

受付開始

8/23(火)  
8:30から

## 06-6367-0880

【受付時間】9:30～19:00(日曜は15:00まで) 【休業日】12/23(金・祝)、12/29(木)～1/4(水)

Webからお申し込みできます!

NHKカルチャー梅田 検索



大阪市北区角田町8-1 梅田阪急ビルオフィスタワー17F

オフィスタワー用シャトルエレベーターで15階スライロビーまで上がっていただき、17・26階専用エレベーターにお乗り換えください。10:30以降は百貨店と15階スライロビーの連絡エスカレーターもご利用頂けます。

### 名優トーク

#### あまかけ 市川右近の天翔る心

歌舞伎俳優 市川 右近 (聞き手)アナウンサー 葛西 聖司  
スーパー歌舞伎でも活躍されている大阪出身の右近さんが、来年1月に市川右團次を三代目として襲名する思いなどを語ります。

■10/22(土) 14:00～15:30 ■(会員)3,931円 (一般)4,492円



#### 町田康の文学論 ～なぜ「古典」に向かうのか～

作家 町田 康

いかに唯一無二の文学スタイルを確立したか、また最新刊『ギケイキ』など『古典』と向き合う理由や魅力について作家・町田康氏が語ります。



■11/27(日) 15:00～16:30  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円

#### 幸せの見つけ方 ～怒りと不安を退治する!～

精神科医 名越 康文

怒りと不安、この2大やっかい感情を上手くコントロールできれば、幸せはすぐ目の前に!名越式幸せの見つけ方を伝授します!



■10/17(月) 19:00～20:30  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円

#### 父を語る～娘からのラブレター～

前衆議院議員  
科学技術庁長官・外務大臣・文部科学大臣 歴任

田中 眞紀子

父・田中角栄総理の一番身近にいた娘が知っている、政治家としての素顔、父としての素顔。田中角栄ブームの今、一番聞いてみたいのは、「娘からみた父」の話をのこかもしれません。



■12/10(土) 13:30～15:00  
■(会員・一般)3,500円

#### スズケン市民講座

【共催】株式会社スズケン

■各(会員)2,376円 (一般)2,700円

(大学生まで)無料

#### 「[本音]を語るといこと」

国際日本文化研究センター教授 井上 章一

むきだしの本音は、ふつと世間にさらされる。だが、社交辞令だけでは、世の中つまらない。本音の薬味を、うまく活かせる術はないか。その活用法を、ともに考えたい。



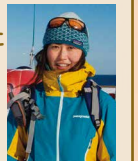
■11/13(日) 10:30～12:00

#### 北極と南極 ～生まれたての地球に 息づく生命たち～

国立極地研究所・助教

田邊 優貴子

豊富な写真、映像を織り交ぜてお話しします。



■9/24(土) 14:00～15:30

#### 志麻子流 これがオナナの生きる道

作家 岩井 志麻子

(聞き手)元NHKアナウンサー 兼本 泰興

誰が見ても「破天荒」な生き方をしているように見える彼女の、小説家としての知れざる決意や子育てへの思い、結婚・恋愛観をざっくばらんに語ります。



■10/29(土) 13:30～14:30  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円

#### 葉室麟の伝える「日本人」

作家 葉室 麟

(聞き手)元NHKアナウンサー 兼本 泰興

歴史・時代小説を通じて様々な日本人の生き方を描き続ける葉室麟さん。作品に込める想いと、対談を通じてその素顔に迫ります。



■10/15(土) 13:30～15:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円

#### 思った以上の人生は すぐそこで待っている

インド政府公認サマディマスター ヨグマタ

相川 圭子

インド政府に公認された史上初の女性ヒマラヤ大聖者、が、幸せな生き方について語ります。



■12/4(日) 15:00～16:30  
■(会員)3,931円 (一般)4,492円

#### 春野恵子の「浪曲」が 10倍くらい楽しくなる講座

浪曲師

春野 恵子(ケコ先生)

屋敷よりドラマチックな浪曲を!今回は井原西鶴作「梅屋おせん」!最初に浪曲の楽しみ方レクチャーもおこないます。



■10/31(月) 13:00～14:30  
■(会員)3,153円 (一般)3,715円

#### 越乃リュウの ミュージカルレッスン

元宝塚歌劇団月組組長

越乃 リュウ

まずは動いて!歌って!ミュージカルを楽しむましょう。基本練習(振付・歌・ダンス指導)から宝塚メイクにも挑戦!



■10・11月指定火曜 18:45～20:15 10/4から  
■6回(会員)16,848円 (一般)20,217円

#### 素顔の田中角栄 ～密着2年半を振り返る～

報道写真家 山本 皓一



今なぜ角栄ブームなのか?80年代の絶頂期を2年半にわたり撮り続けた写真家がその素顔と魅力を語ります。

■11/5(土) 11:00～12:30  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円

#### 子育てにおける 親の心構えと特別な方法

【著】東大理工3兄弟を育てた母の秀才の育て方 著者

佐藤 亮子

子育ては悩みと迷いの連続です。話題の佐藤ママが実践した、親子が楽しみながらできる、子どもの力を伸ばす方法をご紹介します。



■10/29(土) 14:00～15:30  
■(会員)3,153円 (一般)3,715円

#### 90分でわかる西洋絵画 印象派とは何か・近代編パート2

編集者・評論家

山田 五郎

「知識ゼロからの西洋絵画入門」の著者で西洋絵画に造詣の深い、山田五郎流絵画の見方。



■11/26(土) 14:00～15:30  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円

#### <金運UPシリーズ> お金があるからハッピーではなく ハッピーだからお金が集まるのです。

作家 中谷 彰宏

◎10/7(金) [金運UPダイエット術]

◎10/21(金) [金運UPゴキゲン術]

◎11/11(金) [金運UPレディ術]

◎11/25(金) [金運UP出会い術]

◎12/9(金) [金運UPオーラ術]



■各19:00～20:30  
■各(会員)4,492円 (一般)5,054円

### 秋のNHKおすすめ講座

#### 短期 朝ドラを10倍楽しむ方法

同志社女子大学 情報メディア学科教授

影山 貴彦

NHKの朝ドラの魅力を探りながら、テレビの舞台裏や観るポイントをお話します。テレビをもっと楽しめる愉快な講座です。



■第1金曜 10:30～12:00 10/7から  
■5回(会員)15,174円 (一般)17,982円

#### 『世界入りにくい居酒屋』

番組プロデューサー

久保 健一

人気番組の見えない制作の苦労や印象に残った現場、制作の舞台裏をお話いただきます。



■9/17(土) 13:30～15:00  
■(会員)3,024円 (一般)3,564円

#### 『NHKラジオ深夜便』の裏側で

ラジオ深夜便アンカー 中村 宏

真夜中のくつろぎ「NHKラジオ深夜便」はゆったり楽しめる大人の番組。でも、その裏側には泣き笑いのエピソードがいっぱい!



■10/15(土) 14:00～15:30  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円

#### 『サラメシ』～舞台裏に迫る～

番組プロデューサー

石井 香織

人気番組「サラメシ」立ち上げスタッフが、番組の企画から舞台裏までたっぷり話します。暮らしに役立つヒントが得られるかも!??



■9/10(土) 15:30～17:00  
■(会員)3,024円 (一般)3,564円

#### 水野解説委員が語る! 日本の科学技術最前線

NHK解説委員

水野 倫之

宇宙で活躍中の大西飛行士、113番元素ニホニウムとは?福島第一原発はどうなった?日本の科学技術の最新情報とその裏側をお伝えします。

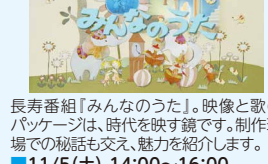


■11/26(土) 13:00～14:30  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円

#### 『みんなのうた』55年の秘密

元NHKプロデューサー

川崎 龍彦



■11/5(土) 14:00～16:00  
■(会員)3,034円 (一般)3,596円

### もっと楽しく健康に

#### 無料講座 聞こえと補聴器の話 ～良い聞こえで毎日をもっと楽しく～

認定補聴器技能者 荒木 浩二

「聞き返し」は加齢による聞こえの低下が原因かもしれません。豊かなコミュニケーションに欠かせない「聞こえ」について学びましょう。

【協賛】ブルームヒアリング株式会社  
■11/12(土) 14:00～15:30 参加無料(要事前申込)

#### ホルモンを整えて「美腸・スリミング」 ～ボール・シェリー式全身リンパマッサージ～

美容教育指導家 井上 慧子

美容業界52年の講師が、プロ向けのマッサージを、自宅で簡単にできるように指導します。(講師書プレゼント)



■10/19(水) 10:30～12:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円

#### もっと楽に幸せな夫婦関係 ～うつにならない生き方～

循環器科専門医・大阪樟蔭女子大学

健康栄養学部教授

石蔵 文信

夫が原因で妻が不調になる夫婦関係の名医が、解決法を語ります。

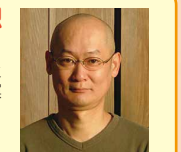


■10/31(月) 14:30～16:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円

#### 短期 マインドフルネス瞑想

高野山大学教授 井上 ウィマラ

仏教に起源をもち心理療法や医療に活用されているマインドフルネス瞑想を学びましょう。



■11/17、12/15(木) 14:45～16:45  
■2回(会員)11,232円 (一般)12,355円

#### アロマハンドセラピスト 育成1日集中講座

～大切な人を癒せる人になる～

(株)STELLA・MARIS産病棟アロマセラピスト

佐々木 恵子

脳の活性とリラックス効果で認知症の予防にもなる話題のアロマの基礎とハンドマッサージを身に付けて、あなたも家族のセラピストに。



■10/29(土) 10:00～17:00  
■(会員)19,094円 (一般)19,656円 (教材費)3,240円  
※修了書発行可(別途3,240円)

### 芸術の秋

#### 新 日本絵画史を再考する ～桃山・江戸・明治～

美術史家 狩野 博幸

永徳と等伯はどちらが改革者なのかをはじめ、美術史の通説を再検討していきます。



■第3火曜 13:00～14:30 10/18から  
■6回(会員)17,560円

#### 新 季節の花を描く～水彩画～

主体美術協会会員

森 慎司

花を描くと心がやすらぎます。絵筆を持つのが初めての方も描いてみませんか?



■第1木曜 15:30～17:30 10/6から  
■6回(会員)17,560円

#### 短期 信仰と美術、そして人

帝塚山大学 文学部教授

西山 厚

深い信仰から生まれた仏教美術。その信仰内容や高僧の生涯を、美しい画像を使って語ります。



■指定日曜 10:30～12:00 10/9から  
■6回(会員)16,848円 (一般)20,217円

#### 透明水彩に活かすマスキング技法 あべとしゆき

濃い色から先に描く技法や、「マスキング」技法などで、透明感のある水彩画の描き方が体得できます。写真はイメージです。



■11/3(木) 13:00～16:00  
■(会員)5,616円 (一般)6,177円

#### 透明水彩で風景を描く

日本水彩画会理事

加藤 英

イタリアの風景を描きます。デモンストレーションと実践を繰り返して上っていきます。



■10/17(月) 12:30～16:30  
■(会員)8,424円 (一般)8,985円

#### 短期 6回完結! プロが教える デジタル一眼カメラ ～はじめの一歩～

日本写真家協会会員(JPS)

柴田 明蘭

講義と作品講評で構成する6回講座。  
※撮影実習日はありません。



■第4水曜 18:30～20:30 10/26から  
■6回(会員)19,440円 (一般)22,680円

満70歳以上  
中学生以下

入会金  
無料

●はじめての方は入会金5,000円+税が必要です。(学生は1,500円+税)  
●一般料金の表示がある講座は、会員以外の方も受講できます。  
●一日・短期講座以外は、10～12月または10～3月までの回数・金額を表記しています。  
●お子様を連れてのご受講、並びに受講生本人以外の方との同伴での受講はご遠慮ください。

●教材費など明示されていない場合でも、別途必要になることがあります。  
●ほとんどの講座は 無料見学 もしくは 有料体験 できます。  
●お申込み前に5面下の「受講規約抜粋」をご覧ください。

お申込  
手順

お電話・窓口  
でご予約

窓口・WEB・振込で  
10日以内にお支払いを



教養

文学・哲学

短期 織田作之助の世界～「夫婦善哉」を中心に～

大阪文学振興会委員、オダサク倶楽部副代表 高橋 俊郎  
なぜオダサクは大阪にこだわったのか?代表作『夫婦善哉』を中心に  
豊穣な独自の世界を謎解きます。最終回はゆかりの地を探索。  
■10/19、11/16、12/21(水) 15:30～17:00  
■3回(会員)8,780円 (一般)9,784円



短期 フランス文学への誘い

～今こそ読む「異邦人」～  
千里金蘭大学名誉教授 御輿 倫己  
語りつがれる衝撃作を、  
現代の視点から読み直  
し、著者カミュのメッ  
セージを探ります。  
■10/29、11/12(土) 10:30～12:00  
■2回(会員)6,069円 (一般)7,192円



太宰治『斜陽』再読

～「かす子」はいかに変わったか?～  
大阪大学大学院文学研究科  
准教授 斎藤 理生  
内容を確かめた上で、ヒロイ  
ンを中心に丁寧に読み解き  
ます。名作『斜陽』の新しい表  
情を見出せることでしょう。  
■10/29(土) 10:30～12:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



与謝蕪村の俳句

～生誕300年に寄せて～  
俳人、佛教大学名誉教授  
坪内 稔典  
50歳以降、蕪村の俳句  
は豊かに開花しました。老い  
の俳句の魅力  
を、作品の鑑賞を通して考え  
ます。  
■9/10(土) 10:30～12:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,348円



歴史・宗教

新 一年で学ぶ 密教と曼荼羅

高野山大学非常勤講師  
中原 慈良  
密教の教えに日常の悩みに  
向き合うヒントを得ること  
もあるでしょう。日本の  
曼荼羅を中心に密教を一  
緒に学んでみましょう。  
■第2日曜 13:30～15:00 11/13から  
■5回(会員)15,174円



井沢流歴史の見方

～古代編Ⅲ～  
作家 井沢 元彦  
学校でも教えてくれない  
「本当の歴史」という知識  
の海にご招待。「具例例」  
から「知ってるつもり」の常  
識が覆るかも。  
■第1土曜 13:30～15:00 10/1から  
■6回(会員)20,217円



短期 服飾の日本史論

～甲冑、着物、洋服、  
世界との関わりから～  
滋賀県立大学准教授  
横田 尚美  
日本の服飾史を、戦国時代  
から大戦後まで、世界史に  
照らしながら紹介します。  
■第3金曜 11:00～12:30 10/21から  
■6回(会員)18,921円 (一般)22,291円



短期 名所図会でめぐる

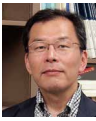
江戸時代の大坂  
天理大学准教授 西野 由紀  
「名所図会」はこんにち  
でいう街歩きガイド  
ブックです。江戸時代の  
上方文化と人びとの生  
活とをご紹介します。[紙上の町]をいっしょに  
「散策」しませんか。  
■10/28、11/25(金) 15:00～16:30  
■2回(会員)5,853円 (一般)6,976円



世界に学ぶ

イギリス文化の社会史

神戸市外国語大学教授  
指 昭博  
意外に豊かなイギリス  
文化の世界を歴史の視  
点から探ります。  
■第1月曜 10:30～12:00 10/3から  
■4回(会員)11,707円



アメリカ大統領選の結果と

日米関係  
神戸大学大学院文学研究科教授  
簗原 俊洋  
開講時点で決まってい  
る新アメリカ大統領の  
下、日米関係や世界に  
横たわる問題はどうか  
なるのか、これからの  
日米関係を占っていただき  
ます。  
■12/1(木) 10:30～12:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



ダルトンが生きた時代の

フランス社会史  
神戸大学大学院准教授  
小山 啓子  
テレビでもおなじみの  
「三銃士」。ダルト  
ニヤンの生き様から  
17世紀のフランス社会を考え  
ます。  
■11/29(火) 10:30～12:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



芸術

楽しいバロック

～オンブラ・マイ・フ～  
音楽学者 音楽評論家  
横原 千史  
ピアノ演奏  
横原 栄  
バロック・オペラは音楽の歴史の原点で  
す。その華麗なる世界を楽しみましょう。  
■10/16(日) 14:00～16:00  
■(会員)3,034円 (一般)3,596円



生誕110年 ショスタコーヴィチ

苦難を超えて  
スターリン圧政下、  
常に死と隣り合せの  
状況で、名曲を生み  
だした作曲家。ピア  
ノ演奏と共にその魅力に迫ります。  
■11/16(水) 10:30～12:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



レオナルド・ダ・ヴィンチ全絵画作品

国立ルーヴル学院卒、  
美術史研究者 矢澤 佳子  
「真作」とされるダ・ヴィン  
チの絵画作品を一挙にご  
紹介いたします。  
■11/20(日) 14:00～16:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



定時講座 ルーヴル美術館の作品をじっくりイタリア絵画

■第3木曜 13:30～15:00 10/20から  
■5回(会員)14,040円

ロマン主義とオペラ

関西外国語大学特任教授  
谷本 慎介  
ロマン主義はヨーロッ  
パ近代の精神運動で  
す。人間の心の「無意  
識」をキーワードとして、  
オペラに迫ります。  
■第3金曜 10:00～12:30 10/21から  
■6回(会員)19,569円



若冲の水墨画

～象と鯨図屏風を中心に～  
MIHO MUSEUM 学芸員 岡田 秀之  
若冲にとって非常に重  
要だった水墨画。「象と  
鯨図屏風」を中心にその  
制作態度と作品の素晴  
らしさに迫ります。  
■11/22(火) 13:00～14:30  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



没後50年 河井寛次郎とその作品世界

河井寛次郎記念館学芸員 鷲 珠江  
民芸運動を進めた陶芸家の河井寛次郎の孫であり、記  
念館学芸員の講師に、河井寛次郎の魅力とその作品世  
界についてお話を伺います。  
■11/3(木) 13:00～14:30  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円

日本刀の美

黒川古文化研究所 研究員 川見 典久  
高精細の刀身の拡大  
大画像を交え、日本  
刀の魅力と美しさに  
ついてお話しします。  
■12/24(土) 13:30～15:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円



西洋美術史入門

～バロック・ロココ絵画の魅力～  
成安造形大学副学長 千速 敏男  
今期は、17、18世  
紀の劇的でダイナ  
ミックなバロック  
ミュー、典雅で官能  
なロココの絵画を  
概観します。  
■第2土曜 15:30～17:00 10/8から  
■6回(会員)17,560円



パチカン物語：殉教者の群れ

京都造形芸術大学  
名誉教授  
新井 佑造  
2000年の「パチカ  
ン」の歴史と美の広  
がり、を芸術文化史  
の視点で取り上げ  
ています。  
■第2土曜 13:30～15:00 10/8から  
■6回(会員)17,560円



立体講座

「オベラ名作劇場」  
～堂々、男の道を行く～  
音楽評論家 響 敏也  
講義で学びつつ映像鑑  
賞。今期は人気と実力  
を併せ持つバリトン5人  
を様々な角度から。  
■第3月曜 10:30～12:00 10/17から  
■5回(会員)15,174円



鳥の「会話」を科学する

～シジュウカラの音声研究～  
京大大学生態学研究センター  
機関研究員  
鈴木 俊貴  
■9/11(日)  
14:30～16:00  
■(会員)2,916円  
(一般)3,456円



戦乱の世を駆けた男たち

真田幸村と大坂の陣

大坂城天守閣館長  
北川 央  
大坂の陣勃発に際し、  
敵の徳川方からも  
「日本一の兵」と絶  
賛された幸村の生き  
方、戦い方を史料に  
基づき紹介します。  
■11/16(水) 10:30～12:00  
■(会員)2,700円 (一般)3,261円



97年ぶりに復活!

玉田玉秀斎 襲名記念講座  
真田十勇士と乱世の群雄たち  
講師 旭堂 南陽  
猿飛佐助、霧隠才蔵に後藤又兵衛、奇想天外、たまにはお涙頂戴、命をかけた男たちの手に汗にぎる物語をお楽しみください。  
■10/18、11/15、12/20(火) 10:30～12:00  
■3回(会員)8,780円 (一般)10,465円



講座名	講師名	曜日・時間	(回数)受講料
心が元気になる講座	川村 妙慶	第4水曜 15:00～16:30	(6回)18,208円
般若心経 ～ラクーに生きるヒントが見つかる～	加藤 朝風	第2金曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
法華経に学ぶ	福島 正興	第1木曜 10:20～12:20	(6回)17,560円
親鸞聖人と「歎異抄」 ～その姿と思想～	中平 了悟	第2土曜 15:30～17:00	(6回)17,560円
希望の光 法然上人の教えを学ぶ	伊藤 真広 南 宏信	第1木曜 13:00～14:30	(6回)17,560円
身と心を活かす禅	宝積 玄承 宝積 玄洋	第1・3火曜 16:00～17:30	(12回)35,121円
やさしい禅と法話	奥田 道仁	第2土曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
絵画が語る聖書の世界	神田 健次	第4土曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
おもしろ怖い今昔物語	林 和清	第1金曜 10:15～11:45	(6回)16,848円
5年で読む 源氏物語	福岡 昭治	第2月曜 10:30～12:00	(6回)16,848円
源氏物語全巻を読もう ～かがり火巻・野分巻・行幸巻～	増田 繁夫	第2・4月曜 13:00～14:30	(12回)33,696円
一年で知る 源氏物語の魅力	藪 葉子	第1土曜 15:30～17:00	(6回)17,560円
絵で読む源氏物語の世界	伊井 春樹	第2・4木曜 10:30～12:00	(12回)33,696円
中世説話名作の世界 ～古今著聞集・沙石集～	山内 潤三	第2・4木曜 13:00～14:30	(12回)33,696円
徒然草を読む	磯波 美和子	第3月曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
原本で味わう「おくの細道」	瀬川 照子	第1火曜 13:30～15:00	(6回)16,848円
「文学」を旅する	槌賀 七代	第4金曜 13:00～14:30	(5回)14,040円
漢詩の鑑賞	丹羽 博之	第4木曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
知るほどおもしろギリシア神話 ～ウェルギリウスの「アエネイス」にあるローマ神話～	勝又 泰洋	第4金曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
ポピュラー音楽特講	上柴 とおる	第1日曜 13:00～14:30	(3回)8,424円
名曲の楽しみ ～名曲を名演奏で聴く～	磯野 上由枝	第4火曜 15:30～17:00	(6回)17,560円
ピアノの名曲を訪ねて ～生演奏とともに～	宮崎 剛	第3水曜 16:00～17:30	(各5回)14,040円
ショパン 愛と人生 ～生演奏とともに～	宮崎 剛	第1水曜 15:30～17:00	(各5回)14,040円
モーニングJAZZサロン	古谷 光広	第3水曜 10:30～12:30	(5回)14,634円
美術で知る聖書物語 ～キリストの復活と昇天～	浅野 和生	第3金曜 15:30～17:00	(6回)17,560円

美術で読み解く西洋思想	門屋 秀一	第1木曜 13:40～15:10	(各6回)16,848円
さかのぼって見る西洋絵画	巖 絵里	第1木曜 15:30～17:00	(5回)14,634円
イタリア・ルネサンス美術の魅力	巖 絵里	第2月曜 11:00～12:30	(5回)14,634円
人生を豊かにする 建築の見どころ	倉方 俊輔	第3水曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
やさしく学ぶ 日本工芸のみどころ	村田 隆志	第4土曜 15:30～17:00	(6回)17,560円
仏像の読み解きかた ～鑑賞の楽しみと基本～	那須 真裕美	第2土曜 13:00～14:30	(6回)17,560円
千宗旦の生涯と茶の湯の文化史 ～利休とその孫～	生形 貴重	第4金曜 10:30～12:00	(6回)18,208円
能の魅力を探る ～《猩々》物の魅力～	味方 健	第4月曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
文楽と恋の世界	阪口 弘之	第1月曜 10:30～12:00	(6回)16,848円
歌舞伎のみどころお伝えします!	宮辻 政夫	第4水曜 15:30～17:00	(6回)17,560円
名陶の美 ～その歴史と文化～	大前 宗貴	第4水曜 10:00～11:30	(6回)17,560円
古代史研究最前線	松波 宏隆	第3土曜 10:30～12:00	(6回)17,560円
やさしく読む「古事記」神話	渡部 亮一	第4土曜 15:30～17:00	(6回)17,560円
古事記を読む	毛利 正守	第4月曜 13:00～14:30	(各6回)17,560円
『日本書紀』 ～古代の魅力を探る～	毛利 正守	第1金曜 15:30～17:00	(12回)35,121円
日本書紀の世界	今井 昌子	第2・4木曜 13:00～14:30	(6回)17,560円
栄花物語を読む ～平安王朝の世界～	龍谷 寿	第3木曜 13:30～15:00	(6回)16,848円
徳川幕府十五代	笠谷 和比古	第2月曜 15:00～16:30	(各5回)14,634円
大河ドラマの武将たち ～源頼朝と足利尊氏～	大喜 直彦	第3土曜 10:00～11:30	(6回)16,848円
歴史を彩る古文書 ～戦国を生きた女性たちの手紙Ⅱ～	大喜 直彦	第1土曜 10:00～11:30	(6回)16,848円
古今東西ひと物語	林 和清	第4木曜 13:00～14:30	(6回)16,848円
もう一度学びたい日本史 ～現代史②～	向井 啓二	第4水曜 13:30～15:00	(6回)17,560円
もう一度学びたい世界史 ～ヨーロッパルネサンスの世界～	南里 章二	第3火曜 15:00～16:30	(6回)17,560円
やはり拡大し続けるイスラーム問題	小澤 克彦	第4金曜 15:00～16:30	(5回)14,634円
古代エジプトへの招待 ～ファラオの国の歴史と文化～	藤井 信之	第2金曜 15:30～17:00	(6回)16,848円
ここが知りたい 天気のツボ	南 利幸	第1月曜 13:00～14:30	(6回)16,848円

絵画・写真

新 色彩の美しさ、表現の多様性に

出会う日本画クラス[12名限定]  
日展委員  
青木 秀明  
日本画に必要な手法を  
踏まえながら、小品(4  
～6号サイズ)に作品を  
仕上げます。  
■第4日曜 10:30～13:00 10/30から  
■6回(会員)25,660円



新 6色で描く 小さな旅の風景画

(夜クラス)  
画家 やなか しのぶ  
お手本を基に様々な季  
節の風景を水彩で描き  
ましょう。丁寧に指導し  
ます。  
■第1・3木曜 18:30～20:30 10/6から  
■12回(会員)35,121円 (教材費)4,328円



新 8名限定 自分のパソコンで

写真を編集しよう(初めて編)  
デジタルオペレーター アドビ認定エキスパート  
福島 吾郎  
はじめて画像編集ソフト  
を学ぶ方向へ、自  
分のパソコンで画像を  
開く所から学びます。  
■第1月曜 10:30～12:30 10/3から  
■6回(会員)21,384円



現地 野村重存の屋外風景スケッチ

中之島公園  
画家 野村 重存  
趣味悠々でおなじみの  
講師が、描き方、構図、  
上手に見えるコツ、など  
屋外スケッチの極意を  
集中指導します。  
■12/15(木) 11:00～16:00  
■(会員)8,640円 (一般)9,288円



早描きを極めよう!!

～街をお洒落に描く!～  
水彩画教室主宰  
田崎 まさのぶ  
光と影を効果的に  
使って、街並みを  
魅力的に描きま  
す。講師のデモと実習を通して描き方の  
極意を伝授します。  
■9/26(月) 13:00～18:00  
■(会員)8,100円 (一般)9,640円



建築家に学ぶスケッチ!

すぐに役立つ遠近表現法  
都市設計家・建築家  
山田 雅夫  
奥行きや立体感  
をすばやく的確  
に描くには?速描  
スケッチの第一  
人者が指導します。(水彩または色鉛筆)  
■10/30(日) 10:00～12:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円



デッサン・

アクリル・洋画  
二紀会会員 根垣 睦子  
初めての方には画材の  
使い方から、経験者は  
個性豊かな表現を教え  
ます。自由に楽しく描く  
教室です。  
■第1・3月曜 15:30～17:30 10/3から  
■12回(会員)32,400円



講座名	講師名	曜日・時間	(回数)受講料
実力をつけるための 絵画教室	[月3回コース] 森井 宏青	第2・3・4土曜 18:00～20:30	(9回)27,313円
	[月1回コース]	第1土曜 18:00～20:30	(6回)18,208円
鉛筆デッサン ～静物を中心に～	平本 重次	第2・4金曜 13:00～15:00	(12回)35,121円
デッサン 久山クラス	久山 雅史	第2・4水曜 10:30～12:30	(各12回)32,400円
基礎からの絵画・デッサン	久山 雅史	第2・4水曜 18:00～20:00	(12回)32,400円 教材費 16,848円
デッサン (人物)	中田 幸夫	第2・4木曜 13:00～15:00	(12回)32,400円 教材費 5,184円
デッサン 根垣クラス	根垣 睦子	第2・4月曜 10:30～12:30	(各12回)32,400円
デッサン・洋画	森 慎司	第1・3日曜 13:30～15:30	(12回)32,400円
基礎をしっかり人物デッサン・クロッキー	森井 宏青	第1・3土曜 15:30～17:30	(12回)32,400円
人物画基礎 (裸婦)	森井 宏青	第1・3土曜 15:30～17:30	(12回)32,400円
色えんぴつを楽しむ	吉松 陽子	第1・3木曜 10:30～12:30	(12回)32,400円 教材費 5,184円



日曜水彩・パステル	長井 正義	第2・4日曜 10:00～12:30	(12回) 36,417円
小さいサイズに描く 楽しい水彩色鉛筆画	佐々木 麻里	第1・3金曜 10:30～12:30	(12回) 33,696円
水彩色鉛筆で描く風景画		第4水曜 13:00～15:00	(6回) 18,921円
人物を描く	山縣 寛子	第1・3月曜 10:00～12:00	(12回) 32,400円
美しい水彩 ガッシュ画	船本 清司	第1・3水曜 18:00～20:00	(12回) 32,400円
ボタニカルアート(植物画)	尾形 幸子	第1・3土曜 18:30～20:30	(12回) 32,400円
ポストカードに描く 小さな水彩画	八田 靖恵	第3土曜 10:00～12:00	(6回) 16,848円
楽しく描く水彩画	前田 香織	第1・3水曜 13:00～15:00	(13回) 35,100円
5色で簡単! 飾りたくなる水彩画	やなかしのぶ	第2・4月曜 13:00～15:00	(12回) 35,121円
6色で描く 小さな旅の風景画		第1・3日曜 10:00～12:00	(12回)35,121円 教材費 4,328円
水彩画 根垣クラス	根垣 睦子	第2・4火曜 13:00～15:00	(12回) 32,400円
絵心をみがぐ水彩画	長井 正義	第2・4土曜 13:00～15:00	(12回) 32,400円
水彩画 原田クラス	原田 たかし	第1・3水曜 10:00～12:00	(13回) 35,100円
水彩画を描く		第2・4木曜 10:00～12:00	(12回) 32,400円
水彩画を楽しむ	中田 幸夫	第2・4木曜 18:30～20:30	(12回) 32,400円
ゆっくり描く水彩画	水野 一	第4水曜 13:30～16:30	(6回) 20,217円
野村重存の水彩で描く風景画	野村 重存	第3金曜 10:00～13:00	(6回) 33,696円
基礎からの「風景水彩画」	辻本 弘次郎	第2・4火曜 10:00～12:00	(12回) 35,121円
基礎からの透明水彩画	高崎 尚昭	第1金曜 10:00～12:00	(6回)16,848円 教材費 648円
屋外と屋内で描く水彩画	三箇 大介	第2・4金曜 10:00～12:00	(12回) 31,104円
スケッチ散歩 (屋外)	水 土	水野 一	第2水曜 10:30～15:00 (各6回) 16,200円 第2土曜 10:30～15:00
風景スケッチ(屋外)	長井 正義	第2・4金曜 10:30～14:00	(12回) 32,400円
日曜スケッチ(屋外)	森 邦彦	第1・3日曜 10:30～14:00	(12回) 32,400円
関西四季のスケッチ(屋外)	坂田 芳孝	第1火曜 10:30～15:00	(6回) 16,200円
水彩&パステルで描く 人物・静物スケッチ画	中井 英夫	第1・3火曜 10:00～12:00	(13回) 35,100円
絵画 ～表現を広げる技法～	岡崎 浩	第1・3木曜 18:30～20:30	(12回) 35,100円
着衣の女性を描く	河村 雅文	第1・3火曜 13:00～15:00	(12回)32,400円 教材費 15,552円
洋画 櫻井クラス (第1・3土)	櫻井 晨正	第1・3土曜 10:00～12:30	(6回) 18,208円
洋画 櫻井クラス ～人物を描く～ (第2・4土)		第2・4土曜 10:00～12:30	(6回)18,208円 教材費 6,480円
洋画 岡崎クラス	岡崎 浩	第2・4火曜 10:00～12:30	(12回) 36,417円
洋画 小柳クラス	小柳 晟	第1・3木曜 10:00～12:30	(12回) 34,992円
洋画 定森クラス	定森 満	第2・4木曜 10:00～12:00	(12回) 32,400円
身近なものを絵にしよう	永井 珪子	第2・4土曜 15:30～17:30	(12回) 32,400円
日曜絵画 北クラス	北 誠一	第1・3日曜 10:00～12:30	(12回) 36,417円
日曜絵画 長井クラス	長井 正義	第2・4日曜 13:30～16:00	(12回) 36,417円
4時間でじっくり描く洋画教室	辻 司	第1・3金曜 13:00～17:00	(6回)33,696円 モデル代 16,200円
木版画	上田 善文	第3土曜 13:30～15:30	(6回) 16,200円
木版画を楽しむ 作品制作講座	黒崎 彰 妹野 順枝 土 野	第2・4土曜 16:00～18:00	(各12回) 33,696円
木版画を楽しむ 基礎実技講座		第1・3日曜 13:00～15:00	
暮らしを彩る木版画 ～はがきや小物を彩る～	森崎 典子	第1土曜 13:30～15:30	(6回) 20,217円
日本画を楽しく ～自由な感性で描こう～	山崎 ゆう子	第2・4月曜 10:30～13:00	(12回) 36,417円
日本画 上野クラス	午前 午後	上野 富二郎	第1・3月曜 10:30～13:00 (各12回) 36,417円 第1・3月曜 14:00～16:30
日本画の基本	土 水	(監修)上村 淳之 谷村 能子 (監修)上村 淳之 灰島 藤淳	第1土曜 13:30～16:30 (各6回) 23,587円 第3水曜 13:00～16:00
日本画 谷村クラス	④水	谷村 能子	第4水曜 14:00～16:30 (各6回) 18,921円
日本画 谷村クラス経験者クラス	①水		第1水曜 12:30～15:00
日本画をやさしく	小西 敦雄 小西 道子	第1・3木曜 13:30～16:30	(12回) 36,417円
日本画 ～色彩豊かに描く～	岡村 倫行	第1・3火曜 15:30～18:00	(12回) 36,417円
水墨画 月居クラス	午前 午後	月居 和子	第2・4土曜 10:00～12:00 (各11回) 30,888円 第2・4土曜 13:00～15:00
水墨・墨彩画 北小路クラス		北小路 紅女	第1・3土曜 10:00～12:00 (12回) 33,696円
水墨画 ～風物詩を描く～	西浦 布容 西浦 光洋	第1・3木曜 13:30～15:30	(12回) 33,696円
美しい色の墨彩画	武井 香璋 (助手)北山 裕枝	第1・3火曜 13:00～15:00	(12回) 33,696円
雅絵 ～墨彩画に便りをのせて～	澤田 憲一	第1火曜 13:30～15:30	(6回) 16,848円
やさしい墨彩画&実用書道 Aクラス	(監修)宝生 麻衣 (講師)生田 江	第2木曜 18:45～20:45	(各6回) 17,560円
やさしい墨彩画&実用書道 Bクラス		第4木曜 18:45～20:45	
日曜 水墨画	午前 午後	高橋 直人 竹内 由花	第1・3日曜 10:30～12:30 (各12回) 33,696円 第1・3日曜 13:30～15:30
中国水墨画	月 金	陳 允陸	第2・4月曜 15:30～17:30 (各12回) 33,696円 第1・3金曜 15:30～17:30
はがき俳画	山本 青壺	第3火曜 13:00～15:00	(6回) 16,848円
俳画 翔穂クラス	本田 翔穂	第1金曜 13:00～15:00	(6回)20,217円 教材費 6,480円
俳画 明穂クラス	本田 明穂	第2水曜 13:00～15:00	(6回)16,848円 教材費 6,480円
仏画を描く	①③土 ②④土	諸橋 重慧	第1・3土曜 10:00～13:00 (各12回) 40,435円 第2・4土曜 10:00～13:00
やすらぎの仏画	久保田 聖淳 成久田 仙園	第3木曜 10:00～12:00	(6回) 16,848円
初めての一筆画	水野 彩月	第1月曜 13:00～15:00	(6回) 16,848円
はがき書画を描く	(監修)八田 香園 (講師)小崎 雅樹	第1水曜 10:00～12:00	(6回) 15,552円
和のイラスト講座	祐祐(あゆゆう)	第3月曜 13:00～15:00	(6回) 17,560円
絵手紙 近藤クラス	近藤 恵子	第2・4木曜 10:00～12:00	(12回) 31,104円
絵手紙 青木クラス	青木 加津子	第2・4木曜 15:30～17:30	(12回) 31,104円
絵手紙 山尾クラス	山尾 千津子	第1・3火曜 10:00～12:00	(12回) 31,104円

写真 藤江クラス	藤江 宏		第2・4土曜 13:00～15:00 撮影会は第④土曜10:00頃集合	(12回) 32,400円
写真 川村クラス (デジタル一眼レフ)	川村 高弘		第1・3月曜 16:30～19:00 撮影会は第③月曜10:00頃集合	(12回) 32,400円
写真 矢野クラス	午前	矢野 建彦	第1・3月曜 10:00～12:00 撮影会は9時前集合	(各12回)
	午後		第1・3月曜 13:00～15:00 撮影会は9時前集合	32,400円
写真 高畠クラス	高畠 節二		第2・4木曜 13:00～15:00 撮影会は第④木曜10:00頃集合	(12回) 32,400円
感性キラリ! デジタルフォト	吉村 玲一		第2・4金曜 10:00～12:00 撮影会は第④金曜10:00頃集合	(12回) 33,696円
心で撮る写真	吉田 正		第3木曜 10:15～12:30	(6回) 20,217円
奈良まほろば 入江泰吉と土門拳が愛した奈良	山田 訓生		第3木曜 15:30～17:30	(6回) 16,200円
京・町家を切り撮る			第2金曜 10:00～12:00	(6回) 16,848円
四季の風景を撮る A	山田 訓生		第1・3日曜 12:30～14:30	(各12回) 33,696円
四季の風景を撮る B			第1・3日曜 15:00～17:00	
ハニ 一のペット写真教室	ハニ 一 (はにーはじめ)		第2・4日曜 10:30～12:30	(12回) 33,696円
はじめてのビデオ撮影(初級講座)	黒田 健男		第2・4日曜 14:00～16:00	(各12回) 31,104円
ビデオ撮影・編集のコツ(上級講座)			第2・4日曜 10:00～12:00	
8限定 自分のパソコンで写真を編集しよう【ステップアップ編】	福島 吾郎		第4金曜 15:30～17:30	(各6回) 22,291円
8限定 自分のパソコンで写真を編集しよう【はじめて編】			第1月曜 15:00～17:00	
短期 デジタル一眼カメラ ～さらに一歩～		柴田 明蘭	第4水曜 14:00～16:00	(6回)会員20,217円 一般23,587円

## 健康・ダンス

### 清家三彦の時代劇 魅せるチャンバラワークショップ

殺陣師 清家 三彦  
時代劇を彩る見事な殺陣シーン。一線で活躍する殺陣師の指導で、基本の動きを学び実践してみよう。

■10/1(土) 14:30～16:00  
■(会員)4,492円 (一般)5,054円

定時講座 ～福本清三率いる武士道教室に学ぶ～チャンバラ形道  
■第1・3土曜 16:30～18:00 10/1から  
■6回(会員)16,848円

短期 やさしいイス体操  
～骨盤底筋も鍛えましょう～

健康運動指導士  
ホリスティックハッピー代表  
木下 友恵

姿勢改善、肩こり・腰痛  
予防や更年期対応に  
おすすします。  
※女性限定

■10/18、11/1、11/15(火) 11:45～12:45  
■3回(会員)7,095円 (一般)8,780円

短期 ひざ痛や腰痛を防ぐ  
歩き方と基礎運動

(医)奥島会ダイナミックススポーツ  
医学研究所 顧問 土井 龍雄

元気に歩き続けるために!有  
名選手も指導する講師が、  
足腰への負担を和らげる歩  
き方と筋トレ、ストレッチを  
ご紹介いたします。  
(お話と実技)

■10/12、11/9、12/14(水) 13:00～14:30  
■3回(会員)8,424円 (一般)10,108円

新 男性のためのストレッチ  
～モデルからシニアまで～

元宝塚歌劇団・  
美的ライフアドバイザー  
友麻 夏希

呼吸法を用いた筋トレで、身  
体に負担をかけずに筋力の  
低下と関節の痛みを予防し  
ます。若々しくバランスの良  
い姿勢を目指しましょう!

■第1・3土曜 10:30～11:40 10/1から  
■12回(会員)29,678円

短期 楽しく姿勢改善も!  
ルディックウォーキング

INWA&JNFA公認アドバン  
スインストラクター 千輪 勝信

1回目 は教室で基本を講習、  
2回目・3回目は大阪城公園  
で5キロほどを歩きます。  
■10/8(土) 13:30～15:00  
10/23、11/20(日) 10:00～12:00  
■3回(会員)8,100円 (一般)9,720円  
ボールレンタル:1回500円

講座名		講師名	曜日・時間	(回数)受講料
スポーツ吹矢 ～吹矢式健康法～		小橋 信夫	第1・3木曜 16:00～17:30	(6回) 16,200円
ゆるやかヨーガ		筑名城 富士子	第2・4金曜 13:00～14:30	(12回) 31,104円
やさしいヨーガ (土)		下津 悦子	毎週土曜 12:05～13:05	(13回) 30,747円
ヨーガ	月	成川 弘子	毎週月曜 10:30～12:00	(13回) 32,151円
	木		毎週木曜 12:30～14:00	(12回) 29,678円
日曜ヨーガ	午前		第1・3日曜 10:30～12:00	(各12回) 29,678円
	午後		第1・3日曜 12:30～14:00	
ヨーガ～指導者研修～		八田 捷也 成川 弘子	第1・3月曜 15:30～17:30	(12回) 33,696円
ホーム・ヨーガ 指導者養成講座		田原 豊道 荻山 貴美子	第4月曜 11:00～13:30	(6回) 30,326円
癒しのナイト・ヨーガ		星本 正子	毎週木曜 19:45～21:00	(11回) 27,205円
ヨガ&ストレッチ ～ビギナーズ～		SHOKO	第2・4土曜 13:35～14:50	(12回) 29,678円
ヒーリングストレッチ ～癒しの音楽や香りとともに～		小川 りょう	第2・4火曜 19:00～20:30	(12回) 31,104円
やさしいピラティス ※女性限定		森 聡美	第1・3木曜 10:00～11:00	(12回) 31,104円
ピラティス ～コアを鍛えて姿勢美人～	16:50	沢田 万幾子	毎週水曜 16:50～18:00	(各13回) 33,696円
	18:30		毎週水曜 18:30～19:40	
腰掛タップダンス	A	鷹 悠貴	第2・4木曜 11:30～12:30	(各12回) 29,678円
	B		第1・3木曜 14:30～15:30	
	C	涼里 有花	第1・3木曜 11:30～12:30	

自強術	午後	木村 嘉津子	毎週金曜 13:30～15:00	(各11回) 27,205円	
	夜	綿田 富美枝	毎週金曜 18:00～19:30		
コンディショニング・ヨガ ～骨盤底筋でHappy Body～		木下 友恵	第2・4水曜 19:00～20:15	(12回) 29,678円	
太極拳 ～ゆったり動作でリラックス～		大久保 洋香 志田 典子	毎週月曜 13:15～14:45	(13回) 32,151円	
楊名時八段錦太極拳	朝	杉山 ひろこ	毎週水曜 10:00～11:30	(各12回) 29,678円	
	昼		毎週水曜 14:30～16:00		
やさしい太極拳		七堂 利幸 笹山 真美	毎週水曜 18:30～20:00	(12回) 29,678円	
八極拳		七堂 利幸 清末 敏生	毎週土曜 19:40～21:10	(12回) 29,678円	
合気道		川辺 武史	第2・4土曜 10:00～11:30	(12回) 29,678円	
陰陽ヨガ		KAZU	第1・3火曜 20:00～21:00	(各6回) 14,191円	
60歳からはじめるやさしいヨガ			第1・3火曜 14:40～15:40		
バレトン ～強くなやかな身体づくり～		奥山 久美子	第1・3火曜 18:30～19:40	(13回) 33,696円	
フロアバレエ ～フランス伝統のクニセフメソッド～		佐々木 達也	第2・4木曜 10:00～11:00	(各12回) 31,104円	
			第2・4木曜 18:30～19:30		
			第2・4金曜 19:45～20:45		
			第2・4土曜 12:00～13:00	(12回) 31,104円	
フェルデンクワイス身体訓練法		藤井 里佳	第4月曜 13:30～15:00	(6回) 14,839円	
ゆらぎ体操 ～ゴロ寝で体をゆらすだけ～		森 明彦	第1・3火曜 13:30～14:45	(6回) 14,839円	
ゆる体操 初級 ～元気・若返り・女性らしさ～		荒木 孝二	第1・3木曜 13:05～14:20	(13回) 32,151円	
きくち体操	午前	監修 菊池 和子 山下 光代	毎週金曜 10:00～11:20	(各11回) 27,205円	
	午後	雨宮 利枝	毎週金曜 11:50～13:10		
若返り体操 ～ラフィアー～		大原 寿美 今井 あゆみ	第1・3火曜 10:30～11:30	(12回) 28,382円	
介護のいない体造り ～ラフィアー体操・心身共に整るやさぎコース～			第2・4火曜 11:15～12:30	(12回) 29,678円	
リフレッシュ体操 ～のびてほくしてリズムに乗って～		大西 真佑美	毎週火曜 15:00～16:00	(12回) 28,382円	
チャーム体操 ～美しさと健康をキープする～		筒井 かなめ 小田 千晴	第1・2・4土曜 10:20～11:40	(9回) 22,258円	
～心をほぐす体操 ～キレイに若さを保つ～		監修 池端 裕子 木下 友恵	第1・3火曜 13:00～14:30	(7回) 17,312円	
楽しくスタイルアップ ～骨盤ストレッチプラス～		美村 多栄	第1・3金曜 19:45～20:55	(6回) 14,839円	
痛み解消!エゴスキュー体操		田村 厚由里	第1・3水曜 10:00～11:15	(13回) 32,151円	
マイナス10歳の身体を目指すエクササイズ ～関節と筋肉にアプローチ～		池下 章	第2・4火曜 10:00～11:00	(12回) 26,956円	
ビューティーストレッチ ～呼吸・姿勢・筋力～		友麻 夏希	第1・3金曜 13:00～14:30	(12回) 31,104円	
タカラヅカ式 美姿勢ダイエット		天霧 真世	指定火曜 19:00～20:30	(3回)会員 9,104円 一般10,789円	
プロも実践!スロートレーニング ～正しい姿勢から筋力アップ～		小林 義樹	第1・3土曜 13:30～14:45	(11回) 30,888円	
正しい姿勢と歩き方		監修 馬場 久美子 朝比奈 優	第2・4木曜 13:00～14:15	(12回) 31,104円	
ボディバランスウォーキング		佐治 瑞枝	第1・3日曜 14:30～16:30	(12回) 33,696円	
大人からのHIP HOP		松田 陽子	第2・4土曜 16:30～17:30	(12回) 29,678円	
元タカラジェンヌのやさしいダンス		友麻 夏希	第1・3金曜 15:00～16:30	(12回) 31,104円	
元タカラジェンヌのやさしいダンス(夜)			第1・3木曜 18:30～19:30	(13回) 32,151円	
大人のための初めてのバレエ(火)		筒井 かなめ 小田 千晴	第2・4火曜 13:30～14:30	(5回) 12,366円	
50～60歳代からの初心者バレエ		筒井 かなめ	第2・4火曜 14:40～15:40	(11回) 27,205円	
やさしいバレエ ～ストレッチからヴァリエーションまで～			第1・3土曜 16:30～17:30	(各6回) 14,839円	
大人のための初めてのバレエ(土)		吉崎 聡子	第3土曜 10:20～11:40		
クラシックバレエ(初級)			毎週土曜 17:45～19:15	(13回) 32,151円	
大人からの楽しいバレエ ～ゆっくりリバーレッション～		松永 昌子 ほか	第1・2・3木曜 18:30～19:30	(9回) 22,258円	
大人からの楽しいバレエ(木)			毎週木曜 19:45～21:05	(各11回) 27,205円	
大人からの楽しいバレエ ～美しく、しなやかなBodyづくり～			毎週金曜 19:45～21:05		
アロハフラ	木・午前		毎週木曜 10:30～12:00	(各11回) 30,888円	
	金・午後		毎週金曜 15:15～16:45		
	木・午後	井上ケイ・ リマナニ	第2・4木曜 15:30～17:00		(12回) 33,696円
	金・午前	フラスタジオ 講師陣	毎週金曜 10:30～12:00		(11回) 30,888円
日曜アロハフラ			第1・3日曜 11:00～12:10	(12回) 31,104円	
夜景をバックにアロハフラ			第1・3水曜 20:00～21:00	(13回) 32,151円	
エンジョイフラ			第2・4月曜 15:30～17:00	(12回) 33,696円	
初心者の為のフラ		ミキ Lehuamamo	第2・4火曜 20:00～21:00	(各12回) 29,678円	
リフレッシュフラ	火		第2・4火曜 18:45～19:45		
	水		第2・4水曜 20:00～21:00		
60歳からのベリーダンス		Saly	第2・4火曜 10:00～11:15	(12回) 31,104円	
フラメンコ舞踊		向 京子	第2・4土曜 15:30～17:00	(6回) 15,552円	
宮廷舞踏バロックダンス		樋口 裕子	第1・3火曜 10:30～12:00	(12回) 31,104円	
フォークダンス		近藤 幸子	第2・4月曜 14:00～15:30	(12回) 31,104円	
パーティーダンス Part1(タンゴ・ルンバ・チャチャ・シャロ)		丸山 純子 宮尾 雅後 ほか	毎週水曜 16:20～17:30	(12回) 29,678円	
はじめての 社交ダンス	初級日曜	細見 美雪	毎週日曜 12:40～14:10	(各12回) 29,678円	
	初級月曜	下川 英二	毎週月曜 18:00～19:30		
社交ダンス 中級日曜		細見 美雪	毎週日曜 14:20～15:50	(12回) 29,678円	
楽しい健康社交ダンス		下川 英二	第2・4金曜 18:00～19:30	(12回) 31,104円	
スポーツダンス 上級 日曜		細見 美雪	毎週日曜 16:00～17:30	(12回) 31,104円	
スポーツダンス 専科 土曜		丸山 純子 下川 英二	毎週土曜 19:40～21:10	(12回) 32,400円	
ママと一緒に英語でリミック(0歳～3歳)		松田 類子	第2・4水曜 10:15～11:15	(12回) 26,956円	
ベビーリットミック(0～1歳)		竹林 貴美 小林 美紀	第1・3火曜 12:30～13:10	(各13回)26,395円 教材費1,404円	
幼児リットミック(1～4歳)			第1・3火曜 13:20～14:00		
こどものバレエ	初級	川本 優貴	第2・4日曜 9:50～10:50	(各12回) 26,956円	
	中級		第2・4日曜 10:50～12:10		
クラシックバレエ ～中・高校生から大人まで～			第2・4日曜 12:10～13:40	(12回) 29,678円	
ボウリング (会津・新大阪イーグルボウル)		吉川 宗一郎 真井 寛樹	毎週木曜 13:30～15:45	(11回) 22,572円	



くらし

初心者からプロまで役立つ  
手相の裏ワザ

甲斐四柱推命学院院長  
山田 鳳聖  
少しは聞いたことのある「ますかけ線」や「KY線」など。実はプロが使う裏ワザを使うと本当の意味が理解できる!?  
■10/18(火) 19:00～20:30  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円



短期 百人一首・競技かるた入門

競技かるた八段・元準名人  
石沢 直樹  
今大人気の競技かるた。札の覚え方から取り方まで、初歩から丁寧に教えます。  
■10/22、11/12、11/26(土) 19:00～21:00  
■3回(会員・中高生)6,739円 (一般)8,424円



市田ひろみ 成人式の変わり結び  
～お嬢様のよき日に～

(監修)服飾研究家  
市田 ひろみ  
(講師)市田ひろみ日本和装協会 篠原 賀代子 ほか  
華やかで着崩れしない現代風変わり結びをお母様の手で結びあげましょう。  
■(A)11/22(火) 13:00～15:00  
■(B)11/27(日) 15:30～17:30  
■各(会員)2,700円 (一般)3,261円



さくら着物工房  
切らずに造って着付けに2分  
造り帯教室

さくら着物工房講師  
中井 成子  
帯結びも簡単に!糸を取れば元の帯に戻ります。(袋帯または名古屋帯)  
※着付けは行いません。  
■10/29(日) 13:00～16:30  
■(会員)6,739円 (一般)7,300円 (教材費)900円



短期 自分色を見つけ、健康的に若返り!  
パーソナルカラーコーディネート

(社)パーソナルカラリスト協会 近畿支部長  
大石 和美  
第一印象は7秒で決まると言われます。ファッション・メイク等で活用できる術を学びます。講師によるお一人ずつの色彩診断も。  
■10/13、11/10、12/8(木) 10:00～12:00  
■3回(会員)10,108円 (一般)11,793円



120分でわかる  
iPhone&iPad教室

ソフトバンク株式会社  
使う前に知っておきたいことをご紹介します。講座中はiPhone5とiPadを無料でお貸し出しします。  
■Aクラス10/3(月)、Bクラス10/31(月) 10:00～12:00  
■各(会員)1,911円 (一般)2,473円



短期 賢い相続  
～法律と税務の基本を楽しくまなぶ～

弁護士  
小島 幸保  
税理士・相続診断士  
前田 雅章  
相続税の基本と対策を知り、相続と遺言書のポイントを楽しくまなびます。  
■10/19、11/16(水) 13:00～14:30  
■2回(会員)5,853円 (一般)6,976円



もっと素敵に楽しむ!  
ガーデニング

日本ハンギングバスケット協会マスター  
岡部 佳子  
四季折々の花や素敵な器を使い、組み合わせ、テクニックや管理法も楽しく勉強します。  
■第3木曜 15:00～16:30 10/20から  
■4回(会員)11,232円 (教材費)17,280円



ミニマリストに学ぶ  
超シンプル生活

中道ミニマリスト編集者  
佐々木 典士  
モノに縛られない、自由な生き方を探ります。  
■9/3(土) 13:00～15:00  
■(会員)2,500円 (一般)3,000円



短期 季節を愛でるリース  
秋色紫陽花&クリスマス&注連縄

月草sousow主宰  
西山 ゆい子  
リースを作ることを通して、「暮らしの中の楽しみ」を、みつけてもらえと嬉しそうです。  
■10/18、11/29、12/20(火) 10:00～12:00  
■3回(会員)8,424円 (一般)10,108円 (教材費)9,396円



講座名	講師名	曜日・時間	(回数)受講料
身近な漢方入門	馬場 きみ江	第4火曜 10:30～12:00	(6回)16,848円
楽しい認トシ教室 ～認知症予防トレーニング教室～	(監修)広川慶裕 (講師)おたけにがが	第1木曜 13:00～15:00	(6回)17,560円
イタリア20州の旅と食文化	牧 みぎわ	第4水曜 15:00～17:00	(6回)17,560円
ワインの魅力	細谷 志朗	第1水曜 19:00～21:00	(6回)16,848円 教材費 12,960円
屋下がりチーズ講座 ～チーズとワインで至福の時間を～	神田 ゆかり	第2日曜 13:30～15:00	(6回)16,848円 教材費 16,200円
エコール・ド・パルファン ～ハーブと香りのある暮らし～	午前 森田 洋子 夜 加野 久男	第1水曜 10:30～12:00 第1水曜 18:30～20:00	(各6回)16,848円 教材費 16,200円
香水をつくる(調香基礎コース)	加野 久男	第2金曜 18:40～20:10	(6回)16,848円 教材費 21,600円
タロットと神秘主義 ～ウェイト版・タロットに秘められた意味～	伊泉 龍一	第1火曜 19:00～20:30	(3回)会員 8,780円 一般10,465円
リチャード・シバヤの本格マジック入門	リチャードシバヤ	第1月曜 13:00～14:30	(6回)16,848円 (12回)33,696円
誰でも簡単!腹話術入門	福 小介	第2・4火曜 15:00～17:00	(6回)16,848円
四柱推命 中級	西 彩妙	第1金曜 13:10～15:10	(6回)16,848円
暮らしに活かせる気学		第3金曜 13:10～15:10	(6回)16,848円
健康と癒しのボイスアート ～声で心のストレッチ～	◎ まや はるこ	第1・3水曜 15:00～16:30	(7回)19,656円
囲碁ガール	◎ 植木 さと子	第1・3金曜 19:00～21:00	(6回)15,552円
いろはの囲碁		第1・3金曜 10:00～12:00	(各12回)32,400円
囲碁入門	岡橋 忠男	第1・3月曜 10:00～12:00	(10回)28,080円 (12回)29,678円
囲碁を楽しもう ～8級から		毎週金曜 13:00～15:30	
女性のための麻雀教室	◎ 米川 基紀	第1・3水曜 13:00～15:00	

キレイに健康に

短期 美人のお作法

コミュニケーション研究家  
尾塚 恵理子  
しぐさや表情の美しさを磨き、言葉遣いをチェックし、そして、相手への気遣いを自然に出して、「美人力」を高めましょう!  
■第1・3火曜 10:30～12:00 10/4から  
■5回(会員)15,174円 (一般)17,982円



女性のお灸美人講座  
～10名限定～

せんねん灸セルフケアサポーター  
鍼灸師・リラブル鍼灸院  
上田 浩子  
テーマは「冬の冷えに負けない体作り&美容お灸」。乾燥肌・くすみなど女性に嬉しい美肌の効果も!  
■(A)11/9(水) 19:00～20:30  
■(B)11/22(火) 10:00～11:30  
■各(会員)3,261円 (一般)3,823円 (教材費)1,665円



短期 高齢者施設の選び方(見学つき)

行政書士・ケアマネジャー  
坂本 貴政  
医療・介護の現場を知り、尽くした講師が、良い施設を選ぶ条件・ポイントを講義と施設見学を通してお伝えします。  
■10/12(水) 10:00～11:40 講義  
10/20(木) 13:00～16:00頃 見学  
■2回(会員)6,048円 (一般)7,128円



若返る眉メイク

エンライトメントメイク主宰  
吉村 薫子 ほか  
テレビにも出演!1万人を美人に変えた講師があなたに「若返る感動の美眉」を描きます。【プロ仕様ペン付】  
■10/6(木)、10/13(木) 10:00～12:00  
10/14(金)、10/18(火) 18:30～20:30  
■各(会員・一般)3,369円  
定時講座 魔法の若返りメイク  
■第4金曜 10:00～12:00、18:30～20:30 10/28から  
■各6回(会員)20,217円



わきの下をほぐして  
体の巡りをととのえる  
～朝井麗華流セルフケア法～

経絡整体師 朝井 麗華  
健康になるうえでとても重要なわきの下。肩こりや自律神経の乱れ、肌の衰えといった不調を改善するセルフケア法をご紹介します。  
■10/27(木) 15:00～16:30  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円



自分で出来る愛されヘア  
～巻き髪&アレンジ～

k-two系列サロンaddスタイリスト  
植岡 雅治  
コテを使った巻き方から、大人女子のヘアアレンジをマスターしましょう。  
■(A)10/17(月) 10:30～12:00  
■(B)11/28(月) 19:00～20:30  
■各(会員)2,808円 (一般)3,369円



本気の女磨きレッスン  
～磨き上げ力の5つの法則～

(監修)ウィズブライト(株)代表  
酒井 淑恵  
(講師)ウィズブライト(株)講師  
松本 好加・富士野 知子  
メイク、ファッション、表情、歩き方等の5つの法則を学ぶべし、だれでも確実にきれいな女性になります。  
■第2日曜 10:00～12:00 10/9から  
■5回(会員)14,634円 (一般)17,442円



カラー心理学  
「カラータイプアドバイザー認定講座」

一般社団法人  
カラータイプ協会認定講師  
高橋 佐代子  
行動・考え方が色使いでわかる!タイプ別コミュニケーション法もわかります。  
※テキスト・アドバイザー認定証付き  
■10/30(日) 13:00～17:00  
■(会員・一般)8,985円 (教材費)3,240円



《大人の学び》楽しく脳トレ

予備校講師が、手を動かして問題を解く「脳の活性化」ノウハウを伝授。良質で解きやすい入試問題を相手に「脳トレ」しませんか。  
【チャレンジ算数入試編】 駿台予備校数学科講師 阿部 茂  
■9/25(日) 13:00～14:30 ■(会員)3,024円 (一般)3,564円  
★9/24(土) 10:30～12:30現代国語編、9/25(日) 10:30～12:00英語復習編もあります★



マナー・コミュニケーション

いつもの化粧品で  
第一印象アップ

元P&G化粧品部門「SK-II」  
エグゼクティブマネージャー  
遠藤 瑞穂  
メイクのプロが貴女にあった「綺麗のワザ」を伝授します。  
■10/13(木) 19:00～21:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円



婚活のお作法

コミュニケーション研究家  
尾塚 恵理子  
婚活に対して不安に思うことはありませんか?まずは自信をもって話そうと、おきの術をお教えします。  
■(男性編)11/19(土) 13:00～15:00  
■(女性編)11/19(土) 18:00～20:00  
■各(会員)3,034円 (一般)3,596円



「サクサク伝わる会話」  
～記憶の傾向を知る～

ザリツ・カルトン大阪元フロント社員教育責任者  
キャリア教育アドバイザー  
長谷川 綾  
求められる会話を理解し、サービス精神をもって話す&聞く。自己チェックしながら楽しく学びませんか?  
■10/27(木) 19:00～20:30  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円



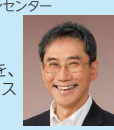
黄金ルールで変わる  
あなたの外見  
～ビジュアルポイズ～

ユミプロデュース代表  
池上 由美  
派手な装いをしていないのに好印象が残る、これぞ大人の女性。外見と内面の両方から「匂い立つ魅力」を放つ女性になる方法を教えます。  
■10/21(金) 19:00～21:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円



人とのかかわり方センスアップ  
～人間関係が楽になるように～

トータルコミュニケーションセンター  
ピーエスラボ代表  
森岡 勇記  
「人間関係の仕組み」を、わかりやすく、バランスよくレクチャーします。  
■第1・3金曜 19:30～21:00 10/7から  
■6回(会員)24,948円



ワンランクUPのビジネスマナー  
～総集編～

朝倉ゼミナール研究所所長  
朝倉 慶  
ビジネスマナーとは、仕事上の「おもてなし」のこと。マナーの基本を総復習します。貴女の働き方が変わります。  
■10/17(月) 19:00～21:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円



短期 朝ドラ俳優に学ぶ!  
対人プレゼンテーション術

(監修)演出家・研修講師 真邊 明人  
(講師)俳優 湯浅 崇  
NHK朝ドラなどに出演の俳優からプレゼンテーション術を学びます。面接やトークに自信がない方にもお勧め!  
■10/2、10/16、11/6(日) 10:30～12:00  
■3回(会員)9,104円 (一般)10,789円



「アンガーマネジメント」入門

日本アンガーマネジメント協会コンサルタント  
上野 恵利子  
不必要にイライラしなくたって、上手に怒れるようになったりするTVや雑誌等で話題のアンガーマネジメントの基本を90分で学習します。  
■10/26(水) 19:00～20:30  
■(会員・一般)3,369円



CA流 美しい所作と言葉遣い

エラインスクール ヴォアラクテ 代表 白井 弘子  
エラインスクール ヴォアラクテ 講師 藤田 美香  
あなたの品格が上がり、好印象を与えるCA流の秘訣をお話します。  
■11/22(火) 19:00～21:00 ■(会員)2,808円 (一般)3,369円



食の秋を満喫

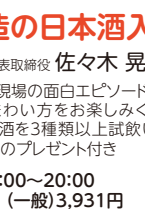
京都酒造組合

佐々木酒造株式会社  
佐々木 晃  
こだわりの酒造り、現場の面白エピソードを交え、佐々木氏流の味わい方を楽しくくぐりだす!佐々木酒造の限定酒を3種類以上試飲いただく予定です。※お猪口のプレゼント付き  
■10/28(金) 19:00～20:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円



佐々木酒造の日本酒入門

佐々木酒造株式会社代表取締役 佐々木 晃  
こだわりの酒造り、現場の面白エピソードを交え、佐々木氏流の味わい方を楽しくくぐりだす!佐々木酒造の限定酒を3種類以上試飲いただく予定です。※お猪口のプレゼント付き  
■10/28(金) 19:00～20:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円



新 若杉ばあちゃんの  
野草を使ったお手当て講座

野草料理研究家 若杉 友子  
食療料理研究家 齊藤 典加  
身近な野草や野菜を使って、熱・咳・肩こり、頭痛・ケガ等のお手当て法を若杉ばあちゃんから学びます。  
■第4火曜 15:00～17:00 11/22から  
■6回(会員)30,326円 (教材費)3,240円



東西飲み比べ!  
ビアエッセイストと学ぶ  
「日本のクラフトビール」

ビアエッセイスト  
矢野 竜広  
講師が厳選するMade in Japanのクラフトビールを飲んでみませんか?お気に入りの1本が見つかるハズ!  
■9/24(土) 15:30～17:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円 (教材費)1,500円



お取り寄せで楽しむ  
天然酵母パン

医食同源美食倶楽部主宰  
南 暁子  
講師選りすぐりの天然酵母パンの美味しい食べ方をご紹介します。(ソース作りの実演や試食もあり)  
■11/29(火) 10:30～12:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)1,200円



現地 「神戸モン・シェリ」で  
ジャム作り&ランチ

神戸モン・シェリ代表  
田野 量子  
「ビオネのコンポート」と「紫芋のコンフィチュール」を講師の実演と試食を通してご紹介いたします。  
会場:御影駅からバス約12分  
■10/22(土) 10:00～13:00  
■(会員)7,862円 (一般)8,424円



糖質制限とマクロビを生かす  
健康な食卓

圧力鍋料理研究家・真おばん塾代表  
和田 登美子  
糖質制限食は、科学的根拠のある優れたもの!講師が料理を作り、試食して頂きます。  
■11/2(水) 10:00～12:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)540円



ひとり分のヘルシー&  
楽ちん料理法

(監修)食育・料理研究家・PhD  
坂本 廣子  
(講師)食文化研究家  
坂本 佳奈  
すぐに役立つレシピを試食も交えて紹介します。※調理実習はありません。  
■9/26(月) 14:00～15:30  
■(会員)2,916円 (一般)3,456円



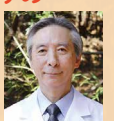
短期 ～リーガロイヤルホテルの  
バーテンダーに学ぶ～  
カクテルとお酒

リーチバー チーフバーテンダー 影山 清史  
お酒を嗜めるようになりたい方必見!試飲もあります。  
■10/21、11/18、12/16(金) 19:00～21:00  
■3回(会員)10,108円 (一般)11,793円 (教材費)3,240円



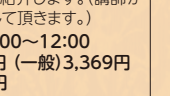
美味しく楽しく健康に!  
糖質制限食のすすめ

高雄病院理事長  
江部 康二  
糖尿病・メタボ・生活習慣病でお悩みの方、ダイエットが続かない方に向け、糖質制限の正しい知識と効果をお話します。  
■10/8(土) 16:00～18:00  
■(会員)3,369円 (一般)3,931円



簡単! 圧力鍋で作るおかず

絶品のおかずをご紹介します。(講師が料理を作り、試食して頂きます。)  
■10/5(水) 10:00～12:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)540円



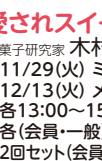
ポルトガルのお菓子「パオン デ ロー」

Castela do Paulo ポルトガル菓子店オーナーシェフ パウロ ドゥアルテ  
パオンデロー1種作ります。ポルトガルのお茶と共に数種のお菓子を食べ比べながら、日本に伝来されたお菓子の話をします。  
■11/17(木) 13:00～15:00  
■(会員)2,916円 (一般)3,456円 (教材費)540円



愛されスイーツレッスン

洋菓子研究家 木村 幸子  
■11/29(火) ミルクチョコとブラリネのパリプレスト  
12/13(火) メープルバナナチーズケーキ  
■各13:00～15:00  
■各(会員・一般)4,104円 (教材費)1,620円  
■2回セット(会員)6,048円 (一般)7,128円 (教材費)1,944円



アトリエ・コンフィチュール  
～紫芋のコンフィチュールほか～

神戸モン・シェリ代表  
田野 量子  
■10/27(木) 11:00～14:00  
■(会員)3,024円 (一般)3,564円 (教材費)760円



お鍋ひとつで野菜の重ね煮  
～簡単・アレンジ自在・作り置きOK～

重ね煮料理研究家  
山崎 雅子  
■10/27(木) 11:00～14:00  
■(会員)3,024円 (一般)3,564円 (教材費)760円





アクセス便利!阪急百貨店上のNHKカルチャー 各講座の詳細はホームページで。 [www.nhk-cul.co.jp/school/umeda](http://www.nhk-cul.co.jp/school/umeda)

## 外国語

- テキスト代など別途必要な場合があります。
- ほとんどの外国語講座は、見学・体験できます。

## 新 Easy Topics for Discussion

ウィリアム・ピアーズ  
聞いただけの英語から、会話  
する英語へ。  
■毎週金曜  
10:00～11:20 10/7から  
■11回(会員)33,382円

日曜英会話 Topics for Discussion  
■第1・3日曜 10:00～11:20 10/2から  
■11回(会員)33,382円

## 新 Business English -Elementary-

自己紹介や電話応対、会社説明や会社  
訪問での表現など、基本から学びます。  
■毎週土曜 10:00～11:20 10/1から  
■12回(会員)36,417円  
日曜日に学ぶ ビジネス英語  
■第2・4日曜 10:00～11:20 10/9から  
■12回(会員)36,417円

新 12回完結  
話してみようフランス語  
～発音から丁寧に～

B・マエモト・コールマン  
簡単な会話表現ができ  
るまでを目指します。会  
話重視の入門クラスで  
す。  
■第2・4土曜 13:30～14:50 10/8から  
■12回(会員)37,843円

短期 6回完結・暮らしの中の  
フランス語 初級

ヤン・カリアタキス  
今回はワインとチーズを楽し  
むための単語や表現を学び、  
会話に活かす短期集中レッ  
スンです。\*定員8名  
■第2・4火曜 13:00～14:20 10/13から  
■6回(会員)20,217円 (一般)23,587円

## アモーレ! イタリア語

桃山学院大学非常勤講師  
天堀 貴博  
役立つ表現をペア会話  
のための。はじめての方  
でもまだ無理なくご参  
加いただけます。  
■第2・4火曜 13:30～14:30 10/14から  
■5回(会員)14,040円

短期 7回完結  
口と耳を鍛える!  
おさらいハングル会話

白 姫恩  
■第1・3・5火曜 14:30～15:50 10/5から  
■7回(会員)23,587円 (一般)27,518円

## 新 暮らしの「タイ語」入門

タイ語講師  
清水 敦子  
基本的な文法を学び、  
現地で役立つ会話表現  
と、正確な発音を身に  
つけましょう。(1年カリ  
キュラム)  
■毎週水曜 18:10～19:30 10/5から  
■12回(会員)36,417円

## 新 アラビア語 入門

京都外国語大学非常勤講師 村田 靖子  
文字の読み書きとい  
ったごく初歩から初  
めて、簡単な  
会話練習、基本的  
な文法を学びます。  
■第1・3土曜 13:30～14:50 10/1から  
■12回(会員)36,417円

## 新 10回完結!

場面で学ぶ旅行英会話  
～自由に観光ができるための基礎編～  
藤井 由美子  
よく使う単語やフレーズを厳選し効率  
良く学びます。(★1)  
■第2・4土曜 11:30～12:50 10/8から  
■10回(会員)29,268円

## 新 原文で読むフランス文学

千里金蘭大学名誉教授 御輿 倫己  
B・マエモト・コールマン  
(原則講師は隔週交代で  
担当)仏文学史を彩る名  
作、名場面を文法解説つ  
きの原文テキストでたど  
ります。(経験者向け)  
■毎週土曜 16:30～17:50 10/1から  
■12回(会員)37,843円

新 少人数[8名限定]  
はじめての  
フランス語

アレクサンドル・ヴィヨ  
発音から始め、楽しく学  
びます。(入門レベル)  
■毎週月曜 14:30～15:50 10/3から  
■13回(会員)43,804円

## 新 話してみよう!イタリア語

イタリア語スクール  
[Ciao amici(チャオアミーチ)]主宰  
谷本 美佐子  
基本的なイタリア語と旅  
行に役に立つフレーズ  
を学びます。  
(入門レベル)  
■第2・4土曜 10:00～11:20 10/8から  
■6回(会員)20,217円

体験講座  
9/24(土) 10:00～11:20 ■(会員一般とも)3,240円短期 台湾をもっと  
美味しく旅する中国語

通訳・翻訳家 楊 壁菁  
中国語がはじめての  
方、大歓迎!台湾出身の  
講師が旅行会話を中心  
に旅情報も織り込んだ  
内容で楽しく学べます。  
■毎週日曜 13:30～14:50 10/30から  
■5回(会員)16,848円 (一般)19,656円

## 新 はじめての中国語会話

～火曜・少人数～  
関西学院大学講師 市成 直子  
学んだその日から、すぐ  
に使える中国語を目指  
して発音からしっかり学  
んでいきます。  
■毎週火曜 19:45～21:05 10/4から  
■13回(会員)43,804円

## 新 ヒンディー語 入門

～インドの公用語を学ぼう～  
大阪大学特任助教  
モハンマド モインウッディン  
初めての方を対象に、  
簡単な文章が読めるこ  
とを目指します。簡単な  
会話も練習します。(半  
年カリキュラム)  
■毎週水曜 18:10～19:30 10/5から  
■12回(会員)36,417円

## 新 Basic English for beginners

オリバー・ケルシー  
今期スタート!基本から  
ゆっくり学びたい方に  
おすすです。  
★レベル:入門～初級程度  
■第1・3・4木曜 13:00～14:20  
10/6から  
■9回(会員)27,313円

## 短期 英語の名曲をよみとく

ロビン・ウィーデン  
初回はビートルズの  
"Norwegian Wood"  
です。  
★レベル:初級～  
■第1・3金曜 15:00～16:20 10/7から  
■6回(会員)18,208円 (一般)21,578円

Elementary (月)15:00	ニールデビッドソン	毎週月曜 15:00～16:20	(各12回) 36,417円
やさしい英会話 初級		毎週月曜 13:30～14:50	
Elementary	(月)10:00	毎週月曜 10:00～11:20	(11回) 33,382円
	(木)10:00	毎週木曜 10:00～11:20	(12回) 36,417円
	(金)13:30	毎週金曜 13:30～14:50	(11回) 33,382円
やさしい英会話 初級	レイモンサントス	毎週土曜 15:00～16:20	(9回) 27,313円
シニアのための英会話	ダグラス・アステイル	毎週水曜 13:00～14:20	(11回) 33,382円
日曜フレックス英会話・英語でGo!	コリン・ポール マイケル・セカフキ	毎週日曜 10:30～15:50	(13回) 39,452円

Pre-Intermediate	(月)11:30	ロビン・ウィーデン	毎週月曜 11:30～12:50	(11回) 33,382円
	(火)13:10	ステイプリー・リッター	毎週火曜 13:10～14:30	(各12回) 36,417円
	(水)13:00	ダグラス・アステイル	毎週水曜 13:00～14:20	(11回) 33,382円
	(木)19:40	ダグラス・アステイル	毎週木曜 19:40～21:00	(13回) 39,452円
	(金)11:30	ロビン・ウィーデン	毎週金曜 11:30～12:50	(13回) 39,452円
Intermediate	(土)13:30	レイモンサントス	毎週土曜 13:30～14:50	(11回) 33,452円
	(日)11:30	レイモンサントス	毎週日曜 11:30～12:50	(11回) 37,065円

少人数 コミュニケーション英会話	フレット・オラズダ	毎週金曜 11:30～12:50	
定員10名 Advanced	(土)10:00	レイモンサントス	毎週土曜 10:00～11:20
	(土)11:30	レイモンサントス	毎週土曜 11:30～12:50
少人数 Advanced (水)18:10	ステイプリー・リッター	毎週水曜 18:10～19:30	(12回) 40,435円
The world we live in (Advanced)	ニールデビッドソン	毎週月曜 10:30～11:50	(12回) 36,417円
Advanced Group Discussion～90分	ロビン・ウィーデン	毎週火曜 10:00～11:30	(12回) 36,417円

ハングル 初級		第1・2・3金曜 10:00～11:00	(9回) 30,326円
旅行でも使える ハングル日常会話 初級	白 姫恩	第1・2・3水曜 10:00～11:00	(10回) 33,696円
話せるようになるための ステップアップ ハングル ハングル会話		第1・3水曜 13:00～14:20	(7回) 23,587円
～身のまわりのことを話してみよう～	岡山 李	毎週土曜 15:00～16:20	(各12回) 36,417円
ハングル会話 上級		毎週土曜 16:30～17:50	
少人数 ハングル会話	午前	毎週火曜 10:00～11:20	(各11回) 37,065円
	午後	毎週火曜 11:30～12:50	
ハングル会話		毎週火曜 14:40～16:00	(11回) 35,877円
土曜中国語会話 入門 ～発音からトレーニング～		毎週土曜 11:30～12:50	
土曜中国語会話 入門～初級		毎週土曜 13:30～14:50	(各13回) 43,804円
少人数 土曜中国語会話	初級	毎週土曜 15:00～16:20	
	中級	毎週土曜 16:30～17:50	
		第1・3日曜 12:40～14:00	(6回) 33,696円

少人数 日曜中国語会話 初中級11:00	市成 直子	毎週日曜 11:00～12:20	(各13回) 43,804円
少人数 中国語会話 中級18:20		毎週火曜 18:20～19:30	
中国語 上級	宋 東平	毎週水曜 10:30～11:50	(12回) 36,417円
アラビア語	初級I	第1・3土曜 16:30～17:50	(各12回) 36,417円
	初級II	第1・3土曜 15:00～16:20	
少人数フランス語	初中級	毎週月曜 13:00～14:20	(13回) 43,804円

フランス語会話 中上級	10:00	毎週水曜 10:00～11:20	(各13回) 39,452円
	11:30	毎週水曜 11:30～12:50	
少人数 はじめてのフランス語		第2・4木曜 11:30～12:50	(6回) 20,217円
少人数 フランス語 初級		第2・4木曜 10:00～11:20	(6回) 20,217円
少人数フランス語会話 中級I		毎週火曜 13:00～14:20	(13回) 43,804円

お勤め帰りのフランス語会話		毎週火曜 18:40～19:50	(13回) 43,804円
フランス語で読もう ～「木を植えた男」～	御輿 倫己	第1・3土曜 13:30～14:50	(12回) 40,435円
フランス語 ～発音トレーニング～		第1・3土曜 15:00～16:20	(6回) 18,921円
12回完結 話してみようフランス語 ～ステップアップ～	B・マエモト・コールマン	第2・4土曜 15:00～16:20	(12回) 37,843円
[甲南大学提携講座] 旅する・おいしいフランス語(中級)	中村 典子	第2・4月曜 18:00～19:30	(11回) 34,689円

ドイツ語	初級I	毎週土曜 19:30～20:50	
	初級II	毎週土曜 13:30～14:50	(各12回) 36,417円
	上級	毎週土曜 18:00～19:20	

日常スペイン語会話	P.ルビオ	毎週水曜 14:30～15:50	(13回) 38,048円
-----------	-------	------------------	------------------

イタリア語と旅行会話	初級	第1・3土曜 10:00～11:20	(各6回) 20,217円
	中級	第1・3土曜 11:30～12:50	

ラテン語	初級	第3土曜 16:30～17:50	(6回) 18,208円
	中級	第2・4土曜 16:30～17:30	(11回) 33,382円

ラテン語 講読	佐藤 義尚	第1・3木曜 18:20～19:40	(12回) 36,417円
サンスクリット語入門 ～梵語から見る仏教・インドの文化～		第2・4火曜 14:30～15:50	(9回) 27,313円
サンスクリット語(梵語) 講読	松本 峰哲	第2金曜 13:00～14:20	(5回) 15,174円

## ■英会話レベルの目安■ 下の表を参考にして下さい。文化センターが規定している大体のレベルです。クラスにより若干の変動はあります。

ネイティブ講師	入門	初級	準中級	中級	上級
	Beginner	Elementary	Pre-Intermediate	Intermediate	Advanced
日本人講師	★1～2		★3	★4	★5
教育課程	中学1～2年	中学2～3年	高校1年	高校2年	高校3年～大学教養
英語検定	4～5級	3級	準2級～2級		1級
TOEIC®	250	310	380	520	800
TOEFL® (ネイティブ講師のみ)	380		425	475	575

## ■各国語レベルの目安■

初級は、毎週クラスの場合、半年以上の学習経験が目安となります。講座によっても進度が異なりますので、見学(無料)や一回体験(有料)でのレベルの確認をおすすめしています。

## 書道・ペン字

## 新 楷書・行書で書く日常書

～小筆・筆ペン～  
御 御 御  
見 見 見  
中 中 中  
暮 暮 暮  
原 研 石  
日展作家、日本書写教育研究会会長  
暮らして役立つ文字をより美しく、月1回で効率的に学びましょう。開始30分は講義、その後実際に書いていきます。  
■第3金曜 10:00～12:00 10/21から  
■6回(会員)16,200円

## 小筆で学ぶ実務書道

～賞状書士をめざして～  
日本賞状書士養成センター  
川本 雅雲、表 珠恵ほか  
賞状・宛名・のし袋等をはじめ日常の暮らしに密着する実用書の書き方を学びます。「賞状書士認定書(有料)」の取得も可能です。  
■(昼クラス)第2・4火曜 13:30～15:30 10/11から  
■(夜クラス)第2・4木曜 19:00～21:00 10/13から  
■各12回(会員)31,104円

## 3か月!速習筆ペン・ボールペン

(監修)晚書法学院院長 林田 暁徑  
(講師)晚書法学院 林田 嶺榮  
芳名帳、のし袋、はがき等、日常必要な文字を中心に学習します。全く筆を持ったことのない方でも大丈夫です。  
■第1・3木曜 18:45～20:45 10/6から  
■6回(会員)16,848円

## 3時間集中! 簡単ルールで一生きれいな字

六度法創案者 富澤 敏彦  
NHK「まる得マガジン」の講師が直接指導。「三つのルール」をマスターすれば、驚くほどきれいに書けます。  
■11/20(日) 15:00～18:00  
■(会員)3,931円 (一般)4,492円  
(テキスト代)1,080円 (専用ノート代)250円

講座名		講師名	曜日・時間	(回数)受講料
漢字・かな交じりの書	午前	篠田 聡泉 太田 穂攝	第1・2・4火曜 10:00～12:00	(各9回) 23,328円
	午後		第1・2・4火曜 13:00～15:00	
週末書道 ～基礎から作品作りまで～		篠田 聡泉	第1・3土曜 18:00～20:00	(12回) 31,104円
筆ペン・小筆で学ぶ暮らしの書			第2・4水曜 13:00～14:30	(11回) 27,205円
美しい毛筆～かな・漢字～	月	長澤 裕子	毎週月曜 10:00～12:00	(11回) 28,512円
	水	篠田 久子	第1・3・4水曜 18:00～20:00	(8回) 20,736円
楽しく学ぶ書～漢字・かな・ペン～		大崎 雨秋	第2・4火曜 18:30～20:30	(12回) 31,104円
手紙を美しく		西田 治美	第1・2・4木曜 13:00～15:00	(9回) 23,328円
紫芳の手字紙		関 紫芳	第4日曜 14:00～16:00	(3回) 8,424円
くらしに役立つ小筆		長澤 裕子	第1・3月曜 15:00～16:30	(11回) 28,512円
かな文字を書いてみよう		天野 静代	第1・3水曜 10:00～12:00	(12回) 31,104円
かな文字を書く(午後)		天野 静代 久保 啓子	第1・2・3水曜 13:00～15:00	(9回) 23,328円
かな文字を書く(基礎)		久保 啓子	第1・3水曜 15:30～17:30	(12回) 31,104円
日曜書道 松本クラス		松本 宏揮	第1・3日曜 10:00～12:00	(各12回) 31,104円
書を楽しむ			第2・4水曜 10:00～12:00	
日曜書道 田口クラス		田口 山櫻	第2・4日曜 10:00～12:00	(12回) 31,104円
漢字 藤岡クラス		藤岡 都運	第1・2・4木曜 10:00～12:00	(9回) 23,328円
書道 故山クラス		故山 柏亭	第2・4金曜 10:00～12:00	(各12回) 31,104円
検定のための毛筆・作品研究コース(半切条幅)			第2・4金曜 13:00～15:00	
漢字の書(初心者)		久保田 心曜	第1・3土曜 15:30～17:30	(12回) 31,104円
漢字の書(経験者)			第1・3土曜 13:00～15:00	(12回) 32,400円
漢字に親しむ		木原 研石	第1・3月曜 18:00～20:00	(12回) 32,400円
実感!毛筆はおもしろい ～初歩から段位まで～		赤堀 脩英	第1・3木曜 18:30～20:30	(12回) 31,104円
寄席文字(橘流)		橘 右一郎	第1・3金曜 18:30～20:30	(6回) 20,217円
アートな書～心豊かに感性を磨く～		山田 翔光	第3水曜 10:00～12:00	(6回)16,200円 教材費3,240円
ペン字 (月・午後)		篠田 久子	毎週月曜 13:00～14:30	(11回) 27,205円
はじめてのペン字～週末にまなぶ～		西田 治美	第1・3土曜 11:00～13:00	(12回) 31,104円
ペン字(金)			毎週金曜 18:30～20:00	(11回) 27,205円
クセを直してきれいなペン字			第1・3金曜 10:30～12:00	(6回) 13,478円
お勤め帰りの実用ペン字		筒淵 公裕	毎週月曜 18:30～20:00	(11回) 24,710円
ペン字 ～基礎から美しく～ 隔週金午後クラス		馬野 華静	第1・3金曜 13:00～15:00	(12回) 31,104円
篆刻と篆書		山下 方亭	第1・3火曜 18:30～20:30	(各12回) 31,104円
		山下 方亭 下井 峰葉	第2・4金曜 10:00～12:00	
美しいアルファベットカリグラフィ		木作 輝代	第2・4土曜 13:30～15:30	(12回) 33,696円
筆で描くカリグラフィ～ブラッシュライティング～		林 綾子	第4土曜 15:40～17:40	(6回) 16,848円

## 受講規約 抜粋 お申し込みの際には必ず受講規約本文をご確認ください。

●初めて受講される方は入会金を添えてお申し込みください(一部の講座は入会せずに受講できます)。入会金は5,000円+税(満70歳以上・中学生以下は無料、学生[大学・高専・高校・専門学校]の方は1,500円+税)です。●満70歳以上の方、学生の方は、ご入会手続きの際に、年齢を証明するものや学生証をご提示ください。

●ご予約から10日以内にお支払いください。窓口での現金、クレジットカードでのお支払いのほか、コンビニ・郵便局での振込もできます。コンビニ・郵便振込でお支払いの場合には別途手数料がかかります。●会員の有効期間は3年間、以降も継続して受講する場合の更新料は無料です。会員証は全国のNHK文化センターで利用できます。●予約した講座の所定の期間分の受講料を前納してください。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いください。●講座案内に、テキスト代や教材費等を明示していない場合でも、別途必要になることがあります。●お支払いいただいた入会金は、原則払い戻しいたしません。受講を解約される場合は、受講料から手数料(200円+税)と、解約される時期によっては所定のキャンセル料(受講料の10%もしくは20%)を差し引いて払い戻しいたします。教材費は、すでに注文が終了している教材の費用については払い戻しできないことがあります。●受講者が極端に少ない場合、講師のやむを得ない事情等により、開講日を延期または講座を中止とすることがあります。●その他受講に関するご案内●おもに屋外で行われる講座(現地講座、写真、ビデオ講座、洋画の一部など)については、不測の事故による怪我などに備えて普通傷害保険に加入しています。保険が適用されるのは、現地に集合してから解散するまでの間に偶然起きた事故による傷害です。◆現地講座等で、受講者の利便性を考え旅行会社を通じてバスを手配する場合があります。詳しい案内は、お手続きの際にお渡しします。

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います。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わせていただくほか、お客様のサービス向上を図る目的で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。



NHKカルチャー 秋の全講座案内（保存版）ほとんどの講座は見学・体験できます。（電話）06-6367-0880

新 南フランスの白いキルト“ブティ”【入門】

（監修）装飾デザイナー・ブティ作家  
中山 久美子ジェラルツ  
（講師）中川 真澄  
「布の彫刻」とも言われる  
プロヴァンス地方に  
伝わるキルト。初心者の方  
もどうぞ。



一日講座作品イメージ

■第1水曜 15:30～17:30 11/2から  
■5回（会員）16,848円

体験講座 ブティの1日講座 ブティのピンクッション  
■10/5(水) 15:30～17:30  
■（会員・一般）3,369円（教材費）2,800円

新 和服リフォーム&たのしい洋裁

根岸服飾研究所主宰  
根岸 貴和子  
根岸服飾研究所  
宇都宮 ヒロ子  
「和服リフォーム」は和布  
の魅力を活かした服作り  
（※縫製はご自宅での  
仕上げとなります）  
「洋裁」は好きな布とデザインで作ります。



※イメージ写真

■第2・4火曜 14:00～16:00 10/24から  
■11回 各コース（会員）30,888円

体験 ①和服リフォーム ②たのしい洋裁  
■10/10(月) 14:00～16:00  
■各（会員・一般）2,808円  
（教材費）①チュニック1,080円  
②レギンス1,200～1,500円程度

和がみ画～和紙のちぎり絵～

（監修）紙紅会主宰 森 孝江  
（講師）西岡 公子  
自然の草木で染めた手  
すき和紙で秋の可愛い  
風物を描きましょう。



■第1・3土曜 12:45～14:45 10/1から  
■12回（会員）33,696円

体験講座  
■10/1(土) 12:45～14:45  
■（会員・一般）2,808円（教材費）540円

短期 こざん刺し～日本の手仕事～

こざん倶楽部主宰 醍醐 礼子  
平山 緑、嶋地 順子

津軽で生まれた伝統工芸の一つで図案を元に麻の布に綿の糸で横に刺していく手法です。バッグを作ります。



■10/23、11/27、12/25(日)  
13:00～16:00  
■3回（会員）10,789円（一般）12,474円  
（教材費）4,000円

アトリエミラボーのフランス額装～丸い敷石仕立てのマット～

フランス額装作家 アトリエミラボー主宰  
北野 三希代  
副講師 池頭 裕恵  
鳥羽 京子



額の中に入れたい作品を、より魅力的に納めるために、色々な技法を工夫し、色の調和をとりながら制作していきます。

■10/29(土) 10:00～17:00  
■（会員）5,616円（一般）6,177円  
（教材費）4,320円（縁緑付）

定時講座  
■第4火曜 10:00～12:00 10/27から  
■6回（会員・初級）20,217円

棕櫚（しゅろ）を使って「小さなほうき」を作ろう

高田耕造商店  
高田 大輔



日々の暮らしに欠か  
せなかった「しゅろ」  
を使って「小さなほう  
き」を作ります。

■10/29(土) ①10:30～12:30  
②13:30～15:30  
■各（会員）2,926円（一般）3,488円  
（教材費）2つ玉2,160円、3つ玉2,700円

書画や手紙に押す落款・ハンコ

美術家 多田 文昌



難しい下書きは、事前に  
ご希望を伺い講師が  
デザインを用意します。  
最後まで手を入れ、本格  
的な印が仕上がります。

■11/28(月) 10:00～12:00  
■（会員）2,916円（一般）3,456円  
（教材費）1,500円程度

定時講座 石のハンコ・石の版画～今後は若冲版画を彫る～  
■第4月曜 10:00～12:00 10/24から  
■6回（会員）18,208円

新 革で作るバッグ

山添 英子 他講師陣  
デザイナーから型お  
こし縫製にいたる  
まで習得して頂き、  
オリジナルバッグを  
作ります。



■第1・3金曜  
13:00～16:00 10/21から  
■10回（会員）35,964円

一日講座 ミニバッグをつくる  
■10/7(金) 13:00～16:00  
■（会員）3,596円（一般）4,158円  
（教材費）赤又は黒2,800円

信玄袋をつくる アンティークの布って素敵!

紀屋デザイナー  
さくら のりこ



※作品はイメージです  
着物や帯を組み合わせたキットで製作しま  
すのでお裁縫が苦手な方でもご参加頂  
だけます。作品サイズH33xW24cm

■10/31(月) 12:00～15:00  
■（会員）3,369円（一般）3,931円  
（教材費）6,000円※教室集金

短期 仕立屋が教える文化帯作り

（社）日本和裁士会会員  
細谷 敏子  
出来上りの名古屋  
帯を切って、文化帯  
（付け帯）を作ります。



※イメージ写真

■10/18、11/15、12/20(火) 13:00～15:00  
■3回（会員）10,108円（一般）11,793円  
（絹紐代）3,300円

楽しい家具作り

創作作家 藤田 敏宏、やまだ けいこ



おうちで使う家具  
を手作りしてみま  
せんか？初心者の方  
や女性も始められ  
ます。初回はス  
ツールの製作です。  
【会場】BOSCO（大阪市北区長柄西）

■第2・4日曜  
①10:00～13:00 10/9から  
②14:00～17:00 10/9から  
■6回（会員）21,384円  
※教材費別途

銅板で作る簡単トレイ

金属作家 Studio cloud  
竹崎 伸一



銅板を叩いて、簡  
単なトレイを作り  
ます。プランツバ  
スケット、小物置  
きにしてみたり。  
手の中で、形を変え  
ていく銅板と遊んで  
みませんか？（植物  
はイメージです。）

■10/30(日) 13:00～15:00  
■（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）1,500円

消しゴムはんこで年賀状

消しゴムはんこ作家  
Atelier g  
青山 ゆう子



■11/27(日)  
13:30～16:00  
■（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）1,200円

かわいい消しゴムはんこ

■10/30(日)  
13:30～16:00  
■（会員）2,808円  
（一般）3,369円  
（教材費）1,200円

ニードルフェルトアート～ロバ～

ニードルフェルト作家  
中田 昌樹



専用の針で羊毛を  
つつくだけで、か  
わいいロバができ  
あがります。

■12/4(日) 13:00～17:00  
■（会員）3,931円（一般）4,492円  
（教材費）2,700円

マスキングテープでピクニックマグネットセット作り

マスキングテープイラストレーター  
フミノナ



マスキングテープ  
を切り貼りでイ  
ラストを描きマ  
グネットに仕上  
げます。（5個）初  
めての方も楽しめ  
ます。

■10/9(日) 13:00～15:00  
■（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）1,500円

新 スモッキング刺繍

（監修）スモッキング・コルペイユ  
デザイナーから型お  
こし縫製にいたる  
まで習得して頂き、  
オリジナルバッグを  
作ります。



■第4日曜 13:00～15:00 10/23から  
■6回（会員）20,217円



グルーデコ®で作るアクセサリ

JGA認定講師 Tears



スワロフスキーを  
使ったアクセサ  
リ。初級から上級  
者の方で楽しめます。

■第4水曜 13:30～15:30 10/26から  
■6回（会員）17,560円

おしゃれ布ぞうりを編む

コットンBs(ビーズ)  
宮原 夕折夫  
宮原 千代美



自分の足に合った  
ぞうりを作ります。  
外反母趾や、足要  
健康法にも効果が  
あります。

■10/8(土) 10:00～12:00  
■（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）1,620円

短期 粘土で作るミニチュアフード～和菓子と焼き芋&ぜんざい～

ミニチュアフード作家  
辻谷 ちづる



楽しく作って飾り  
ましょう！

■10/2、11/6、12/4(日) 13:00～15:30  
■3回（会員）8,780円（一般）10,465円  
（教材費）3,670円

短期 小さなキリムを織る

キリム手織工房koyun主宰 佃 由紀子



絨毯織り（トルコ結  
び）の技法を取り  
入れ織ります。  
【サイズ】約17cm

■10/29(土)  
10:00～15:30  
（昼食休憩有）  
10/30(日) 10:00～12:30  
■2回（会員）10,108円（一般）11,232円  
（教材費）4,460円

トナカイの革のブローチ

TAKKU ヘイディ



サミ民族の伝統的な工  
芸品として知られ  
ているトナカイの革と銀の  
ワイヤを使ったブ  
ローチを作ります。

■10/11(火) 13:30～15:30  
■（会員）2,926円（一般）3,488円  
（教材費）3,300円

かわいいフェーブを作る

陶芸作家  
西本 なほ



キリスト公現祭の  
ためのお菓子  
子ガレットデロ  
ワ、中に入れる  
陶製の小さなフェ  
ーブを作ります。

■11/13(日) 13:00～15:00  
■（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）2,000円

フリルえりのチュニック

服飾デザイナー Milleturu  
天野 千鶴



首回りや腕をほつり  
見せる、ラベンダー色  
リネンのチュニックです。

■10/16(日)  
13:00～16:00  
■（会員）3,596円  
（一般）4,158円  
（教材費）8,100円

短期 トルコ伝統手芸 “イーネオヤ”

アトリエSalla主宰  
西村 佐和子



縫い針1本と専用  
糸だけで編める  
ス手芸です。小袋  
の縁飾りと、立体  
のお花のペンダントを作ります。

■11/2、11/30(水) 13:00～15:00  
■2回（会員）6,307円（一般）7,430円  
（教材費）2,400円

短期 はじめてのビーズチュープクロスシェ

ビーズジュエリーデザイナー 有井 順子



初回は引き抜き  
編みの基礎を学  
び、2～3回目は  
応用でプレス  
レットを輪に仕  
てます。

■10/8、10/22、11/26(土)  
15:30～18:00  
■3回（会員）8,780円（一般）10,465円  
（教材費）4,000円

北欧調のかわいい刺繍小物

刺繍作家 Nitka



デンマーク製の花系の  
素材に風合いを  
楽しみながら、カ  
ウントステッチ  
で仕上げるプロ  
ーチです。（直径  
4cm）

■10/27(木) 13:30～15:30  
■（会員）2,926円（一般）3,488円  
（教材費）1,350円

ペーパークイリング

ボタニカルクイリング・  
ジャパン認定講師  
岸 多賀子



細長い紙を専用  
の道具でクルクル  
と巻いて様々な  
形を作ります。

■10/31(月) 秋のアレンジ  
■11/30(水) クリスマスツリー  
各10:00～12:00  
■各（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）1,200円

短期 水引で彩る季節の飾り

和工房包造主宰 水引作家  
森田 江里子



ミニクリスマスツ  
リーとお正月ピ  
ックを作ります。  
■11/9、12/14(水)  
13:20～15:20  
■2回（会員）5,400円（一般）6,523円  
（教材費）1,728円

切り絵で干支（酉）

切り絵芸術家  
谷田 有似



中国の赤い紙と  
ハサミを使って、  
切り絵を作ります。

■12/4(日) 13:30～16:00  
■（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）500円

てまりを創る

（監修）日本てまりの会支部長・なわてまりの会主宰  
浦田 清子



日本てまりの会  
教授 池田 妙子  
四季の花や幾何学模  
様をかがっていきます。

■第2・4火曜 10:00～12:00 10/11から  
■12回（会員）31,104円

北欧伝統工芸 ネーベルスロイド

Bror（ブローリ）代表  
スウェーデンハンドクラフト協会メンバー 河内山 淳子

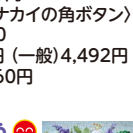


■11/20(日)  
①白樺オーナメント（星ともみの木）  
10:00～12:00  
（会員）2,808円（一般）3,369円  
（教材費）2,160円

②白樺ポーチ（トナカイの角ボタン）  
13:00～16:30  
（会員）3,931円（一般）4,492円  
（教材費）10,260円

リボン刺しゅう

リボンアーティストリー  
小野 綾子



さまざまな種類の  
リボンを使って表  
情豊かな作品を  
作ります。

■第3月曜 10:00～12:00 10/17から  
■6回（会員）16,848円

モラと刺しゅう	午前	中山 富美子	第2・4月曜 10:00～12:00	(各12回)
	午後	織田 喜美子	第2・4月曜 13:00～15:00	初級 32,400円
くらしの中の北欧刺しゅう		廣岡 均子	第1金曜 13:00～15:30	(6回) 18,921円
かわいい刺しゅうで作る布小物		石井 寛子	第1水曜 13:00～15:30	(6回) 20,217円
キャシー中島のハワイアンキルト		小林 悦子	第1水曜 13:00～15:00	(各6回)
		柳原 千雅子	第4水曜 10:00～12:00	20,217円
絵模様のパッチワーク		森山 百合子	第2月曜 13:00～15:00	(6回) 17,560円
花みずき創作キルト		貝田 明美	第2木曜 13:00～15:00	(6回) 17,560円
アメリカン・パッチワーク		柴田 明美 立花 俊美	第1・3木曜 10:00～12:00	(12回) 35,121円
レース模様のモラ&キルト		木山 春代	第1火曜 13:00～15:30	(6回) 18,921円
南フランスの白いキルト“ブティ”		中川 真澄	第1水曜 13:00～15:00	(6回) 20,217円
ポピンレース		宮野 ヒロコ 清利 幸子	第2・4金曜 10:00～12:30	(12回) 35,121円
タティングレース	午前	（監修）藤戸 裕子	第3水曜 10:30～12:30	(各6回)
	午後	田中 文恵	第3水曜 13:30～15:30	17,560円
はじめてのゴールドワーク ～英国伝統刺繍～		網島 史子	第2金曜 13:00～15:00	(6回) 20,217円
ボジャギと小物		李 玉禧 金 貞美	第1火曜 13:00～15:00	(7回) 20,487円
ボジャギ 専科		李 玉禧	第1火曜 10:00～12:00	(7回) 22,075円
仕覆をつくる		金本 喜和子 金本 育子	第3木曜 13:00～16:30	(6回) 21,578円
加賀のゆびぬきをかがる	月	大西 由紀子 石田 葉子	第2月曜 14:15～16:45	(3回) 11,793円
	木	桑島 幸代	第2木曜 13:00～15:30	(6回) 20,217円
押絵		宝生 麻衣 藤井 時子	第2火曜 10:00～12:30	(6回) 16,848円
ちりめん細工		岩本 弘子 ほか	第1木曜 13:00～17:00	(6回) 26,956円
花結び		中村 早夕理	第2月曜 14:50～16:50	(6回) 16,848円
つまみ細工		糸井 麻	第3火曜 13:00～16:00	(6回) 25,272円
布でつくる野菜		阪口 弘子 杉本 啓子	第3火曜 13:00～15:30	(6回) 一般料 16,200円
手作り帽子と小物		安楽 あゆみ	第1日曜 13:30～16:00	(6回) 16,848円
マイペースで作る洋裁教室		（監修）山田 洋子 大内 志津香	第2・4木曜 14:00～16:00	(12回) 37,843円
棒機の手織り～腰機・原始機で織ろう～		岸川 美知子	第4水曜 10:00～13:00	(6回) 23,587円
スウェーデン織物		柏原 千愛子 山崎 容子	第1・3木曜 13:00～15:00	(12回) 35,121円
カナダ恵子のタッセル 刺繍糸でつくるオーナメントクラフト	午前	カナダ 恵子	第2木曜 10:00～12:00	(各5回)
	午後	北澤 さおり	第2木曜 13:00～15:00	16,848円
ビーズアートジュエリー		（監修）川野 洋子 江崎 正子	第3水曜 13:30～15:30	(6回) 基本 17,560円
純銀クロスジュエリー		吉川 貞由 ほか	第4火曜 13:00～15:20	(6回) 18,921円
サコタカコ創作ビーズ織り	午前	（監修）佐々木 孝子 山崎 節子	第3月曜 10:00～12:00	(各6回)
	午後		第3月曜 12:30～14:30	一般料 17,560円
早葉子そめ花 ～絹の花づくり～		安田 早葉子 林 綾子	第1・3木曜 13:00～15:30	(12回) 35,121円
紙わらべ～ミニチュア和紙細工～		（監修）高木 美子 角谷 征子	第4月曜 12:30～16:30	(6回) 25,660円
かぎ針のニット小物		Sachiko#Fukao	第3日曜 13:00～15:30	(6回) 17,560円
木の美と花のアートロッキングベンチ		森本 禮子 鎮西 芽生	第4月曜 15:00～17:00	(6回) 基礎 16,848円
ラビアンフラワー ～ろうの花～		本田 麗子 西田 章子	第1・3木曜 13:00～15:30	(12回) 初級 32,400円
川口紀子・花のクレイクラフト ～樹脂粘土～		川口 紀子	第2金曜 13:30～16:30	(6回) 18,208円
楽しいおりがみ	初心者	吉田 珠子	第2火曜 10:00～12:00	(各6回)
	経験者		第2火曜 13:00～15:00	17,560円
紅型	月	篠野 美智子	第1・3月曜 13:00～15:30	(9回) 27,313円
	木		第1・3木曜 10:00～13:00	(10回) 30,348円
花の絵染め ～ぬり絵のように染める～		（監修）菊地 ミミ 松本 真美	第4木曜 10:00～12:30	(6回) 20,217円
手縫いで作る革のバッグ		やまと ちかひ	第2月曜 15:30～18:30	(6回) 20,217円
アールデコー ～デコパージュ～		有吉 トモ子 柏木 大野、小林	第2火曜 10:00～12:30	(6回) 初級 16,848円
洋うるし装飾		下倉 洋子 家本 典子	第2・4金曜 13:10～15:40	(12回) 基礎 32,400円
トール&デコラティブペインティング		土生 美恵	第4金曜 13:00～16:00	(6回) アクリル 18,921円
七色トールペイントと小物雑貨		吉川 ひろ子	第2日曜 13:00～16:00	(6回) 基礎 20,217円
アトリエミラボーのカルトナージュ ～フランスからの香り～		北野 三希代	第2金曜 18:30～20:30	(6回) 20,217円
			第4火曜 10:30～12:30	(5回) 16,848円
フランス額装とカルトナージュ ～アトリエミラボーのフランス伝統工芸講座～			第4水曜 18:30～20:30	(5回) 16,848円
国府田清香のカルトナージュ ～箱で楽しむインテリア～		（監修）国府田 清香 松本 真寿美	第2木曜 10:00～12:00	(5回) 初中級 16,848円
綴ざ紙、料紙づくりを楽しむ ～王朝の和紙を染める～			第3月曜 10:00～12:00	
表具・掛け物づくり入門（月）		鎌田 敏輝	第1月曜 10:00～12:00	(各6回) 18,208円
裏打ち・表装・表具を学ぶ（日）			第2日曜 10:00～12:00	
うるし工芸		大蔵 信一	第4日曜 13:00～17:30	(6回) 30,326円
木彫		渡辺 一生 渡辺 二生	第1・3火曜 10:00～12:00	(12回) 33,696円
鎌倉彫		崎山 基方	第1・3火曜 10:00～12:30	(12回) 35,121円
初歩からの仏像彫刻		向古 悠雄 石井 圭、池田 昌	第2・4火曜 17:30～21:00	(12回) 43,156円
仏像彫刻	火曜午前		第2・4火曜 10:00～13:00	
	火曜午後	溝井 康明	第2・4火曜 14:00～17:00	(各12回) 40,435円
	土曜		第2・4土曜 10:00～13:00	
はじめての仏像彫刻			第2・4木曜 15:00～18:00	
能面を打つ		田水 満	第1・3金曜 18:00～20:00	(12回) 36,417円
ステンドグラス		森本 康代	第2・4水曜 10:30～12:30	(12回) 36,417円
立体ステンドグラス		山内 みさを	第2・4土曜 18:00～20:30	(12回) 36,417円
マーレングラスリッツェン		桂木 朝子	第3日曜 10:00～13:00	(6回) 20,217円
ソープカービング		（監修）星しのが 高田 倫子	第4月曜 15:30～17:30	(6回) ステア/16,848円
ガラス工芸 ～サンドブラストの魅力～	（会場）講師アトリエ	光久 弘子	第1・3火曜 10:00～12:30	(各12回) 38,880円
			第2・4火曜 10:00～12:30	
陶芸 壺井教室	（会場）講師アトリエ	壺井 義統	第2・4土曜 13:30～16:30	(12回) 34,992円
陶芸 游藝窯（ゆうていよう）	（会場）講師アトリエ	天坊 昌彦	第1・3火曜 13:00～16:00	(12回) 34,992円



## 洋楽・邦楽

## 新 Let's sing!

～ピアノにあわせて～

ジャズシンガー・ボーカルのトレーナー

荒畑 佐千子

映画音楽やスタンダード

ジャズなどを、英語で楽し

く歌いましょう。英語や楽

譜が読めなくても大丈夫

夫。初心者の方大歓迎!

■第4水曜 13:00～14:30 10/26から

■6回(会員)16,848円



## 新 二胡をはじめましょう!

&lt;入門&gt;

中国 二胡奏者 韓 秋月

中国の伝統曲だけでな

く、日本の歌謡曲、外国

の曲など様々な国の曲

をいっしょに楽しみま

しょう。

■第2・4土曜 10:30～11:20 10/8から

■12回(会員)40,435円



## ポピュラー大百科

～ビートルズを歌おう～

アカペラグループ Be in Voices リーダー

泉 かずしげ

英語が苦手・楽譜が読め

ない人も大歓迎です。

■9/27(火) 13:00～14:30

■(会員・一般)2,700円



## 定時講座 ポピュラー大百科

■第2火曜 13:00～14:30 10/11から

第4火曜 13:00～14:30 10/25から

■各6回(会員)16,848円

## コーラス倶楽部

(監修)全日本合唱連盟名誉会長

浅井 敬壹

合唱指揮者/ピアニスト・編曲家

佐伯 幽・村上 果

譜面なんて、まっぴらご

めん!そんなあなたこそ

大歓迎!歌は人生の

ビタミン剤。お腹の底から歌いましょう!

■第1・3水曜 13:10～14:40 10/5から

■11回(会員)27,205円



## うたいつくそう!

80年代のヒットソング

ヴォーカリスト

やまもと ゆうこ

「恋人よ」「まちがせ」

「シルエットロマンス」

「北酒場」など、みんな

で一緒にうたいつくしま

しょう!リクエストも歓迎です。

■10/12、11/9、12/14(水) 13:00～15:00

■3回(会員)8,424円 (一般)10,108円



## みんなで愉しくイタリアのうた

メソソプラノ歌手 当重 茜

ピアニスト 伊原 敏行

難しいことは抜きにして、

みんなで声を合わせて楽

しく歌ってきましょう!楽

譜が読めなくても大丈夫!

■第2・4水曜 10:30～12:30 10/12から

■12回(会員)33,696円



## 男声ヴォーカルを歌おう

関西二期会 日本ヴォーケル協会会員 橘 茂

ピアニスト 金岡 優子

クラシックの発声法を学

びながら、日本歌曲、ド

イツ歌曲、オペラのアリ

ア等男性ならではの曲

と一緒に「ええ声」で

歌ってみませんか?男性限定クラスです。

■第2・4金曜 15:10～16:40 10/14から

■12回(会員)33,696円



## やさしい英語の歌

ソプラノシンガー

松田 類子

美しい発音で歌ってみ

ませんか?基礎からゆっ

くり指導します。

■第4木曜 10:00～11:30 10/27から

■6回(会員)16,848円



## たのしいギター教室

日本ギター連盟理事

ギターアートグループ代表

中川 信隆

相愛大学講師、ギタリスト

中川 亨

外国の曲を中心に初歩から丁寧に指導

します。まずは3か月、気軽にギターに触

れてみませんか。

■毎週火曜 18:00～20:00 10/4から

■12回(会員)33,696円

(楽器レンタル)2,592円



## 短期 四角い箱型打楽器

～カホン(ダンホン)をたたこう!

打楽器奏者 高木 至通

ペルー発祥の打楽器カ

ホンを使ってお気に入りの

曲ののって叩き、楽し

みましょう。

■10/19、11/16、12/21(水) 18:30～20:00

■3回(会員)8,424円 (一般)10,108円

(教材費・ダンホン)3,500円



## 短期 癒しの響き

トーンチャイム(ハンドベル)

「トーンチャイム」で

クリスマスソングを

演奏しましょう。癒し

の響きを感じなが

ら、みんなで演奏す

る楽しさを味わいま

しょう。

■10/9、10/30、11/20、12/18(日) 14:00～16:00

■4回(会員)11,232円 (一般)13,478円



尺八(都山流)	山本 玉山	第1・3月曜 17:00～20:00	(12回) 32,400円
二胡を奏でる(月)		第2・4月曜 20:00～20:50	
	水	第2・4水曜 20:00～20:50	
二胡を楽しむ	土	第2・4土曜 11:30～12:20	(各12回) 40,435円
	月	第2・4月曜 19:00～19:50	
二胡を極める	水	第2・4水曜 19:00～19:50	

大正琴・入門	(監修)友弦 繁子 友弦 琴流美	第1・3水曜 13:00～14:30	(12回) 31,104円
大正琴	友弦 繁子	第1・3土曜 10:30～12:00	(12回) 31,104円
謡曲・仕舞(観世流)	赤松 禎友	第1・3木曜 12:00～15:00	(12回)謡曲 47,174円 仕舞併習 67,392円
狂言	安東 伸元	第2・4金曜 15:00～17:30	(12回) 40,435円
上方舞	山村 光	毎週水曜 16:15～17:45	(11回) 30,888円
日本舞踊(西崎流)	西崎 史津香	第1・2・3月曜 13:00～15:00	(9回) 25,272円

気軽に楽しむ日本舞踊～西川流～	西川 充	第1・3土曜 13:00～15:00	(12回) 33,696円
はじめての日本舞踊	花柳 美寿春和	第2・4金曜 18:30～19:30	(12回) 33,696円
安来節を楽しむ	田村 実 進藤 聖子	第2土曜 13:00～15:00	(6回) 16,848円
女声コーラス	金丸 七郎 石幸 千照	第1・2・4土曜 13:30～15:30	(9回) 25,272円
女声コーラス 上級	金丸 七郎 宮脇 貴司	第2・4火曜 10:00～12:00	(12回) 35,121円
楽しいコーラス	雑賀 美可 崎崎 剛	第1・3土曜 10:30～12:30	(12回) 33,696円
名曲コーラス	松浦 徹子 打越 志奈	第3水曜 13:30～15:30	(6回) 16,848円

世界の歌をコーラスで	松浦 徹子	第2・4月曜 13:00～15:00	(12回) 33,696円
イタリアを歌おう	当重 茜 伊原 敏行	第1・3土曜 16:00～18:00	(12回) 33,696円
カンツォーネを歌おう!	澤井 宏仁	第1火曜 10:00～11:30	(7回) 18,900円
オペラを歌おう	福田 かおり	第3金曜 13:00～15:00	(6回) 16,848円
ドイツリートを楽しむ	橋 茂 殿澤 弘美	第2・4月曜 10:30～12:30	(12回) 33,696円
シャンソン	出口 美保	第2・4水曜 18:00～20:00	(12回) 33,696円

シャンソンに魅せられて		奥田 真祐美	第4木曜 15:30～17:00	(6回) 18,921円
シャンソン教室 ～シャンソンを歌う仲間たち～		つのだよひろ	第1・3金曜 15:30～17:30	(11回) 30,888円
ゴスペル 入門	火・夜		第1・3火曜 18:30～20:00	(各11回) 30,888円
	火・午前		藤澤 博子	第1・3火曜 10:30～12:00
ゴスペル	木・夜		第2・4木曜 18:30～20:00	(12回) 33,696円
気軽に楽しくジャズボーカル			第2・4火曜 10:30～12:00	(各12回) 33,696円

気軽に楽しくジャズボーカル	浅香 久志	第2・4火曜 10:30～12:00	(各12回) 36,417円
基礎からの大人JAZZ		第2・4月曜 19:00～20:30	
映画の名曲とミュージカルを歌おう	古屋 博美	第1水曜 10:00～12:00	(7回) 19,656円
情熱のタンゴを歌おう	上田 裕司	第4火曜 18:30～20:00	(6回) 16,848円
歌いましょう心の歌を ～これからはじめる方へ～	坂口 美里 源氏 万紀子	第2・4金曜 15:30～17:30	(11回) 30,888円
歌いましょう心の歌を ～より素直に歌うために～	坂口 美里 殿澤 弘美	第1・3金曜 16:00～18:00	(11回) 30,888円

歌声喫茶 ～ピアノで歌おう～	③火	矢田 弦一郎	第3火曜 13:00～15:00	(各6回)
	水		第1水曜 13:00～15:00	16,200円
	土		第3土曜 13:00～15:00	
うたいつくそう ～フォークからニューミュージック～		やまもと ゆうこ	第3火曜 10:00～12:00	(6回) 16,848円
イキイキ!中高年のポップス&歌謡曲		大空 可奈	第2・4火曜 15:30～17:00	(12回) 33,696円
懐かしの歌謡曲を楽しもう		津川 かおり	第2・4金曜 13:15～14:45	(12回) 33,696円
笑顔で上達!日本のうた		河村 さと子	第1・3木曜 10:30～12:00	(13回)

懐かしの歌謡曲を楽しもう	津川 かおり	第2・4金曜 13:15～14:45	(12回) 33,696円
笑顔で上達!日本のうた ～ときめき歌唱法～	河村 さと子 富岡 潤子	第1・3木曜 10:30～12:00	(13回) 36,504円
懐かしの童謡・愛唱歌	麻生 夏代	第2・4日曜 10:00～12:00	(12回) 32,400円
童謡サロン	深川 和美	第1月曜 10:30～11:45	(6回) 16,200円
歌のための ヴォイストレーニング	火 水	第1・3火曜 15:30～17:30 第2・4水曜 15:30～17:30	(13回) 36,504円 (12回) 33,696円

オカリナ 初級	橋詰 智章	第2・4日曜 13:00～14:20	(各12回) 33,696円
オカリナ 経験		第2・4日曜 11:30～12:50	
オカリナ アンサンブル		第2・4日曜 10:00～11:20	
楽しい!リコーダーアンサンブル		第2・4水曜 13:00～14:20	
大人のための鍵盤ハーモニカ (ピアノ)教室	アギノ和子	第1土曜 13:00～14:20	(6回) 16,848円
	月	第1・3月曜 16:00～17:30	
大人のための...	木	第1・3木曜 15:30～17:00	(各12回)

大人のための鍵盤ハーモニカ (ピアノカ)教室	アガブル和カゴ	第1土曜 13:00～14:20	(6回) 16,848円
ウクレレを楽しもう	月 木 土	第1・3月曜 16:00～17:30 第1・3木曜 15:30～17:00 第2・4土曜 15:30～17:00	(各12回) 40,435円
現地 楽しいドラム (個人レッスン・1回30分)	カワイ内 担当講師	曜日・時間はカワイと要相談 10:00～19:30	(6回) 23,976円

聴き上手になろう ～傾聴から学ぶコミュニケーション術～	富岡 澄夫	第2日曜 10:30～12:00	(6回) 16,848円
朗読をはじめよう		第2・4水曜 15:20～16:50	
朗読の楽しみ(入門)	藤田 雅子	第1・3金曜 13:00～14:30	(各12回) 33,696円
朗読の楽しみ(入門・初級)		第2・4水曜 10:00～11:30	
朗読の楽しみ(研究)		第2・4水曜 11:30～13:00	
エッセーを声に出して楽しむ～朗読は深い～	西橋 正泰	第2・4月曜 10:00～12:00	(各12回) 33,696円
朗読入門 ～時代小説の世界～「縦/木は残った中」		第1・3木曜 10:00～12:00	
心を結ぶ朗読	石川 豊子	第1・3月曜 13:00～14:30	(11回) 33,382円
桂文華のおもしろ落語塾	桂 文華	第1・3火曜 15:30～17:30 第1・3火曜 18:30～20:30	(各12回) 33,696円

お芝居を読む楽しみ ～チェーホフの世界から～「三人姉妹」	島守 辰明	第2水曜 10:00～12:30	(6回) 18,921円
美声で話せる!声が感動的に変わる ボイストレーニング【話す声編】	帆実 ちかこ	第3土曜 16:00～19:00	(8回)受講料33,696円 (一般)35,380円 教材費1,286円

## 伝統文化・いけばな・フラワーアレンジメント

## 短期 一流の立ち居振る舞い

小笠原 清忠

姿勢を正すことは一流へ

の第一歩。室町時代から

続く小笠原流礼法宗家

が、立居振る舞いや作法

を実践中心に伝えます。

■10/7、11/18、12/9(金) 19:00～20:30

■3回(会員)8,424円 (一般)10,108円



## 茶道 裏千家

茶道裏千家教授 松井 宗順ほか

初めての方にも丁寧に指導します。

■第1・3火曜 10:00～12:30 10/4から

7回(会員)20,487円 (水屋料)4,158円

■第1・3金曜 10:00～12:30 10/7から

■第1・3土曜 15:30～18:00 10/1から

■第1・3土曜 18:00～20:30 10/1から

■第1・3土曜 16:30～18:30 10/1から(立礼)

各6回(会員)17,560円 (水屋料)3,564円

講座名	講師名	曜日・時間	(回数)受講料
未生流(初級)	山出 忠晴	第1・2・3水曜 15:30～20:00	(9回)20,217円 教材費 9,720円
未生流 格花		第4金曜 10:00～12:00	(6回) 16,848円
小原流(初級)	難波 佳代子	第2・3・4木曜 15:30～20:00	(8回)17,971円 教材費 8,640円
池坊(初級)	和田 務	第1・2・3金曜 15:30～20:00	(9回)20,217円 教材費 9,720円
嵯峨御流 創作花		第1火曜 15:30～17:30	(5回)11,826円 教材費 12,960円
嵯峨御流(盛花・瓶花/生花)	辻井 ミカ	第2・4火曜 13:00～17:30	(5回)盛花・瓶花11,826円 教材費 6,480円 生 花11,826円 教材費 8,100円

茶花・茶趣の花	金山 網泉	第1金曜 10:00～12:00	(6回)16,848円 教材費 11,664円
ミニ盆栽の楽しみ	三浦 裕貴	第2土曜 10:00～12:00	(6回) 16,848円
ヨーロッパ生花(初・中・上・研)	縹 あい	第2・4水曜 18:30～20:30	(6回)14,839円 教材費 13,608円
ナチュラルフラワーコーディネート(本・研・教)	藤本 朱実	第1・3木曜 19:00～21:00	(6回)16,848円 教材費 16,848円
ウェディングブーケに挑戦	藤本 朱実	第1木曜 19:00～21:00	(6回)20,217円 教材費 23,976円
ロイヤルフラワーアレンジメント	森永 嘉子	第2月曜 10:00～12:00	(6回)18,921円 教材費 25,272円

パリエント流 KAZUのフラワーレッスン	かわしま かずよ	第2・4土曜 13:30～15:30	(各6回) 19,440円 教材費 19,440円 デコロマ 30,326円 教材費 35,640円	
男のたしなみ茶道(表千家)		第2土曜 16:00～18:00	(6回) 17,560円 水屋料 3,564円	
お勤め帰りの茶道 (表千家)	金	永橋 守(宗伴)	第1・3金曜 18:30～20:30	(各6回) 16,848円 水屋料 3,564円
	水		第1・3水曜 18:30～20:30	

茶道 表千家	火 水 午前 午後 土	井門 正美(宗正)	第2・4火曜 10:00～12:30 第1・3水曜 10:00～12:30 第1・3水曜 13:00～15:30 第1・3土曜 10:00～12:30	(各6回)17,560円 水屋料 3,564円
--------	-------------------------	-----------	--	----------------------------

茶道	武者小路千家	佐伯 久徳	第2・4日曜 10:00～12:30	(6回)18,921円 水屋料 3,564円
茶道	藪内流	藪内 紹智	第3金曜 13:30～16:30	(6回)20,217円 水屋料 3,240円
茶道	石川流	村上 宗隆	第4土曜 15:30～18:30	(6回)20,217円 水屋料 3,564円
煎茶	日本礼道小笠原流	森永 娥泉	第1・3月曜 10:00～12:30 第3月曜 10:00～12:00	(6回)16,848円 水屋料 5,832円 (6回)17,560円 水屋料 9,072円
煎茶	小川流	細田 徳榮	第2・4金曜 10:00～12:30	(5回)14,634円 水屋料 3,942円
茶道	御室流	森永 娥泉	第2日曜 12:00～14:30	(6回)16,848円



## 文章・文芸

### 短期 俳句～おためし3回講座～ (田中クラス)

ホトギス同人 田中 祥子  
俳句の基本的な約束事から、色々な技法、文法、鑑賞など多面的に俳句を学んでいきます。

■10/13、10/27、11/10(木) 15:30～17:30  
■3回(会員・一般)8,100円

### 短期 やさい詩のつくり方 漢文歌と和文歌

歌人 三谷 祥祁  
人生の思い出や感動をつづり歌にします。写真を添えてみましょう。あなたの詩歌に誌面を奏でます。

■10/4、11/1、12/6(火) 15:30～17:00  
■3回(会員)8,780円 (一般)10,465円

### いきなり句会

「鷹」主宰 小川 軽舟  
句座や結社不問、一線でご活躍中の講師による1日限りの句会です。独学の方も歓迎です。(申込みめ切11/15)  
■11/30(水) 18:45～20:45  
■(会員)3,034円 (一般)3,596円

### 仲間と学ぶ!楽しい俳句会

「調歌」副主席、ホトギス同人 中谷 まもる  
俳句は座の文芸。句会を合評形式で行い、多くの季節・季語に接することで、各自の俳句の上達を目指します。  
■第1・3木曜 13:00～15:00 10/6から  
■11回(会員)29,700円

## 朝講座

### 短期 心晴れやか! 楽しい朗読

朗読劇団あめんぼ座 藤田 雅子  
朝のひととき、美しい日本語を声に出してみませんか。言葉から元気をもらいましょう。心も体も晴れやかに1日のスタートです。  
■10/12、10/26、11/9(水) 8:40～9:40  
■3回(会員・一般)7,419円

### 筆ペンとボールペン講座

読書学院院長 林田 暁征 ほか  
芳名帳、のし袋、はがき等、日常必要な文字を中心に学習します。  
■第1・2・3・4水曜 9:00～10:00 10/5から  
■10回(会員)22,464円

### 朝一番のストレッチ

健康運動指導士 ホリステックハッピー代表 木下 友恵  
ゆったり身体を伸ばして整え、リンパの流れをよくします。  
■第2・4水曜 8:30～9:30 10/26から  
■3回(会員・一般)6,739円

### 体験講座 朝一番のストレッチ

■10/12(水) 8:30～9:30 ■(会員)一般2,246円

### ナチュラル美人レッスン

スキンケアアドバイザー 広岡 ミキ  
無理なく毎日できるスキンケア、心もスッキリヘッドマッサージ、自分らしさを大切にしたいメイクアップ。3回通してナチュラル美人に!  
■10/12、11/16、12/14(水) 7:30～8:30  
■3回(会員・一般)6,739円 (教材費)3,240円

講座名	講師名	曜日・時間	(回数)受講料
朝ヨガ	小川 りょう	毎週水曜 7:15～8:15	(10回) 会員一般 23,652円
痛み解消!エゴスキュー体操～早朝クラス～	田村 摩由里	第1・3水曜 8:15～9:30	(6回) 会員一般 14,839円
[8名限定]とっさに使える! 朝時間でフランス語 初級	マゼット・クリストフ	毎週水曜 7:15～8:15	(10回) 会員一般 28,080円
早朝フォレストレーニング～声と滑舌を磨く～	森岡 勇記	第1・3水曜 7:15～8:15	(6回) 会員一般 15,552円
朝の英会話 初級～中級レベル(7:15～)	ダグラス・アスティル	毎週水曜 7:15～8:15	(各10回) 会員一般 22,464円
朝の英会話 初級～中級レベル(8:30～)		毎週水曜 8:30～9:30	
早朝集中!ブラッシュアップ・ビジネス英語 A7:15		毎週水曜 7:15～8:00	(各10回) 会員一般 28,080円
早朝集中!ブラッシュアップ・ビジネス英語 B8:10	フレット・オラズダ	毎週水曜 8:10～8:55	

## 朝講座

### Premium 京 島原でみやびな遊宴

輪違屋 十代当主 高橋 利樹

三百有余年続くお茶屋の格式高い「傘の間」で、太夫と究極のお座敷遊びとたんだの京懐石をお楽しみください。  
■10/22(土) 16:30～20:00  
■(会員)59,400円 (一般)64,800円

### 短期 グルメライターと行く 大阪美味探訪

フードライター 団田 芳子  
大阪の味本位の店や今話題の店へご案内。ランチとご案内、個人では聞けない美味しいお話し!

■10/22、11/26(土) 12:00～14:00  
■2回(会員)5,616円 (一般)6,696円 (教材費)12,960円

### 関西歴史散歩

龍谷大学講師 松波 宏隆  
関西の街は様々な歴史が隠されています。歴史的遺物を訪ね、京阪神の地を多角的により深く学びます。  
■10/22、11/26(土) 12:00～14:00  
■2回(会員)5,616円 (一般)6,696円 (教材費)12,960円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 タリーズコーヒーの朝イチ! コーヒー講座

タリーズコーヒー梅田阪急ビル店 ストアマネージャー 元原 麻理  
朝のひとときに、コーヒーの淹れ方について学んでみませんか。毎回の朝食、最終回にはお土産付です。(協力:会場)タリーズコーヒー梅田阪急ビル店  
■10/12、11/9、12/14(水) 7:15～8:15  
■3回(会員・一般)6,480円

### 「あ・た・ま」のソロバン

～朝から楽しく 前向きに!～  
全国珠算教育連盟理事 澤田 悦子  
そろばんの練習は、脳の活性化に役立ちます。初めての方・経験者も、一人一人に合わせた指導します。フラッシュ暗算にも挑戦。  
■10/12、11/9、12/14(水) 8:30～10:00  
■3回(会員・一般)6,739円

### 8名限定 10回完結 はじめてのフランス語会話

マゼット・クリストフ  
基本的なフランス語を学びます。まずは口に出して楽しみましょう。(入門レベル)  
■毎週水曜 8:25～9:25 10/5から  
■10回(会員・一般)28,080円

### 西

今年度の年賀状は、江戸時代から続く伝統の縁起文字「寄席文字」で送ってみませんか。  
■11/18(金) 18:30～20:30  
■(会員)3,240円 (一般)3,780円 (教材費)1,300円

## クリスマス特集

### カラフルモザイクキャンドル

キャンドル作家 福岡 乃梨子  
お好きな色で小さなタイルを作るところから始めます。(高さ5cm2個)  
■10/16(日) 14:00～16:30  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)1,111円

### 北欧風「クリスマスデコ」

toujours(トゥジュール)主宰 武田 温子  
北欧をお手本に、棚の上や部屋のコーナーなど小さなスペースから、温もりあるクリスマスエリアに変身♪(約18cm×18cm×43cm)  
■10/31(月) 10:00～12:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)3,700円

## 今年は、ナチュラルXmas

花工房NONKO主宰・フラワーコーディネーター 大野 紀子



自然美の枝をベースに、スノーホワイトを思わせる大人のデコレーション。縦・横・置き・掛け自由自在です。(長さ約40cm)  
■11/11(金) 10:30～12:30  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)3,240円

### クリスマスツリーのフレームアレンジ

GRACE Kフラワースクール主宰 大石 和美  
簡単素敵に仕上がるブリザードフラワーのツリーを額に描きます。【サイズ】25cm×33cm  
■11/15(火) 10:00～12:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,369円 (教材費)3,780円

## 年末年始をすがすがしく

### 奇跡の3日間の片づけ

片付けアドバイザー 宅地建物取引士 石坂 京子  
きれいな家に暮らすと心が満たされ、理想の人生が見えてきます。片づけられる思考になる方法や「奇跡が起こる」片づけをお話します。  
■10/15(土) 13:30～15:00  
■(会員)2,926円 (一般)3,488円

### 暮らしを彩る木版画～年賀状～

竹色流講師 森嶋 典子  
伝統の木版技法で「酉(とり)」を彫り、手刷りで仕上げましょう。  
■10/31(月) 13:00～16:00  
■(会員・一般)3,369円 (教材費)540円

### 寄席文字で書く年賀状

橋本 橘 右一郎  
今年の年賀状は、江戸時代から続く伝統の縁起文字「寄席文字」で送ってみませんか。  
■11/18(金) 18:30～20:30  
■(会員)3,240円 (一般)3,780円 (教材費)1,300円

### くらしの棚卸し・入門

～快適な住まいづくり～  
ホームインテリアアドバイザー 前出 英子  
人とモノのかかわりを通して「自分の家が一番好き」になる。そんな「住まいの処方箋」をお出しします。  
■第2月曜 10:00～12:00 10/10から  
■6回(会員)16,848円

### 遊もあ書画で年賀状

風刺漫画家 日本漫画家協会会員 南 久美子  
楽しい冬のお便りしましょう。講座では、酉年の年賀状をご指導します。  
■11/27(日) 14:00～16:00  
■(会員)2,808円 (一般)3,153円 (教材費)1,556円

### アートな年賀状

～手書きで出そう!～  
女流書家・翔Design主宰 山田 翔光  
カラー筆ペンでぐらぐら手書き。西を絵や文字で表現し、宛名書きの基本も学べるお得な講座です。  
■11/15(火) 15:30～17:30  
■(会員)2,592円 (一般)3,153円 (教材費)540円

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

運動が苦手な方も大歓迎!体力向上・減量・生活習慣病予防と改善などに効果があると言われています。走り方のコツや効果を紹介します。  
■第1・3水曜 10:00～11:30 10/5から ■6回(会員)16,200円

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

運動が苦手な方も大歓迎!体力向上・減量・生活習慣病予防と改善などに効果があると言われています。走り方のコツや効果を紹介します。  
■第1・3水曜 10:00～11:30 10/5から ■6回(会員)16,200円

### 関西 仏像めぐり

～仏像鑑賞入門～  
奈良県史料編輯・歴史展示係 学芸員 近藤 謙  
京都・奈良を中心に優れた仏像彫刻を拝観し、その形や信仰の意味、作家や地域・時代の特色などを学びます。  
■第3土曜 13:00～15:30 10/15から  
■6回(会員)19,440円 (教材費)648円

### バードウォッチング

日本野鳥の会大阪支部監事 平 軍二  
同会大阪支部幹事 斉藤 健  
都市公園、平野・林、水辺などの自然環境と、季節により異なる鳥の生活を遠くから静かに楽しみます。  
■第1土曜 9:30～12:30 10/1から  
■5回(会員)14,580円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### 短期 摘み菜でたのしみ～暮らしの知恵～

摘み菜を伝える会代表、和食料理人 平谷 けいこ、赤間 博斗  
摘み菜とは身近な草木を摘み、暮らしを潤す知恵。今期は野山で秋菜や椎を判別、染めや一閑張を楽しみます。  
■10/19、11/16(水) 10:00～15:00  
■2回(会員)5,832円 (一般)6,912円 (教材費)600円

### 短期 陶磁器の美

兵庫県立美術館副館長 弓場 紀知  
美術館にたたく名品を鑑賞し、美の発見と基礎知識を身につけます。入観料別途 イメージ写真  
■10/13、11/10、12/8(木) 13:30～15:00  
■3回(会員)8,748円 (一般)10,368円

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

運動が苦手な方も大歓迎!体力向上・減量・生活習慣病予防と改善などに効果があると言われています。走り方のコツや効果を紹介します。  
■第1・3水曜 10:00～11:30 10/5から ■6回(会員)16,200円

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣

### スロージョギング®

(一社)日本スロージョギング®協会認定指導員 武友 麻衣