

11月15日(水)10:00より受付開始!!

06-6991-1112

2017年冬の講座案内 NHK文化センター 京阪守口教室



ヒマラヤ大聖者の幸運を呼ぶ生き方

ヒマラヤ大聖者 ヨグマタ 相川 圭子
現在、会うことのできる世界でたった2人のヒマラヤ大聖者のうちひとりである講師が、欲や感情に振り回されない幸せな生き方、内面が求める本質的な生き方について語ります。



美演!今日から使える「心に届く話し方」

元NHKアナウンサー 松本 和也
元NHKアナウンサーの松本和也氏が著書「心に届く話し方65のルール」から、今すぐ使える伝え方のコツを豊富な実演をまじえてお伝えします。



今日からあなたも唄える!カラオケをもっと上手に!もっと楽しく!

スタジオヴォーカリスト 田中 靖子
カラオケは初めてという方にもおすすめのユニークで楽しいレッスンです。「川の流れるように」を一緒に唄ってみませんか!



新! 知っておきたい 朝鮮王朝の歴史物語

大阪経済法科大学 アジア研究所 客員研究員 殿 美鈴
朝鮮王朝の歴史資料を通して、500余年にわたる朝鮮王朝時代の人々の姿を紹介いたします。韓国ドラマや旅行がもっと楽しめます。



新! 「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、脳を活性化し元気な毎日を送るに欠かせません。初めての方、経験者も、楽しくそらばんをやってみませんか?一人一人に合わせた指導をします。フラッシュ暗算にも挑戦しましょう!



新! こども将棋

女流棋士 2段 船戸 陽子
将棋したい小学生あつまれ!強くなった子も楽しみたい子も大歓迎。面白くて集中力がつくと将棋をみんなでやってみよう。



SING!クリスマスソング

VOICE-A代表/ボイストレーナー 山城 敦子
馴染みのあるクリスマスソングをモデルで歌います。ハモれば楽しさも倍増!英語で歌ってみたい曲ありますか?



アイシングクッキー

日本アイシングクッキー協会本部講師 申山 馨
可愛いくて美味しいアイシングクッキーを作ります!



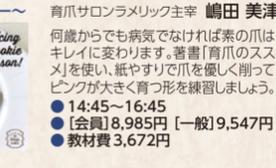
育瓜講座

育瓜サロンアメリカ主 嶋田 美津恵
何歳からでも病気でなければ素の爪はキレイになります。著書「育瓜のススメ」を使い、紙やすりで爪を優しく削ってピンが小さく育つ形を練習しましょう。



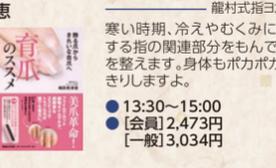
いつでもどこでも指ヨガ

指ヨガインストラクター 藤村 友恵
寒い時期、冷えやむくみに対応する指の関節部分を自分で体調整えます。身体もポカポカさりますよ。



骨盤底筋力体操

健康運動指導士 木下 友恵
イスに座った状態で骨盤底筋を引き締め、肩こりや腰痛、ポッコリお腹を解消します。



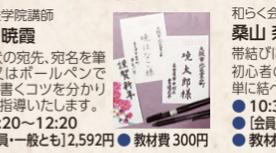
ニードルフルトアート

ニードルフルト作家 中田 昌樹
柴犬の特徴を捉えられるような微妙な表情を再現しよう。半完成品を元に作ります。



年賀状の宛名をきれいに書く

晩書法学院講師 奥野 咲露
年賀状の宛名、宛名を筆ペン又はボールペンで美しく書くコツを分かりやすく指導いたします。



切らずに作る作り帯

和らご会代表 桑山 奈津子 ほか
帯結びに困っている方、着物初心者の方に帯を切らずに簡単に結ぶお太鼓を作ります。



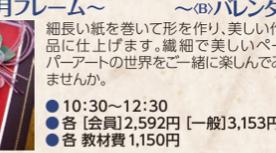
モダンしほ絹

フワサロンサングロー主 飛津 恵美子
ゴールドのタッセルと赤系のアーティフィシャルフラワーでゴージャスなお正月飾りを作ります。



季節を彩るペーパークイリング

ポタニカルクイリング/ジャパン インストラクター 岸 多賀子
細長い紙を巻いて形を作り、美しい作品に仕上げます。繊細で美しいペーパーアートの世界を一緒に楽しんでみませんか。



ワインとチョコレートのマリアージュ

ソムリエ/ドワイフワイン名譽客 細谷 志朗
今年はチョコレートにワインを合わせてちょっと贅沢な大人のバレンタインを演出してみませんか。3種の試飲とそのマリアージュを体験しよう。チョコ付です!



ユズの香りと日本酒でつくる和の石けん

手作り石けんアロマの教室/バニシア主 奥田 ちさこ
香り豊かなユズと日本酒を使ったお肌にやさしい和風の石けんづくり。石けんもセトで使えるユズの化粧水のアロマクラフト付です。



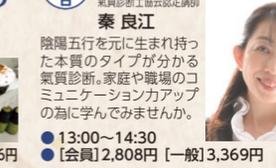
まるでスイーツ!可愛いバスボム作り

AEAJアロマセラピーインストラクター ouchi de aroma 大内 由紀子
まるで本物のスイーツ!寒い冬にお風呂に入れて身体も心もポカポカにしてくれます。



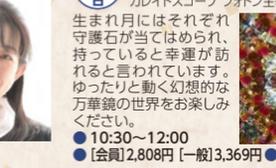
氣質診断入門

氣質診断士協会認定講師 秦良江
陰陽五行を元に生まれ持った本質のタイプが分かる氣質診断。家庭や職場のコミュニケーション力アップの為に学んでみませんか。



誕生石の万華鏡

カレドスコープ フォトン主 鈴木 明子
「巻く、ねじる、留める」この3つのポイントを学び、日常からパーティーまで、すぐに使えるアートのテクニクを伝授します。



はじめてのダーニング

ニット作家/ (公)日本手芸普及協会 手あみ師範 神山 万里子
ヨーロッパ伝統の衣類修繕技術「ダーニング」。穴があいた靴下や衣類に装飾をほどこすことで、より愛着のあるものになります。



ウールでまんまるがま口

雑貨屋Beans代表 小豆 美佐
かわいらしいがま口のショルダーポシェットを作ります。心細い生地を使ったあたたか素材を使います。



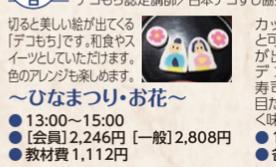
彩り豊かな雑穀を楽しむ

雑穀クリエイター 梶川 愛
美容や健康から注目と人気上昇の雑穀の魅力を活かせるようシンプルでやさしい季節に合ったレシピをご紹介します。今回は徳島県の郷土料理「そば雑穀」です。



デコもち

デコもち認定講師/日本デコもち協会インストラクター 笑 巻子
切ると美しい絵が出てくる「デコもち」です。和食やスイーツにいただけます。色のアレンジも楽しめます。



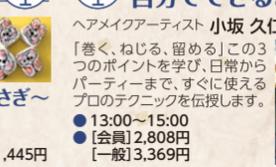
可愛いデコ巻き寿司

カットする可愛いデコ巻き寿司。見た目だけでなく、味も美味しいです。



すぐ使える!自分でできるまとめ髪

ヘアメイクアーティスト 小坂 久仁香
「巻く、ねじる、留める」この3つのポイントを学び、日常からパーティーまで、すぐに使えるアートのテクニクを伝授します。



スマートフォン写真教室

山本写真整理収納教室 山本 里か
写真を撮る時なんとなく沢山撮る?考えてちょっと撮る?3つのポイントを知ればスマホでも素敵な写真が撮れるようになります。



ちりめん壁飾り~雛人形~

柔らかなちりめん布で型に合わせて切り、ボンドで布をくみず。それを組み合わせて色紙に貼ります。心細いとき、楽しんでみませんか。



生花のレイメイキング

レイメイカー UMAHANA 大谷 幸生
春の訪れを知らせてくれるヒヤシンスをレイメイキングにしましょう。専用のツールを使って、一輪一輪刺していくレイメイキングです。甘い香りいっぱい、どなたでも楽しんでいただけます。



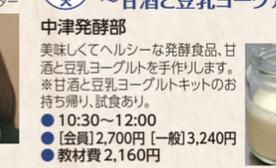
視力向上ヨガ~アイヨガ~

山本ヨガ研究所認定視力向上ヨガインストラクター 朝比奈 優
身体全体の調子をを整え、眼筋を鍛える眼球エクササイズで近視、ドライアイ、老眼、眼精疲労などの症状をやわらげ気分をすっきりさせます。



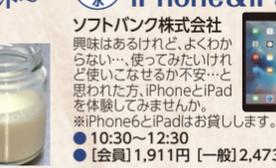
手作り楽しむ美味しい発酵食

興味あるヘルシーな発酵食品、甘酒と豆乳ヨーグルトを手作ります。甘酒と豆乳ヨーグルトキットをお持ち帰り、試食あり。



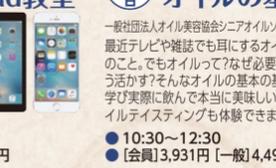
2時間でわかる! iPhone&iPad教室

ソフトバンク株式会社 興味はあるけれど、よくわからない...使ってみたくはないけれど、使いたくない...そんな不安...と思われる方、iPhoneとiPadを体験してみませんか。



オイルソムリエに学ぶ! オイルの基礎講座

一般社団法人オイル美容協会/シニアオイルソムリエ 中西 美樹子
最近テレビや雑誌でも見るオイルのこと、でもオイルってなぜ必要?どう活かす?そんなオイルの基礎を学ぶ!実際に飲んで本当に美味しい!オイルテイスティングも体験できます。



美術から読み解く仏教

種智院大学講師 那須 真裕美
美術と信仰の架け橋を渡すことで、仏教の奥深さを再発見してみたいと思います。まずは、釈迦の生涯を物語る仏教美術に挑戦してみよう。



今期おすすめ講座 ※会員以外の方も一般料金で受講できます。※教材費などは別です。

宇治拾遺物語を読む

元神戸学院大学准教授 中原 香苗
鎌倉時代初めに成立した説話集「宇治拾遺物語」を読みます。昔話として知られる話などを通して、その世界を味わいましょう。



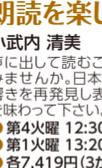
神々と神社の神話~伝承学~伊勢と出雲を探る~

佛教大学講師 村田 真一
日本の神々と神社を代表する伊勢のアマテラス、出雲のオホクニヌシを中心に、神話や伝承を読み解いていく講座です。



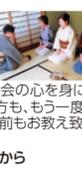
朗読を楽しもう

小武内 清美
声に出して読むことの楽しさに触れてみませんか。日本語の豊かさや美しい響きを再発見し表現することの楽しさを味わって下さい。



茶道裏千家

家元門下裏千家茶道正統 西川 宗真
裏千家茶道教室 西川 宗真
茶道は神の精神を学び、お茶の一期一会の心を身につける修練の道場です。以前習っておられた方も、もう一度始めてみませんか。お定の痛め方には、立礼点前もお教え致します。※教室は講師です。



わいわい健康麻雀

日本健康麻雀協会認定レッスンプロ 松尾 龍
健康・仲間・生きがい作りに健康麻雀を始めませんか。昨今、脳のトレーニングにも良いと評判です。



花とスケッチ水彩画

Kプレス表紙イラスト作者による~ イラストレーター 黒岩 多貴子
花を中心にスケッチのしかたや透明水彩の具の使い方をお伝えしながら、作品を作っていきます。



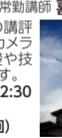
デザイン書道

デザイン書道家 佐伯 勉
美しい文字を書くだけでなく、文字の持つ意味を理解し、個々の感性を自由に発現させて楽しむ「デザイン書道」を学んでいきます。



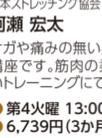
日曜フォト散歩(教室・現地)

大阪芸術大学 写真学科 非常勤講師 喜屋武 愛子
屋外での撮影と教室での講評を月1回ずつ行います。カメラの使い方や、撮影の基礎や技術を楽しく学べます。



ケガ予防ストレッチング

日本ストレッチング協会 ストレッチングインストラクター 阿瀬 宏太
ケガや痛みの無い身体を作ることが出来る講座です。筋肉の柔軟性を上げながら、軽いトレーニングで強い身体を目指します。



はじめての裂き織り・手織り

手織り講師 曾田 よう子
卓上織り機で裂き織りを始めませんか?布を糸にして織るという実用的な小物にリメイクできます。手織り初心者も基礎から学べます。



美しい針仕事 刺し子

(監修)刺し子作家 小川 裕子
(講師)手仕事仲間Ns倶楽部代表 角田 麗子
刺し子は時を経た日本の手芸、美しい針仕事です。日本古来の伝統模様や技巧を巧みに再現した刺し子キットで作品作りを楽しみましょう。



かわいらしい刺しゅうで作る布小物

刺繍作家/イラストレーター 石井 寛子
基本ステッチを覚えて、刺しゅうの布小物を作ります。初めての方にも楽しんでいただけます。



1回体験 できます (1回分受講料必要 ※教材費が必要な講座もあります)

お申し込み・お問い合わせは 06-6991-1112

見学もお気軽にどうぞ! (無料・15分) ※一部の講座を除く

受講料は1~3月 (3か月)分です。 ※一部の講座を除く

Table with columns: 講座名, 講師, 開講曜日・時間, 開始日, 受講料, 回数. Includes categories like 教養・文芸, 洋楽・邦楽・舞踊, 健康・ダンス, 外国語, こども.

Table with columns: 講座名, 講師, 開講曜日・時間, 開始日, 受講料, 回数. Includes categories like 絵画・カメラ, 健康・ダンス, 外国語, こども.

Table with columns: 講座名, 講師, 開講曜日・時間, 開始日, 受講料, 回数. Includes categories like 手芸・工芸, 書道, 現地講座.

大人の放課後 15時台からの講座をピックアップ! ※教材費などは別

Grid of 24 course cards for 'Adult Afternoon' section. Each card includes course title, instructor, time, and fee. Examples include 'やさしい仏教入門', '漢字書道', '和のイラスト講座', 'つまみ細工', etc.

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。)
●初めて受講する方はご希望の講座を予約の上、受講の申し込みと同時に入会をさせていただきます。入会金は5,000円+税です。70歳以上の方、学生の方など、年齢により入会金の割引があります。
●お申し込み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。
●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。