

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
【新設講座】 足つぼ健康法で元気な毎日を！！ 〈基本編〉〈全6回〉	八馬 尚子	足ツボは体の弱った部分の反射区ほど揉めば痛みがはしります。揉みほぐせば肩こり、浮腫み、臓器などにも効果が期待できます。揉み方を覚えてご自身、お子さん、介護に役立てましょう！ (期間：6ヵ月)	第2(金) 14：00～15：00	全6回 6ヵ月 15,000円+税
【新設講座】 〈女性専用講座〉 ～介護に活かす！～ アロマとマッサージ 〈全6回〉	見谷 貴代	医療や介護現場で使われているマシュマロタッチ®のハンドマッサージの技術と、介護や認知症予防、ストレッチケアに使えるアロマの基礎知識が学べます。15種類の精油の使い方や介護にも活かせるアロマの香りを使ったクラフト作りが楽しめます。病院や高齢者施設での経験豊富な看護師で、アロマセラピストの講師がお教えします。	第1(日) 10：15～12：15	(全6回) 3回 3ヵ月 9,000円+税
【女性専用講座】 楷林式アロマ膝ケア(セルフ編) 〈全3回〉	田垣内 佐知子	歩く事が健康に良いことは皆様をご承知の事でしょう。しかし膝が痛ければ歩きたくても歩く事ができません。楷林式アロマ膝ケアは日本人の膝をよくしようという思いから考案されました。アロマオイルを使った膝のセルフケア方法を学び実践することで痛みを変化させ、さらに関節の可動域が広がることで痛みから解放され歩くことが苦にならなくなっていきます。セルフケアを実践して毎日を楽しく明るくしませんか。	第3(木) 10：30～12：00	全3回 3ヵ月 12,300円+税
【新設講座】 〈女性専用講座〉 楷林式アロマ膝ケア(相モデル編)	田垣内 佐知子	楷林式アロマ膝ケアは日本人の膝をよくしようという思いから考案されました。相モデル編はホームケアとしてご家族の慢性的な膝痛や運動後の膝痛を和らげる膝ケア方法を学びます。アロマオイルを使った膝のトリートメントで痛みを変化させ、関節の可動域が広がることで痛みから解放されていきます。膝ケア(相モデル編)を実践してご家族の毎日を楽しく明るくしませんか。 (期間：3ヵ月)	第3(木) 10：30～12：00	全3回 3ヵ月 12,300円+税
経絡ハンドセラピスト養成講座	永藤 香代子	経絡とは何か？中医学をベースにした経絡理論とWHO標準経穴(ツボ)対応の本格的なハンドトリートメントの技術を習得できる資格認定講座です。	第1・3(木) 10：30～12：00	全5回 3ヵ月 27,000円+税
～ココロとカラダの健康に役立つ～ 英国式アロマセラピー活用法 〈全3回〉	てらうち 佳奈子	天然アロマの薬理作用について学びながら、ご自分の肌質や目的に合ったアロマアイテムを作ります。	第4(日) 10：30～12：30	全3回 3ヵ月 9,000円+税
【女性専用講座】 ～リフトアップ&むくみ改善～ セルフケアかっさ 〈全3回〉	山下 さち子	天然素材で作られたかっさ板を使って体を擦ることにより気血の巡りを良くする「かっさ」のセルフケア方法をお伝えします。二千年以上の歴史があり中国では医療現場でも使われるかっさは日本では美容やスリミング法として広まりました。リフトアップだけでなく眼精疲労、シミ、シワ、たるみ、むくみの改善にも効果的です。	第1(火) 10：00～11：30	全3回 3ヵ月 9,000円+税
【新設講座】 作品をつくる人のための配色レッスン 〈全6回〉	とおみね きよみ	作品をつくる時、色の組み合わせに悩んだり、出来上がった作品が思っていたイメージと違うことはありませんか？色の効果や組み合わせは、思った以上に大切です。正しい色の知識と配色方法で、ワンランク上の作品を作りましょう！	第4(月) 10：30～12：00	(全6回) 3回 3ヵ月 9,000円+税
【新設講座】 断捨離講座 〈全6回〉	丸山 ゆり	断捨離ですっきり生活を始めませんか？入ってくる不要なモノを断って、ガラクタを捨てて、執着から離れてゆきましょう。断捨離の基本の概念をお伝えしたあとは、キッチン、洋服と具体的に場所やモノを決めて、断捨離をしてゆきましょう。	第1(火) 10：30～12：30	(全6回) 3回 3ヵ月 7,500円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
【新設講座】 暮らしに役立つお片づけと防災備蓄 (全6回)	金井 康子	いつか片づけよう、片づけようとはなっているけれど、なかなか始められない。どこから手をつけていいのか分からない、そのようなお悩みにお答えします。片づけをしたその先には嬉しい効果が沢山待っています。その効果をぜひ実感してください。モノに溢れた暮らしにサヨナラをして、そろそろ本気で片づけを始めてみませんか？防災備蓄のテーマを2回加えて全6回で開催いたします。ご興味のある回だけのご受講も可能です。	第2(火) 10:30~12:00	(全6回) 1回1ヵ月 3,300円+税
アートカルチャーケア・コーディネーター養成講座 (初級)	馬淵 弘子	あなたの趣味や特技を介護に活かす、アートカルチャーケア・コーディネーター資格取得をめざす講座です。介護の基礎知識と介護現場ですぐに役立つプログラムを習得していただきます。	第3(水) 13:30~15:00	全6回6ヵ月 27,600円+税
【増設講座】 ~ご自分の体質を知るシリーズ~ 自分に合った食事法・健康法	山下 さち子	薬膳や漢方養生の観点からご自分の体質を理解しましょう。ちまたに溢れる健康法、それら全てがあなたに合うとは限りません。この講座ではご自身の体質を理解し、それぞれのテーマに合わせて適した食材や食事、養生法などを学び、健康寿命を延ばす知恵をお伝えします。毎回のお楽しみとして薬膳粥のご試食をご用意します。 ■体験レッスンあり	第3(火) 13:30~15:00 <増設> 第3(火) 19:15~20:45	各月1回3ヵ月 9,000円+税
【新設講座】 薬膳のやさしい養生講座	森田 栄理	薬膳ってどんなもの？漢方薬を使うの？カラダによさそうだけど難しそうって思われる方が少なくありません。薬膳を知るために季節の養生や薬膳のベースとなる考え方を学ぶやさしい講座です。毎回、季節に応じたお茶とお菓子をご用意いたします。	第3(土) 13:00~14:30	月1回3ヵ月 11,400円+税
~美容と健康~ ハーブとアロマセラピー (初級)	辰巳 恵子	香草ハーブの香りに触れ自然を感じ生活を豊かにしませんか。心身の癒し、美と健康に役立つハーブアロマセラピー。ハーブを育て、お茶や入浴剤をブレンド、自然コスメを作る等広く深く学びます。自然の香りに包まれた素敵な時間を楽しみましょう。	第3(木) 10:30~12:30	月1回3ヵ月 11,400円+税 月1回6ヵ月 22,800円+税
~美容と健康~ ハーブとアロマセラピー (上級)	辰巳 恵子	香草ハーブの香りに触れ自然を感じ生活を豊かにしませんか。心身の癒し、美と健康に役立つハーブアロマセラピー。ハーブを育て、お茶や入浴剤をブレンド、自然コスメを作る等広く深く学びます。自然の香りに包まれた素敵な時間を楽しみましょう。	第3(水) 10:30~12:30 第3(木) 13:30~15:30	月1回3ヵ月 7,800円+税 月1回6ヵ月 15,600円+税
作ってたのしい！使ってうれしい！ お肌が喜ぶ手作り石けん	内野 しのぶ	毎日使う身近な存在の石けん！何でできているか気になりませんか？自分の目で見た安心・安全な材料で手作りすることで、なんだかちょっと嬉しくなります。手作り石けんは、いわゆる市販の石鹸とは使用感が全く異なるため、高級で贅沢な石けんと言われています。当講座では、石けん作りを楽しむだけでなく、工程を始めオイルや香りの知識も基礎から丁寧に説明します。シンプルな石けん、かわいい石けん、おしゃれな石けんなど、お肌が喜ぶやさしい手作り石けんの扉を開いてみませんか？作った時の感動！熟成期間のワクワクする気持ち、石けんを使ったときの満足感、一度体験すればきっとやみつきになってしまいます。	第1(土) 14:30~17:30	月1回3ヵ月 7,500円+税
癒しの手づくりお香 ~天然香原料で調合する和の香り~	みちおか きみこ	日本人にはお馴染みでも実は知らないことも多い和のお香。古来伝来の天然香原料を調合して自分だけの香りを作りましょう。歴史や各種原料、調合の基本を本物の香りに癒されながら学んでいきましょう。 ■体験レッスンあり	第1(火) 13:30~15:30	月1回3ヵ月 10,500円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
Windowsを活用しよう	可部田 ゆかり	パソコンを毎日の生活にもっと身近に楽しく役立つように、少人数クラスによるアットホームな雰囲気の中で講師と一緒に学びませんか？定評のあるオリジナルテキストを使用します。長く楽しく学べるようなカリキュラムと環境が整っています。	第1・3(金) 13:30~15:30	全6回3ヵ月 25,200円+税
仕事と日々の生活に役立つ Word・Excel・PowerPoint マスターコース	池中 伸幸	仕事や毎日の生活でパソコンを役立たせるために必須のWord・Excel・PowerPointを初歩から実践までマイペースで無理なく習得することができます。	第1・3(金) 18:30~20:30 (フリータイム1時間30分制)	月2回3ヵ月 12,000円+税
iPhone/iPadをはじめよう	(株)オーエークリエイト講師	新聞や本、映画を見たり、電話で顔を合わせたり…。そんなiPhone&iPadの基本操作から一人ひとりに合った楽しみ方を経験豊富な講師のもとで学びましょう。定評のあるオリジナルテキストを使用して講習します。	第1・3(金) 10:30~12:30	全6回3ヵ月 24,600円+税
ギフトラッピング講座 【楽しく基礎からスイーツラッピング】	日下 佳代子	【楽しく基礎からスイーツラッピング】 お菓子や雑貨、小物を綺麗に素早くラッピングでする実践的な基礎テクニックを学べるクラスです。希望の方はラッピング協会認定のスイーツラッピングコーディネーター資格取得試験を受験することができます。 (期間:6ヵ月)	第1(木) 10:00~12:00	月1回3ヵ月 9,000円+税
ギフトラッピング講座 【スイーツラッピング〈応用クラス〉】	日下 佳代子	【スイーツラッピング〈応用クラス〉】 基礎の6ヵ月を修了された方のためのステップアップ講座です。ベースの包みにアレンジを加え、お菓子をより魅力的に見せるラッピングテクニックを習得することができます。 (期間:6ヵ月)	第1(木) 10:00~12:00	月1回3ヵ月 9,000円+税
ギフトラッピング講座 【基礎から学べるギフトラッピング】	日下 佳代子	【基礎から学べるギフトラッピング】 基礎の6ヵ月で基本の包みや、リボンの掛け方、結び方を学べます。プレゼントをおしゃれに、お仕事にも役立つ内容です。希望の方はラッピング協会認定のギフトラッピングコーディネーター資格取得試験を受験できます。 (期間:6ヵ月)	第1(木) 10:00~12:00	月1回3ヵ月 9,000円+税
ギフトラッピング講座 【ギフトラッピング〈応用クラス〉】	日下 佳代子	【ギフトラッピング〈応用クラス〉】 基礎クラスを修了された方のためのステップアップ講座です。基本の包みにアレンジを加えさらに素敵に。リボンワークの幅も広がるバラエティ豊かな楽しい内容です。 (期間:6ヵ月)	第1(木) 10:00~12:00	月1回3ヵ月 9,000円+税
【新設講座】 ~粋でキュートな最新の ラッピングスタイル~ プレゼントラッピング	日下 佳代子	「粋でキュートな最新のギフトラッピングスタイル」を学べます。可愛い包装紙やリボンが好きな方、一緒にラッピングを楽しみませんか？	第1(木) 10:30~12:30	月1回3ヵ月 9,000円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
【新設講座】 お肌と心と身体のカラーセラピー	キム ヨシコ	パーソナルカラー診断でお肌に似合う色を見つけセンスアップを、色の効用を使って心を元気に、漢方・薬膳の色で身体を元気にするカラーセラピーを学びます。 (期間：6ヵ月)	第1・3(火) 13：00～14：30	(全12回) 6回3ヵ月 15,000円+税
お肌も心も身体も元気になる カラーセラピー	キム ヨシコ	色の効用を使って、お肌や、心や、身体を健やかに元気に魅力的に！！お肌に似合う色を見つけて、センスアップします。色鉛筆を使い、今の心境に必要な色を見つけて、ポジティブに！体質に合う漢方養生の色を見つけて、健やかに！！色の持つ力で、アンチエイジングを目指します。 ■体験レッスンあり	第2(木) 19：00～20：30	月1回6ヵ月 15,000円+税
骨格チェック ～あなたに似合う コーディネートレッスン～	大黒 裕佳子	あなたに似合う服、アクセサリ、バッグの形がわかる骨格チェック。身長体重年齢関係なく楽しめます。何を着ても似合わない気がする…本を読んだけれどわからないというあなたにもおすすめです。(毎回個別アドバイスつき) (期間：1年)	第1(金) 13：00～14：30	月1回6ヵ月 24,000円+税
【新設講座】 (女性専用講座) 4名様限定！大人のおしゃれレッスン (全3回)	三好 さよ子	～何を着たら良いかわからない、と思う方へ～年齢を重ねるにつれ、何を選んだらよいか迷ってしまう、おしゃれすることに苦手を感じる方が増えていきます。でも、実はおしゃれはとっても簡単！「自分の特徴」に沿うだけで、垢抜けて綺麗に見えるようになります。パーソナルカラー診断で、素敵な貴女に導きます。	第2(木) 10：00～12：00	全3回3ヵ月 13,800円+税
全日本作法会 現代マナー	北角 宏子	マナーが身につけている人、立居振舞いの美しい人は魅力的です。日本の伝統を継承しながら、冠婚葬祭を始め、新しい年中行事、ビジネスマナーなど幅広く指導します。全日本作法会の資格取得も可能です。 ■体験レッスンあり	第1・3(水) 10：30～12：30	月2回3ヵ月 13,800円+税
年中行事の室礼(しつらい)を楽しむ	西際 好譽	室礼とは部屋を少しクラシックにコーディネートすること。日本の室礼にはきまりがあります。それを守って行事や季節に合った準備をすると優雅に美しくお客様をお迎えできます。この教室は室礼の準備から道具の片付けまで皆さんでいたします。季節の和菓子とお茶も頂きます。(道具の扱いや箱の紐の結び方お教えいたします。華道や茶道のお稽古ではありません。) ■体験レッスンあり	第1(日) 13：00～15：00	月1回6ヵ月 21,600円+税
～延べ15万人に美とマナーを伝授～ 「人を惹きつけるエレガントマナー」 (全6回)	横田 仁美	女性の美しさは無限です。内面からにじみ出るオーラには人を惹きつける存在感や説得力があります。外面の美しさだけでなく、内面にも磨きをかけ魅力的に輝くエレガンスを目指します。マナーを知っている自信が心の余裕となり好印象を生みます。長年トップモデルとして活躍した経験をベースに美しい立ち居振る舞いやマナーだけでなく、若さの秘訣や美容法などトータルでプロデュース。5つ星ホテルや一流企業等においても講師として招かれる美とマナー術を余すことなく伝授いたします。	第4(火) 13：00～14：30	全6回6ヵ月 24,600円+税
脳力アップのための速読法	高橋 貴子	脳力アップのために脳のメカニズムに沿ったエクササイズを行います。速読のための独自の目のトレーニング、イメージトレーニング・リラクゼーションなどを通して速読の効果を実感してください。 (期間：6ヵ月)	第1・3(月) 10：30～11：30	月2回3ヵ月 18,000円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
暮らしに役立つ心理学	畠中ひとみ	私たちは生きていく上で、様々な悩みにぶつかります。心を痛ませる悩みを、自分自身で解決するための自己発見と成長を促すセミナーです。どうすれば自分として楽しく生きられるか、子育てを迷わずにできるか、人間関係を上手くやっていけるかなどを学びます。 ■体験レッスンあり	第1・3(金) 10:30~12:00	月2回3ヵ月 15,000円+税
コーチングの具体的活用講座 ～聞く力を養い、 日常生活の質を上げる～	平野 未花	より良い人間関係を紡ぐために、聴く技術を習得し、仕事や日常生活、親子間での活用方法を学びます。良質なコミュニケーションを身につけたい方のための講座です。	第4(月) 10:30~12:30	月1回3ヵ月 7,500円+税
【リニューアル講座】 アドラー心理学 体験型講座 (全8回)	中島 恵美子	嫌われる勇気で有名なアドラー心理学を体験を通じて学べる楽しい講座です。今期のプログラムEGGでは勇気付けを学びます。難しい講義は一切なく、体験を通じて、親子・夫婦・会社などあらゆる人間関係に悩みを持たれている方に大きな気づきを得ていただける内容です。お気軽にご参加ください。 (期間：8ヶ月)	第4(火) 10:30~12:00	(全8回) 4回4ヵ月 9,600円+税
ココロとカラダの 健康管理6秒で人生が変わる アンガーマネジメント (全6回)	内野 しのぶ	「また私、怒っちゃった。。。」子育てをしているとついイライラして必要以上に強く怒りすぎたり、口やかましく言って子供に反抗されたりして落ち込んだ経験はありませんか？職場でのイライラ、夫婦間のイライラ。言いたくても言えない、言ってもしょうがないから言わないそんな自分が嫌になることはありませんか？「怒りっぽくて困っている」、反対に「うまく怒れないのが悩み」・・・怒りに対しての悩みは人それぞれ。ですが、よく考えたら怒りって何？何で怒りの感情ってわくのだろう？近年TV、雑誌、ラジオ等で話題の「アンガーマネジメント」は、「怒らなくなること」ではなく「怒るときは上手に怒る、怒らなくて良いときは無駄に怒らないようになる」ための心理トレーニングです。怒りやイライラは連鎖して、夫婦生活や恋人・子供・友人・ご近所づきあいとの人間関係を悪くしてしまいます。後悔より、毎日穏やかでスッキリしたいあなたへ。すぐ活かせるヒントが満載！アンガーマネジメントで怒りの感情と上手に付き合い、人生を楽しく過ごしましょう。	第1(土) 11:00~12:30	全6回6ヵ月 15,000円+税
【新設講座】 開運文字レッスン	亀田 純子	あなたの個性を活かす美文字であなた自身が思い描く理想の自分像に近づくための開運文字レッスンです。文字の書き方を意識して変えていくことで、これからの人生をより開運に導くことができます。	第1(火) 10:00~11:30	月1回3ヵ月 10,500円+税
シニアのための楽しい脳トレ講座	浦部 順子	脳活性化について、何が衰えているか、脳のどの部分で違うのか、ということを知り、プロジェクターを使って脳の様々な分野を刺激するトレーニングを行います。人の名前記憶・瞬間記憶・位置記憶・昔の記憶思い起こしゲーム・連想ゲーム・計算ゲーム・デュータスクに挑戦・手先を使うゲーム・聞き取り能力UPゲーム等を楽しみます。皆さんと笑いながら、一緒に記憶したり思い出したりすることで一人ではなかなか集中できないものも頑張れる、というお声をいただいています。今期はこれまでのトレーニング内容を刷新し、動画を見て、記憶して、再現する、といった作業を、手先を使うゲームを取り入れて行います。 (例)あやとり・和紙を使ったのし袋作り・折り紙・風呂敷つつみ・水引など。 ■体験レッスンあり	第2・4(水) 10:30~12:00	月2回3ヵ月 15,600円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
庭師塾 〈庭師が教える庭いじり〉	辻尾 仁志	この道30年の現役庭師が本当の庭のお手入れをお教えします。庭師であるわたしが管理するお庭の平均価格は1軒辺り13万円です。一年に必要なお庭の作業は肥料入れ、殺虫、剪定等ですが、すべて学んでいただけます。ただ方法がわかるだけではなく手早くこなすコツを学んでいただけます。お家の作業はいうまでもなく、ご近所や親戚に喜んでもらうのもいいでしょう。	第4(水) 10:00~11:30	月1回3ヵ月 12,000円+税
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈本科〉	篠原 賀代子	きものを手軽に着られるようにお手持ちの小物で練習していただけます。自分の着付けと太鼓結び、晴着に対応できる二重太鼓を、きもの簡単な手入れ、帯との合わせ方等の講義とともに学んでいただけます。 (期間:6ヵ月) ■体験レッスンあり	(水) 10:15~12:15 12:30~14:30 (木) 12:30~14:30 18:30~20:30	月4回3ヵ月 18,900円+税
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈専科〉	篠原 賀代子	重ね着でテクニックが必要な留袖の着付け、訪問着、女子袴などの着せ付け方を学びます。また、きもの検定の受験にも十分対応できます。 (期間:3ヵ月)	(木) 18:30~20:30 (金) 10:15~12:15 (水) 10:15~12:15 12:30~14:30 (木) 12:30~14:30	月4回3ヵ月 23,100円+税
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈専攻科〉	篠原 賀代子	振り袖の着付けと変わり結びを中心に男子紋服留袖の着付けを学べます。修了時には日本和装師会資格認定書が受けられます。 (期間:6ヵ月)	(木) 18:30~20:30 (金) 10:15~12:15 (水) 10:15~12:15 12:30~14:30 (木) 12:30~14:30	月4回3ヵ月 24,900円+税
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈研究科および復習科〉	篠原 賀代子	すべてのコースを修了された方を対象に、自分で納得出来なかった分野や不得意分野を総復習し、またプロの着付けを目指して結婚式、成人式等の着付けができるように学んでいただけます。ご希望の方には花嫁衣裳、芸妓の着付けも学べます。	(木) 10:15~12:15 18:30~20:30 (金) 10:15~12:15 12:30~14:30 (水) 10:15~12:15 12:30~14:30 (木) 12:30~14:30	月4回3ヵ月 23,100円+税 フリーチケット (発行日から6ヵ月間有効) 10回 20,400円+税
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈実技コース〉	篠原 賀代子	初めての方でもひとりで気軽にきものが着られるように実技を中心に学んでいきます。手早く苦しくない着くずれしにくい着付けと、太鼓結び・二重太鼓などが結べるようになります。 (期間:3ヵ月)	(木) 10:15~12:15 (金) 12:30~14:30	月4回3ヵ月 21,300円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈きもの着付お好み4回コース〉	篠原 賀代子	自分で着る、振袖や留袖を着せる、半巾帯・なごや帯・袋帯など結びたい帯結びなどあなたの目的に合わせて指導します。すべてのリクエストに応じます。	(水) 10:15~12:15 12:30~14:30 (木) 10:15~12:15 12:30~14:30 19:00~21:00 (金) 10:15~12:15 12:30~14:30	フリーチケット (発行日から2ヵ月間有効) 全4回 7,200円+税
【女性専用講座】 市田ひろみきもの着付 〈着せ付け専科〉	篠原 賀代子	「着せ付け」のみを習得したい方のための講座です。振袖、留袖等の着せ付け方や、多くの変り結びが学べます。カラオケ等の発表会の着付けにも対応できます。 (期間:3ヵ月)	(金) 12:30~14:30	月4回3ヵ月 24,900円+税
【女性専用講座】 大内きもの着付 〈本科〉	藤本 禮子	着付のことを何もご存じない方を対象に一から丁寧に解りやすくお教え致します。鏡を見ないで1日着ても苦しくない着付けを実技を中心にマンツーマンで学びます。浴衣からおしゃれ着、帯も半巾、名古屋、袋帯と順を追ってゆっくりと時間を掛けて学んでいただけます。 (期間:3ヵ月~6ヵ月)	(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45 第1・3(土) 第2・4(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45	月4回3ヵ月 18,900円+税 月2回3ヵ月 10,200円+税
【女性専用講座】 大内きもの着付 〈師範科〉	藤本 禮子	体型別(背の高い方、低い方、細い方、ふくよかな方)、四季別(春、夏、秋、冬)、T.P.Oに合わせて、カジュアルに、粋に、フォーマルに、とその場の雰囲気にもふさわしい着方やご自身で着る技術を身に付けていただけます。着物と帯の取合せ、帯揚げ、帯びの色の合わせ方も学びます。帯結びはご自身で結べるものを中心に粋な矢の字、みやこ結びなどを学びます。 (期間:3ヵ月~6ヵ月)	(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45 第1・3(土) 第2・4(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45	月4回3ヵ月 23,100円+税
【女性専用講座】 大内きもの着付 〈研究科〉	藤本 禮子	着せ付けを学びます(ご自身で着るのと交互に)。帯結びも人様に結ぶ帯が多くなり、手早く美しく着られるコツ、また、日常のマナーやお作法を身につけ、そして、ご希望の方には、小唄、端唄(2、3分の曲)を踊り、より美しい所作、着物姿を目指します。 (期間:3ヵ月~6ヵ月)	(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45 第1・3(土) 第2・4(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45	月4回3ヵ月 23,100円+税 月2回3ヵ月 12,600円+税
【女性専用講座】 大内きもの着付 〈特別専科〉	藤本 禮子	より高度なミス(振袖)、ミセス(留袖、訪問着)の帯結びに加えて学院長直々の指導(年1回)による花嫁姿にも挑戦していただけます。お化粧、かつら、打掛、最後の仕上げは、ご自身の花嫁姿をお写真で残します。着物は世界の女性の憧れ、貴女が着物をお召しに成ると大きな意味で日本の伝統文化を継承していることにもつながります。お免状も習得出来ます。 (期間:3ヵ月~6ヵ月)	(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45 第1・3(土) 第2・4(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45	月4回3ヵ月 24,900円+税 月2回3ヵ月 13,800円+税
【女性専用講座】 大内きもの着付 〈復習科〉	藤本 禮子	着物の知識をひと通り身につけた方にも一度本科から学び直します。解らなかつたところ、不得意なところに重点を置き、納得いくまで何年でもO.Kです。お一人お一人の事情やライフワークに合わせてランダムにまた、教科書にはない帯結びも取り入れています。プロに成りたい方には学院の花嫁科、時代衣装科に入学できます。看板を取り生徒さんに教えることも出来ます。一生の貴女の技術として残ります。	(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45 第1・3(土) 第2・4(土) 10:15~12:15 12:45~14:45 14:45~16:45	月4回3ヵ月 14,100円+税 月2回3ヵ月 7,800円+税

※満員になり次第締め切らせていただきます。ただし、一定の人数に満たない場合は、講座を中止させていただくこともございます。

※消費税額は、講座実施日が9月30日(月)までは8%、10月1日(火)以降は10%となります。(フリーチケット除く)

講座名	講師	講座内容	曜日・時間	受講料
<p>【女性専用講座】 前結び着付教室 ～前で結んで後ろにクルッ!! 楽に楽しく着付けましょ～</p>	加藤 玲子 ほか	<p>お茶会、観劇などお出かけの目的に応じて着付けの初歩から帯結びまで学べます。二重太鼓から角出し又ゆかたに結ぶ細帯など素敵な変わり結びも一人で結ぶ事ができます。四十肩でお困りの方も楽しく帯結びができるように指導します。 (期間：6ヵ月) ■体験レッスンあり</p>	<p>第2・4(月) 12：30～14：30</p>	<p>月2回3ヵ月 11,400円+税 月2回6ヵ月 22,800円+税</p>
<p>【新設講座】 ～絵本講師から学ぶ～ 絵本選びを楽しむ講座</p>	川西 香子	<p>好きな絵本はありますか？こどもから大人まで楽しめる絵本。その魅力を発見し、これからの絵本選びのヒントや、声に出して読む楽しさを一緒に学びましょう。</p>	<p>第3(火) 10：30～12：00</p>	<p>月1回3ヵ月 6,300円+税</p>