

趣味を見つけるお手伝い

楽しくチャレンジ

やりたいときがはじめ時



編み物教室

駒込

小物から大きな作品まで、編みたいものをマイペースで編んでいきます。初めての方にも丁寧に指導致します。一針一針手を動かして編んでみませんか？

講師：三橋 悠子
日程：月4回/木曜日
時間：10:00 ~ 12:30
受講費：6,000円/月4回
教材費：糸代 編図コピー代別途

<体験教室>

9月6日(木)・13日(木)/2日間
3,000円(材料費込)
お問い合わせ下さい



お申し込み・お問い合わせ

東京都北区中里1-15-7

TEL:03-3822-6768

水彩画講座 テッサンの基礎を学ぶ 駒込

絵の基礎となるくテッサン>を学んでみませんか。モチーフをじっくりと観察して、鉛筆を動かすことを習得。6回にわたり、テーマにそって練習していきます。

講師：込山 貴之
日程：9月 5日(水)かたちを取る練習1
 9日(水)陰影をつける練習1
 19日(水)かたちを取る練習2
 21日(水)陰影をつける練習2
 10月 3日(水)立体感を出す練習
 17日(水)質感を出す練習
 11月 7日(水)光の練習
 21日(水)細密描写の練習
時間：13:00 ~ 16:00
受講費：16,500円/6回
持ち物：鉛筆(H HB 2B)・練消しゴム



囲碁の基礎を学ぶ



囲碁の打ち方を学べる初心者向けの教室です。楽しみのひとつに囲碁を取り入れてみませんか。頭の体操や脳の活性化に利用してみましょう。

講師：洪澤真知子(日本棋院棋士・NHK囲碁番組司会)
日程：9月4日・11日・18日・25日
時間：13:30 ~ 15:30
受講費：8,000円/4回
持ち物：筆記用具

4日間体験

駒込

Let's Enjoy!

やさしい 旅行英語

初級の会話練習のための講座です。海外旅行が一層楽しくなるよう、空港・ホテル・レストランなどで必要な実践的フレーズ、天気や日本の文化・習慣など語彙や表現方法を幅広くを学んでいきます。

講師：小野ゆき子(元大学英語講師・米国NY市在住経験あり)
日程：月4回 木曜日コース / 金曜日コース
時間：10:30 ~ 12:00
受講費：6,000円
持ち物：筆記用具

駒込

1日体験 1,500円

新講座

足っほ リフレクソロジー入門

駒込

ご家庭でできる足裏健康法を楽しくお伝えします♪

足は第2の心臓です！ 足をもんで全身の血行を促進！
血液サラサラ 免疫力アップ 自然治癒力を高めましょう！

講師：奥田 芳美(プロ若石健康法マスター・気功普及指導員初級講師)
日程：毎週木曜日
時間：10:30 ~ 12:00
受講費：6,000円/月4回
持ち物：膝まで出せるズボン・タオル・ハンドクリーム・お白湯・筆記用具

1日体験
8月30日(木)
1,500円



本来の姿勢を取り戻す ストレッチ講座 駒込

生活習慣からくる身体のゆがみや痛みをなくしましょう。リンパの流れを良くし、身体の内部の筋肉を鍛えることで、本来の姿勢を取り戻すことができます。

1日体験 1,000円 女性限定
9月5日(水)・19日(水)

講師：東 三智(元宝塚歌劇団)
日程：毎週水曜日
時間：10:30 ~ 12:00/13:30 ~ 15:00
受講費：6,000円/月4回
持ち物：動きやすい服装・五本指ソックス

グリーンウォーク

駒込

講師と共に庭園・公園を散策し、身近にある樹木や草花の知識(植物名や特徴)を習得していきます。

講師：船越 亮二(NHK園芸講師)
日程：10月10日(水) 都立薬用植物園
 10月24日(水) 上野恩賜公園
 10月31日(水) 小石川植物園
 11月14日(水) 光が丘公園
時間：10:30 ~ 14:30頃
受講費：1,500円/1回 昼食持参
集合場所：お申し込み後にご案内いたします。



植物 細密画

駒込

植物画の描き方の基本から、植物の特長や形のつかみ方まで初歩の段階から、丁寧に指導いたします。絵が苦手な方でも美しい植物画を描けるようになります！

9月5日(水)・19日(水) のうぜんかずらを描きます
体験 5,000円/2日間

講師：込山 貴之
日程：月2回 水曜日
時間：10:00 ~ 12:00
受講費：15,000円/6回
持ち物：お持ちの水彩絵の具・パレット・筆など



水彩画・静物 駒込

静物・花・野菜など、いろいろなモチーフをもとに楽しみながら描いていきます。ガラスなど立体感や質感をだす練習もします。

講師：込山 貴之
日程：月2回 水曜日
時間：13:00 ~ 16:00
受講費：16,500円/6回
持ち物：お持ちの水彩絵の具
 パレット・筆など

1日体験
9月5日(水)
2,500円

ペン字・筆ペン

駒込

今、ブームの美文字・・・パソコン全盛の時代だからこそ自分の手で温かい美しい文字を書きたいと思いませんか？文字のバランスの取り方を学びほんの少しのコツをつかむだけで文字は美しく変化します。

講師：樋谷秋萌(日本ペン習字研究会理事・審査員)
日程：月2回 水曜日
時間：10:30 ~ 12:30
受講費：12,000円/6回
持ち物：普段お使いのペン・ボールペン・筆ペン

1日体験 9月5日(水)・19日(水) 2,000円

粋でいせせせ 江戸文字

駒込

歌舞伎や相撲でおなじみの、小粋な江戸の文字。熨斗袋の上書きや芳名帳に江戸文字で書けたら、きっと一目置かれることでしょう。あなたも書けるようになりますか？

講師：志村康夫(江戸風絵師)
日程：月2回 土曜日
時間：14:00 ~ 16:00
受講費：12,000円/6回
持ち物：筆ペン・筆記用具

1日体験
9月1日(土)
1,500円



お正月飾り

駒込

わらを編む作業から始めお正月飾りを作ります。既製品では味わえない昔ながらの手作りのよさを味わいましょう！

1日体験!

講師：洪田香代子
日程：12月12日(水)
時間：13:30 ~ 16:30
受講料：3,500円(消耗品込み)
持ち物：エプロン・レジャーシート・定規(30cm)ハサミ・持ち帰り用大きめの袋・ズボン着用

