

NEW ヨーロッパのフラワーデザイン史
シャン・フルーリー イズミ代表
藤井 真弓
古代から現代欧州における
フラワーデザインの歴史と特
徴を紹介し、最終日はフ
ラワーデザインを実践しま
す。

- 第1・3火曜 10:30～12:00
- 1/7～3か月6回 19,140円 維持費1,716円
体験 1/21 3,476円 教材費1,000円

NEW ハーブと漢方で季節養生
漢方養生指導士 伊東 純子
四季のある日本、季節の特
徴を学び、その時期に向
合わせた生活養生を学んで
いきます。

- 第1・3火曜 15:30～17:00
- 1/21～3か月5回 16,500円 維持費1,540円
体験 1/21 3,608円 教材費1,320円

NEW リボン刺しゅう
日本リボン刺しゅう協会認定講師
鴻池 美和
基本ステッチから学び、コ
ツをたかんでふくらとした立体的
な刺しゅうを楽しみます。

- 第1火曜 13:00～15:30
- 1/30～3か月3回 9,240円
維持費858円
体験 1/30 3,366円 教材費1,000円

NEW パステル・オイルパステル画
画家 土屋 泉太
色彩を楽しみながらモチーフと
向かい合い、自分なりの一枚を仕
上げましょう。

- 第1土曜 10:00～12:30
- 2/1～3か月3回 9,900円
維持費858円
体験 2/1 3,586円
教材費550円

NEW 羊毛フェルト(ベアシック)
旧日本羊毛フェルト協会代表理事
佐々木 伸子
羊毛の風合いを活かした、温か
みのある色合いの小物を一
つずつ制作していきます。

- 第1火曜 13:00～15:30
- 1/7～3か月3回 11,220円
維持費858円

NEW 昭和名曲で懐メロダンス
Choreographer(振付師) RISABON
昭和の名曲に合わせて踊れば運動
不足の解消に。脂肪燃焼にも効果
的な簡単楽しいダンスです。

- 第2・4火曜 11:00～12:00
- 1/8～3か月6回 17,160円
維持費1,716円
体験 1/8 3,168円

2025年1月期 よろこび・楽しみ・自由が丘駅南口 魚菜ビル3階

よみうりカルチャー自由が丘

まなび いっぱい SNSで発信中 ホームページで検索 フォローはこちら

お申し込み お問い合わせ **03-3723-7100** 受付時間 10:00～20:00 (土曜10:00～19:00) (日曜10:00～15:00)

読売IDで受講申し込みができます!

※受講には事前のご予約が必要です。詳しくはお問い合わせください。

NEW 女性 日舞で楽しく健康エクササイズ
名古屋川流舞踊 小林 華子
日本舞踊の動きでエクササイズ。
楽しく踊って足腰強化、美しい所
作も身につきます。

- 月曜 13:30～14:30
- 1/20～3か月11回 26,620円
維持費3,146円
体験 1/20 2,728円

NEW ゼロから始めるベトナム語
よみうりカルチャー講師
ティン ニュクイン
基礎的な6つの声調を学び、独特
な発音を習得しながら、日常生活
で役立つ会話表現を学びます。

- 第1・3月曜 16:00～17:30
- 1/6～3か月6回 19,800円
維持費1,716円
体験 1/6 3,586円

NEW 懐かしのDISCOナンバーを歌おう
シンガー COKURI
70・80年代の洋楽・邦楽のディス
コで流れていた曲を歌いましょう。
時には軽いステップも踏んで当時
をプレイバック。

- 第2・4月曜 16:00～17:30
- 1/27～3か月5回 15,400円
維持費1,540円 体験 1/27 3,410円

NEW プラモデル&ガレージキット作製
〈少人数・フリータイム制〉
プロモデラー 谷 茂樹(chomo)
プラモデルからガレージキットまで、あな
たの夢の作品と一緒に作り上げます。ク
リティアップの方法やジグマ製作も個
別に対応。

- 第1・3木曜 18:30～21:00
- 1/30～3か月4回 14,520円
維持費1,232円
体験説明会 1/16 19:00～20:30
2,508円

NEW 野外 石垣から読み解く江戸城の歴史
城マニア・観光ライター いなもと かおり
野外実習と座学の組み合わせで江戸城の
石垣にある謎を読み解きます。ゲーム感覚
のワークショップで楽しく城マニアの世界
に飛び込んでみませんか?

- 野外 1/29・2/26(水) 10:30～12:30
教室 2/12・3/12(木) 11:00～12:30
●1/29～3か月4回 15,400円
維持費1,144円

NEW 新やまと文字®
日本文化に基づいた旬の言
葉や絵など、顔彩を使って
美しく表現し、季節の作品作
りを楽しみます。

- 第1金曜 14:00～15:30
- 1/31～3か月3回 9,920円
維持費858円
体験 1/31 2,926円
教材費200円程度

NEW みんなで歌う斉唱・合唱
武蔵野音楽大学卒 武川 真紀子
童謡、唱歌から世界の名曲、合唱曲
等々歌うグループレッスンです。時
には一部合唱で美しいハーモニー
も楽しめます。

- 第1・3火曜 10:30～12:00
- 1/15～3か月6回 16,500円
維持費1,848円
体験 1/15 3,080円 教材費55円

NEW ピアノ伴奏で歌う韓国ノレバン
国立音楽大学声楽科卒業 進藤 裕子
韓国ドラマのテーマ曲、懐かしい歌
謡曲、心に響くバラード曲などを原
語で歌います。

- 第2・4月曜 10:30～12:00
- 1/27～3か月5回 16,500円
維持費1,540円
体験 1/27 3,630円

NEW カリンバを楽しもう(個人30分)
おてがるカリンバ協会認定講師
大瀧 麻里子
アフリカ生まれのカリン
バは、ハンドオルゴールと
も呼ばれる優しい音色が
特徴です。何か音楽を始
めた。い。そんな方にお
勧めの手軽な楽器です。

- 第2・4金曜 13:00～15:00
- 1/24～3か月5回 18,150円
維持費1,540円
体験 1/24 3,960円 楽器レンタル代500円

公開 自分好みの味を追求する「自家焙煎珈琲」
美と健康を提案するサロンWackWack自由が丘
家庭焙煎師 佐々木 伸子
自分で焙煎し、ついに
にすめたくなるこだわ
りの一杯を作り上げ
る時間を楽しみま
しょう。珈琲豆を活
かしたスイーツ試食有。

- 1/27(月) 10:00～12:00
- 3,630円 教材費550円

NEW 知識ゼロからちよっぴり本格派へ 日本酒入門
「ゼロから学べる日本酒講座」主催
白石 結人
座学ときき酒で日本酒に
関する知識を深め、お酒の
楽しさをもっと感じられ
るようになるカリキュラムで
す。

- 第2土曜 16:00～17:30
- 1/11～3か月3回 9,900円 維持費924円
体験 1/11 3,608円 教材費1,320円

公開 テンショ・レイショ ソウショ 篆書・隷書・草書 書体を書き比べてみよう
中国文芸学院院长 高小 飛
書体の違いを筆使いから学
び、その特徴を書き比べて
楽しみます。奥深い書の世界に
触れてみませんか。

- 2/25(火) 16:00～17:30
- 3,058円 教材費450円

NEW 声と健康・ボイストレーニング
Voice Office Tokyo代表
山口 もこ
思いっきり声を出して、食
べる、話す、歌う時に必要
な喉まわりの筋肉を鍛えま
しょう。

- 第1・3火曜 15:00～15:40
- 2/4～3か月4回 11,880円
維持費1,232円
体験 2/4 3,300円

NEW 昭和歌謡&POPSコーラス
トキワミュージックスクール代表 常盤 正徳
昭和歌謡のヒット曲や60・70
年代のフォークソング、日本
と海外のPOPSなどを幅広く
選曲、ピアノ伴奏で楽し
くコーラスします。

- 第2・4月曜 13:00～14:30
- 1/27～3か月5回 13,750円
維持費1,540円 体験 1/27 3,080円

NEW みんなでカリンバ
●第2・4金曜 15:30～16:45- 1/24～3か月5回 15,400円
維持費1,540円
体験 1/24 3,410円
楽器レンタル代500円

講座案内は

公開 美と健康に抗酸化珈琲を
美と健康を提案するサロンWackWack自由が丘
家庭焙煎師 佐々木 伸子
毎日の1杯を美と
健康を引き出す抗
酸化珈琲に、自家焙
煎で特別な美味し
さを実感。抗酸化ス
イーツお土産有。

- 1/27(月) 14:00～16:00
- 3,630円 教材費550円

自由が丘 招っちゃん
「招る」とは好きなことや趣味、
恋愛などに深くハマってしまうこと。
講座を通して、奥深い世界をのぞいてみよう!

公開 真冬の静寂「怪談朗読」
怪談朗読者 道野 草太
講師が生み出す、声を通
じた恐怖や感情が
伝わる表現で、物語
の世界に入った気分を
味わってみませんか。

- 2/1(土) 17:00～18:30
- 3,608円

NEW 男性 自由が丘 紳士グリークラブ
バリトン歌手 井上 雅人
男声合唱ならではの幅広い音
域を活かし、心に届く重厚な
ハーモニーを響かせましょう。

- 第1・3月曜 15:30～17:00
- 1/6～3か月6回 19,800円
維持費1,848円
体験 1/6 3,630円

NEW 歌って健康! 楽しく「フレイル予防」
童謡歌手(姉妹デュオ) 坂入 姉妹(姉・めぐみ、妹・まき)
脳トレや口腔体操も取り入れな
がら、懐かしい童謡唱歌や歌謡曲を
歌い、心身の健康づくりをしま
しょう。

- 第1・3火曜 12:45～14:00
- 1/15～3か月5回 16,500円
維持費1,540円
体験 1/15 3,630円 教材費330円

はじめてのジャズピアノ (個人30分)
ジャズピアニスト 外谷 東
ジャズピアノのメロディー、ハーモ
ー、リズムの観点から、気軽に
楽しんで弾けるように指導しま
す。

- 第2・4火曜 15:00～21:00
- 1/14～3か月5回 20,900円
維持費1,540円
体験 1/14 4,510円

公開 九谷焼様式の給付け
日本彩色チャイナペインティング倶楽部所属 成村 和美
力強い骨描きと透明
感ある濃厚な色釉
が特徴である九谷
焼の魅力を給付け
で楽しみませんか。
<焼成後受渡後日>

- 1/18(土) 13:30～16:00
- 3,388円 教材費5,600円

公開 3回完結 講談ワークショップ
講談師 神田 山緑
演目は『山内一豊の妻』。特
有のリズムや緊迫感を味
わい、世界観を意図しなが
ら語りに挑戦します。

- 1/15・2/5・3/5(水) 19:00～20:00
- 10,824円(3回) 教材費3,300円

水曜英会話プライベートレッスン (個人40分)
よみうりカルチャー講師
ラッセル ハリス
●第1・3水曜 14:00～18:00
●1/15～3か月6回 33,000円
維持費1,716円
体験 1/15 5,786円

森本さちこの スタンブワーク刺しゅう
監修 Creative English Needleworks Studio主宰
同認定講師 山口 恵
一針ごとに美しい立体感を作り出す
スタンブワークの技術で、英国の四
季を感じる作品を作ります。

- 第3木曜 ①10:30～12:30
②13:00～15:00
- 12/19～3か月3回 9,900円
維持費858円

ボールペンと水彩で描く イメージイラスト
多摩美術大学大学院絵画修了 安井 春菜
身近な画材であるボールペンで下
絵を描き、水彩で彫彩します。講師
の筆を使って絵の基礎から学びま
す。

- 第3火曜 13:00～15:00
- 1/15～3か月3回 9,900円
維持費858円
体験 1/15 3,586円 教材費330円

清水航絵画教室・夜間デッサンコース
日本画家 清水 航
日本画家として活躍する講師が、実
演を交えながらデッサンを指導
します。

- 第3金曜 18:30～21:00
- 1/17～3か月3回 9,900円 維持費858円
体験 1/17 3,586円 教材費440円

はじめての太極舞®
健康運動指導士 辻 幸子
●第1・3月曜 14:00～15:00
●1/6～3か月6回 16,500円
維持費1,716円
体験 1/6 3,058円

ロシア武術システム
近衛システムストラクター
近藤 豊
●第2・4火曜 15:00～16:00
●1/12～3か月5回 14,575円
維持費1,430円
体験 1/12 3,201円

公開 3回完結 講談ワークショップ
講談師 神田 山緑
演目は『山内一豊の妻』。特
有のリズムや緊迫感を味
わい、世界観を意図しなが
ら語りに挑戦します。

- 1/15・2/5・3/5(水) 19:00～20:00
- 10,824円(3回) 教材費3,300円

ベーシックカリグラフィー
監修 カリグラファー 小田原 真喜子
カリグラファー 松沢 恵未
●第2・4土曜 10:30～12:00
●1/25～3か月5回 13,750円
維持費1,430円
体験 1/25 3,036円

シニアのやさしいイスヨガ
作業療法士 松本 牧絵
●第2・4火曜 12:45～13:45
●1/8～3か月6回 17,160円
維持費1,716円
体験 1/8 3,146円

顔ヨガ
顔ヨガインストラクター
Michiko
●第2・4月曜 11:00～12:00
●1/27～3か月6回 16,500円
維持費1,716円
体験 1/27 3,058円

はじめての太極舞®
健康運動指導士 辻 幸子
●第1・3月曜 14:00～15:00
●1/6～3か月6回 16,500円
維持費1,716円
体験 1/6 3,058円

ロシア武術システム
近衛システムストラクター
近藤 豊
●第2・4火曜 15:00～16:00
●1/12～3か月5回 14,575円
維持費1,430円
体験 1/12 3,201円

水曜英会話プライベートレッスン (個人40分)
よみうりカルチャー講師
ラッセル ハリス
●第1・3水曜 14:00～18:00
●1/15～3か月6回 33,000円
維持費1,716円
体験 1/15 5,786円

公開講座

入会金不要 ※会員料金の表示がない場合は、一般と会員
要予約 共通の金額です。(維持費等含む)

「苺の鉢植え」キャンドル
キャンドルアーティスト
佐川 かおる
リアルな苺や葉っぱ、
かわいらしい苺の
花を作って口
の鉢に植えこま
す。

- 1/12(日) 13:00～16:00
- 3,080円 教材費2,860円

3回完結! 「BEYOND THE REEF」の Hempポシェット
ビヨンドザリーフワークショップ認定講師
miho
3回完結で人気のHempポ
シェットを作りましょう。色はカ
スタイズ出来ます。

- 1/20・2/17・3/17(月) 12:30～15:00
- 10,824円(3回) 教材費6,500円

輝きの彫刻アート「シャインカービング」
シャインカービングアンバサダー認定講師
MIZUHO
図案が印刷された柔らか
いシートを彫刻刀で彫り、ガ
ラスのような質感で美し
く輝くアートを制作します。

- 1/12(日) 10:00～12:00
- 4,158円 教材費2,750円

生クリームで作るドールケーキ
Sakura Bloom sweets主宰
篠崎 清美
生クリームでフリルやリボ
ンを絞り、ドリス型のいち
ごのショートケーキを作り
ます。かわいらしい作品は
ひな祭りにもピッタリです。

- 2/28(金) 14:00～16:30
- 5,500円 教材費5,500円

おいしい台湾ごはん
国際中華講師
国際中華講師
賀山 育恵
冬の寒さを乗り
切る「台湾菜譜
料理」温活ス
と特製ラー油
を手作りましょう。

- 2/5(水) 13:30～15:30
- 3,630円 教材費1,870円

2回完結! PPバンドで作る おしゃれなプラカゴ
監修 ぶるる工房主宰 古木 明美
同公認講師 山田 成子
実用的で軽くて丈夫なプラ
チック製のバッグ、収納かごと
しても使えます。

- 1/24・1/31(金) 10:00～12:30
- 6,776円(2回) 教材費3,960円(テキスト本含む)

籐で編む「ミニチュアかごバッグ」
クラフト工房「ユウリ」主宰
伊井田 陽子
自然素材の籐で、小さくても
本格的なミニチュアか
ごバッグを編みましょう。
①パーカー
②丸かご

- 3/29(土) ①10:00～12:30 ②14:00～16:30
- 4,378円(1回) 教材費1,000円

桜盆栽づくり
増築盆栽教室主宰 岸本 千絵
桜盆栽をつくり、日本の四季
を自宅で楽しみませんか。

- 2/13(木) 13:30～15:00
- 2/17(月) 10:30～12:00
- 3,388円(1回) 教材費7,700円

一条もんこの「カオマンガイ」
スパイス料理研究家 一条 もんこ
フライパン一つで
作れる「もんこ風」
カオマンガイを紹
介します。スパイス
で味付けした鶏む
ね肉をインドのバ
スチマライと共
に炊き上げます。

- 2/16(日) 10:30～12:00
- 2,970円 教材費880円

韓国餃子「マンドゥ」
韓国料理研究家・韓国ドラマ食堂! 著者
本田 朋美
数々の受賞歴を誇る講
師が皮から手作りする
本格的なマンドゥを紹
介します。韓国で一般的
な馬蹄型の包み方も丁
手に指導します。(スープ、お
かず、韓国菜の試食付)

- 2/16(日) 10:30～12:30
- 4,180円 教材費3,300円

とっさに使える護身術
林流総合武術 最高師範
山野 亜紀(女 邦史朗)
何かあった時にどうやって身を守
ろうかと、なんとなく不安なあなた
に相手をいなく護身の技を紹介しま
す。

- 2/15(土) 15:30～17:00
- 3,058円

K-ステッチ
クロスステッチデザイナー
石井 敏江
韓国で見つけたたくさんの
“かわいい”が詰まったデ
ザインのクロスステッチです。

- 2/1(土) 13:00～15:00
- 3,058円(会員2,728円) 教材費2,400円

ハワイアンのクロスステッチ
シンプルな技法の刺繍で
ハワイらしいデザインを表現
します。

- 1/27(月)・1/30(木) 10:30～12:30
- 3,058円 (会員2,728円) (1回) 教材費3,500円

わが家の手前みそ
みそ料理家
蔵迫 みどり
創業230年を誇る
国産蒸し漬大豆と
生麴を使い、合わせ
みそを作ります。
(2.5kg持ち帰り)

- 2/23(日) 10:30～12:00
- 3,055円 教材費2,310円

アジアを感じるティータイム 5種のベトナムスイーツ
ベトナム料理家・美観料理研究家
本間 みのり
素材な美味しさに
魅了!ベトナム風
ざんぱいチャー、他
4種のスイーツを
ベトナムコーヒー
と現地のお茶と共に
味わいます。

- 2/3(月) 14:00～16:00
- 3,630円 教材費1,430円

アジアを感じるティータイム 5種のベトナムスイーツ
ベトナム料理家・美観料理研究家
本間 みのり
素材な美味しさに
魅了!ベトナム風
ざんぱいチャー、他
4種のスイーツを
ベトナムコーヒー
と現地のお茶と共に
味わいます。

- 2/3(月) 14:00～16:00
- 3,630円 教材費1,430円

腸活料理で正月太りを 美味しくリセット!
食物繊維や発酵食
品が豊富な6種類の
腸活メニューを
紹介。腸内環境を
整えながら太りに
くい体を作ります。

- 1/26(日) 10:30～12:30
- 3,630円 教材費1,430円

介護・介助が楽になる 体の使い方
身体技法研究者 甲野 陽紀
自分が楽に動けるようにな
ると介護を受ける方の
心地よさにもつながるこ
とをぜひ体感してください。

- 2/27(木) 10:00～11:00
- 4,158円

ペン1本で描けるパターンアート「ゼンタングル®基礎編」
ゼンタングル®認定講師 Chika
絵心が無くても、簡単なバ
ターンで美しい描画が完
成し、達成感を味わえるア
ートです。

- 1/25(土) 13:00～15:00
- 3,608円 教材費500円

はじめての声優体験 様々なキャラクターを 声だけで届ける
声優指導講師 佐山 直子
キャラクターの演じ分けや、
キャラクタービジュアルに合
った声や演技で役を表現す
ることに挑戦。声優を体験
してみたい方から、目指し
たい方までが対象です。

- 1/26・2/9(日) 10:30～12:00
- 7,216円(2回) 教材費300円

フラメンコギターライブ
VIVAフラ代表 池川 寿一
伝統的なフラメンコの楽
曲と誰もが知る名曲で、心
に残る情熱的な演奏を響
かせます。

- 1/26(日) 10:30～12:00
- 2,538円

事業企画・大手町スクール
お申し込み・お問い合わせ 03-3642-4301

■国立劇場 手ぬぐい付き
イヤホンガイド・プログラム付き
令和7年初春歌舞伎
通し狂言「彦山権現誓助剋」
四幕六場

- ◆出演 尾上菊五郎
尾上菊之助ほか
◆1/25(土) 13:00開演
◆13:00開演
◆会場:新国立劇場 中劇場(東京・初台)

■国立劇場
イヤホンガイド・プログラム付き
令和7年2月文楽
通し狂言「妹背山婦女庭訓」
◆2/22(土) 11:00開演
◆9,500円(1等席)
◆会場:文京シブヤクホール・大ホール(東京・春日)

レクリエーション介護士2級
日本アクティブコミュニティ協会認定講師
柴田 智恵子
現場感ある講座で、高齢者施設
でのレクリエーションやボラン
ティア活動にも即活かれます!

- 2/8・2/22(土) 13:00～19:00
- 21,296円(2回) 教材費15,000円

津久井智子の消しゴムはんこ
消しゴムはんこ作家 津久井 智子
消しゴムはんこの著書
やTVでおなじみの講師
が、作り方をから丁寧
に教えます。カードやば
らに裁き、きれいなスタ
ンプで押すコツも。

- 12/1(日) 13:00～15:30
- 3,828円 教材費660円

羊毛フェルトで作る 2025年干支「巳年」
atelier KC主宰 佐藤 有紀子
2025年は巳年。羊毛に針
をサクサク刺して形にし
て、玄関やリボンに飾
って新年を迎えよう。

- 12/16(月) 13:00～16:00
- 4,213円 教材費2,750円

新春にシャンソンしよう
シャンソン歌手 小川 景司
シャンソンの名曲「恋心」にチャ
レンジ。歌詞を読み解き、歌唱
法を学び、シャンソン歌手にな
った気持ちで歌ってみよう。講
師歌唱による歌うコツも伝授。

- 1/27(月) 15:00～16:30
- 3,080円

はじめてのピラティス
ピラティスインストラクター
Juri
呼吸と共に体の軸と深く
深い筋力を鍛え、姿勢を整え、
日常生活がより気持ちよく
過ごせる体を目指します。

- 1/24(金) 14:30～15:30
- 3,058円

2025 新春開運講座
占いコーディネーター 七宮 昂
倉賀 富美男
天文学&占星術の
両面から、2025年
の星を語り、星の
見つけ方と、星がも
たらす運命を解説!

- 1/11(土) 14:00～16:00
- 4,268円

幸せを呼ぶ数秘術 (個人鑑定20分)
日本数秘術研究会代表
興村 ショウコ
生年月日に秘められた才
能や運命を解説し、個別に
暮らしの役に立つメッ
セージを伝えます。

- 1/11(土) 10:00～12:30
- 3,058円

ムンロ王子2025年を占う
～乙巳をどう生きるか～
ハイブリッド・パフォーマンス
ムンロ王子
ムンロ王子が自ら引いたタロット
カードと干支を組み合わせ、2025
年を迎える心構えについて解説。

- 1/25(土) 13:00～14:30
- 4,488円 教材費220円

会場:読売新聞東京本社3階「新聞教室」
■親子で考えるスポーツキャリア
世界で戦うプレーヤーになるために
「サッカーU-20W杯、スペイン、Jリーグの現場から」
前U-20日本代表監督、現横浜F・マリノス監督 高橋剛一
サッカー・大宮スプリングスの若手選手は日々何を考
え、練習に臨んでいるのか。リアル・シエラで過ごした1
年間を感じた日本との違いのほか、U
ー20日本代表監督やJリーグでの指
導経験から考えた「プロスポーツ選
手」というキャリアについて語ります。

- 1/5(日) 11:00～12:30
- 3,300円(親子5,940円・子供は
小学生・高校生)維持費1人220円

■梅田芸術劇場
ミュージカル「SIX」来日版
(英語上演・日本語字幕付き)
16世紀の英国から現代へと蘇った6人の王妃と
「英国史上最も有名な悪逆無道な暴君」
悪名高い元夫ヘンリー8
世に敵対したアン・ボ
レー、そして人生を音楽に
かけた「誰がいつか悲劇
に終わったか」を歌うた
めに歌い明かす80分ノ
ンストップ、エネルギー
ミュージカルが本初上
陸。

- 1/26(日) 13:00開演
◆14,000円(会員13,500円) (指定席)
◆会場:EXシアター六本木(東京・六本木)

● 3,135円 材料費1,700円