧に指導します。学校の課題などがある方はお持ちください。

●12/27(金) 10:00~12:00
●小中学生 2,519円 高校生 2,860円

ちりめんのお細工ものお雛様

飯田 晋世

江戸の昔より伝承されてきた「お細工物」。懐かしい古布を使い手のひらサイズのお雛様を作ります。初めての方にも丁寧にご指導します。

●1/21(火) 10:00~14:30
●会員 4,004円 一般 4,576円
教材費 3,080円

木目込人形 未広雛を作る

久月人形学塾特別講師 **昇 優久**

日本の伝統工芸木目込人形、未広雛を作ります。初めての方にも丁寧にご指導します。

●1/22、1/29(水) 10:00~12:00
●会員 6,424円 一般 7,568円
教材費 5,830円

書を学ぶ

日展会員
毎日書道会理事 **永守 蒼穹**
毎日書道展審査員 **香川 景行**

漢字・かなの基本から古今の名著の鑑賞など書の創作の喜びが感じられるレベルまで、体系的に学びます。受講される皆さんのレベルに合わせて指導します。体験受講もできます。

●毎火曜 13:30~15:00
●1/7から12回(1~3月) ●35,772円

おつとめ帰りの朗読入門

NHK日本語センター・朗読サロン会員
濱崎 俊文

発声・発音の基本から始め、聴き手の心を動かす朗読をめざします。明治・大正の名作家から、女性作家の文章に童話・随筆・説明文まで作品を読み解き、「音の言葉」で読んでいきます。

●第1・3金曜 19:20~20:50
●1/17から5回(1~3月)
●14,300円 教材費 275円

はじめてのデジタル一眼カメラ

フォトグラファー **服部 考規**

はじめてデジタル一眼レフカメラを持つ方も思い通りの写真が撮れるように指導します。初歩のおさらいをしながら、ご希望に合わせて進めます。

●第2・4金曜 13:00~15:00
●12/13から8回(12~3月)
●25,696円 教材費 88円

フランス語でシャンソンを歌おう

シャンソン歌手
スプリーム

シャンソンの名曲を原詩で歌います。フランス語特有の発音やアクセントをお教えするので初心者でも楽しく参加できます。

●第1金曜 13:45~15:45
●12/6から4回(12~3月)
●11,924円

パド・ドゥのパリスタイルアレンジメント もう一度パリハ

監修 Pas de deux 代表 **田島 由紀子**
担当 Sweet Brier 主宰 **大内 亜紀**

色鮮やかなパリを思わせる四季折々の花々でのレッスン。その一瞬一瞬へのこだわりを花に託し、レッスンを通してパリへまた訪れたいくなる...そんな時間を一緒に過ごしましょう。

●第2土曜 13:30~15:30
●1/11から3回(1~3月)
●9,273円 花材費 各回 7,700円

カルトナージュのリボントレイ

cocohouse認定講師
Atelier Jasmine主宰 **武田 絵里**

厚紙を組み立てて布を貼るフランスの伝統工芸カルトナージュで、鍵やアクセサリー置きになるトレイを作ります。(色はピンクとベージュから選択)

●2/20(木) 10:30~12:30
●会員一般 3,091円 教材費 1,100円

日時 ●第3木曜 10:30~12:30
●1/16から3回(1~3月) ●9,273円

ミョンちゃんのからだにいい韓国料理教室

料理研究家
金明姫(キムミョンヒ)

季節に合った美味しい韓国料理を薬膳の知識もまじえながら教えます。難しいようで意外と簡単!ぜひ家で作ってみましょう。

1月 キムチほか
2月 ユッケジャンほか
3月 コムタンほか

●1/27、2/24、3/23(月) 13:30~16:00
●会員 10,296円 一般 12,012円 教材費 9,900円

無添加の有機味噌づくり

マルカワみそ常務取締役
1級みそ技能士
河崎 紘徳

創業100年を超える有機味噌蔵マルカワみそ直伝!原料にこだわった農薬不使用・無添加の味噌を作ります。麴は白米麴と玄米麴から選べます。

●3/26(木) 14:00~16:30
●会員 3,432円 一般 4,004円
教材費 1kg 2,530円 2kg 5,060円

伊賀焼窯元長谷園おいしい土鍋活用法

伊賀焼窯元長谷園土鍋コーディネーター
土村 謙二

土鍋は簡単ゴージャスで、なにより美味しい!ごはんからメイン料理、デザートまで、たっぷりの美味しい試食をまじえてご紹介。おなかを空かせてご参加ください。

●2/21(金) 11:30~13:30
●会員 3,212円 一般 3,784円
教材費 1,650円

初心者のための1DAY競馬教室 東京競馬場(府中)

中央競馬ピーアールセンター講師
馬券の種類や競馬新聞の読み方などをわかりやすくレクチャー。普段は立ち入ることのできない場所へのバックヤードツアーも。広大な東京競馬場の楽しみ方をご案内します。

●2/15(土) 9:45~17:00
●会員 4,400円 一般 4,950円

男性のお仲間がたくさん!

バンジョーを弾いてみよう

バンジョー奏者 **奈良屋 七之助**

アメリカ生まれの愉快な楽器バンジョー。誰もが知っているあの曲を講師オリジナルの色楽譜を使い、全く初めての方も経験者と一緒に楽しく演奏します。

●12/21、1/25、2/15、3/21(土) 13:00~15:00
●12,848円

体験 ●12/21(土) 13:00~15:00
●3,212円 楽器レンタル代 1,000円

津軽三味線

津軽三味線演奏家 **北村 正貴 北村 まお**

津軽三味線のダイナミックでリズムカルな即興性に富む奏法や、奥深い音色とリズムは、日本人の魂を呼び起こし心を揺さぶります。(体験受講もできます。)

●第2・4土曜 入門13:00~14:00 初中級11:00~12:00
●1/11から6回(1~3月) ●17,886円

●第1・3木曜 入門12:40~13:40
●1/16から6回(1~3月) ●17,886円

すばらしい尺八

国際尺八研修館教授
古屋 輝夫 柿塚 香 眞玉 和司

古典本曲の世界を紹介しながら、初心者の方には3ヶ月で簡単なおなじみのメロディーが吹けるようにご指導します。まずはお気軽にご見学ください。

●第1・3木曜 入門12:40~13:40
●1/16から6回(1~3月) ●17,886円

鉄道模型組み立て教室

(有)ワールド工芸技術者
田村 宗夫 前田 憲男 尼子 正隆

金属製のキットを使用し、ハンダを使って本格的に模型を作ります。教材にするのはワールド工芸製品が中心。失敗したパーツは無償提供!完成まで完全フォローします。初心者から経験者までお気軽に。

●2/1、2/29、3/7(土) 13:00~16:30
●12,012円 教材費別途

とっておきのおでかけ

講師と歩く大江戸ものがたり
~忠臣蔵~

講師 **神田 山緑**

忠臣蔵の舞台を講師が迫力満点にご案内!両国界隈を訪ねます。(現地集合・現地解散)

●12/5(木) 10:00~12:00
●会員 3,850円 一般 4,400円

異文化織りなす近代化のさががけ麻布台界隈 邸宅レストランでランチのお食事

トラベルキャスター
津田 令子

多国籍の文化が織りなす交流の地、麻布台界隈を散策し、人気の手土産をめぐって麻布十番商店街も訪ねます。ランチは東麻布の一軒家邸宅レストランです。

●3/17(火) 11:00~15:00
●会員 9,900円 一般 10,230円

ナイトランin さいたまアリーナ ランニングを始めよう!

Harriers代表
英国陸上競技連盟公認コーチ
安喰 太郎

これからランニングを始めたい方向けのクラス。ご自身のペースで体力に合った距離を走ります。ストレッチや補助トレーニング、フォームなどを習得します。

●第1・3・5木曜 19:30~21:00
●1/16から6回(1~3月) ●17,160円

はじめての風景スケッチ

独立美術協会会員 **伊東 茂広**

現地に向き四折々の自然の豊かさにふれ、その感動を個々の表現で楽しくおこなうに作品にしていきます。(冬季は教室で静物や人物を描きます。)

●第1・3水曜 10:30~12:30
●1/15から6回(1~3月) ●20,592円

仏像彫刻 C (月1回クラス)

彫刻家
菊地 文子

自分の仏像を作ってみませんか?静かに木と向きあい、刀を進めることで日常生活を離れ、自分自身を見つめる貴重な時間が得られます。

●1/6、2/3、3/2(月) 13:00~16:00
●14,421円 教材費別途

竹工芸

竹芸家
八木澤 正

日常使いの器から創作性の高い工芸品まで、作品の制作を通じて生活に用いられる楽しい作品作りを行います。

●1/21、2/18、3/17(火) 18:30~20:30
●8,943円

超らくらく!「かんたんスマートフォン」体験

スマートフォンアドバイザー

興味はあるけどよくわからない。かんたんなスマートフォンを使えない?と思っている方、初心者向けのスマートフォンを実際に触って、ゼロから楽しくわかりやすく学べます!

●1/20(月) 10:30~12:30
●会員 2,519円 一般 3,091円

はじめてのタブレット体験「超入門編」

スマートフォンアドバイザー

大きな画面で見やすい!使いやすい!使いこなせない?と思っている方、初心者向けに安心してください。実際に触って、ゼロから一緒に楽しく体験しましょう!

●2/3(月) 10:30~12:30
●会員 2,519円 一般 3,091円