趣味の講座　②－1　一般募集　15名

◆お花を学んでハッピーライフ

主　題　「花で生きがいづくり」をテーマに、フラワーアレンジメントを通して、年齢・性別を問わず色々なことに挑戦してみましょう。初めての方でも安心の、講義と実習を組み合わせた講座です。作品展への参加も予定しています。

※道具等の用意は必要ありません。

講座番号 ②－1

時　間：午後2時～4時
場　所：築地社会教育会館
回　数：10回
受講料：2,000円
材料費：15,000円
保険料：500円
定　員：20名

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	5/27（水）	フラワーアレンジメントって何かな？	吉野　直樹
第2回	6/10（水）	切花に触れて①　自分を表現してみる	
第3回	6/24（水）	切花に触れて②　形を考えてみる	
第4回	7/ 8（水）	作品展に向けて　花の種・色を考える	
第5回	7/22（水）	飾ることを考える　装飾とは？	
第6回	9/16（水）	作品展に向けて　心と手の準備！①	
第7回	9/30（水）	作品展に向けて　心と手の準備！②	
第8回	10/14（水）	作品展に向けて　本番前の取り組み	
第9回	10/28（水）	作品展に向けて　作りこみ本番	
第10回	11/11（水）	お花とどんな目標が持てるか？総論	

講師紹介

吉野　直樹（よしの　なおき）

フラワーアレンジメントデザイナー。1959年生まれ、北海道出身。北海道薬科大学、生薬学教室卒業。就職後、生花に触れる機会を持ったことからフラワーアレンジメントに興味をもち、それまで複雑だったアレンジの手法を体系化・形態化することに成功。2003年にNPO法人「カームフラワーデザインアソシエーション」を設立。障がい者の就労支援や老人介護施設での教室開催など、理事長として精力的に活動している。

趣味の講座　②－2　一般募集　10名

◆おもちゃドクター入門講座

主　題　おもちゃが好きな方、機械いじりが好きな方でしたら、年齢・性別を問いません。壊れたおもちゃをよみがえらせたり、子どもたちにものの大切さを伝える、おもちゃ修理のスペシャリスト「おもちゃドクター」の技術を習得しませんか。

この講座では、ほとんどのおもちゃは自分で「治療」できるようになります。はじめての方でも親切丁寧に指導いたします。
※工具は材料費に含まれておりません。必要な工具につきましては初日にご説明いたします。

講座番号　②－2

時　間：午前10時～正午
場　所：築地社会教育会館
回　数：4回
受講料：800円
材料費：2,500円
保険料：200円
定　員：15名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/28（木）	修理用工具の選び方・使い方 ※この日は工具は使いません。
第2回	6/　4（木）	実習①　電源パック、スピーカーテスター作製・使用法
第3回	6/11（木）	おもちゃの故障診断、診察法
第4回	6/18（木）	実習②　おもちゃ修理

講　師　紹　介

嶋田　弘史（しまだ　ひろし）

日本おもちゃ病院協会会長。現役時代は農業機械・産業機械メーカーの商品開発のエンジニアとして国内外で活躍。定年後、現役時代からボランティアで続けていたおもちゃ修理の活動を本格的に始める。現在は月5回のおもちゃ病院の活動のかたわら、協会のおもちゃドクター養成講座の講師として全国を飛び回っている。

趣味の講座　②－3　一般募集　5名

◆家庭で再現！人気店の本格中華！

主　題　「料理の鉄人」陳建一氏から受け継いだ伝統的な中華料理を、家庭にある材料で再現します。ちょっとした工夫で、本格的なお店の味に！

調味料の配合や調理法だけでなく、今まで聞けなかった野菜の切り方や味付けのアドバイスなど、何でもお答えいたします。

中華料理は苦手、メニューのレパートリーが増えないとお悩みの方、ぜひご参加ください！
※メニューは仕入れ状況により変更する場合があります。

講座番号　②－3

時　間：午前11時～午後1時30分
場　所：日本橋社会教育会館
回　数：5回
受講料：1,000円
材料費：5,000円
保険料：250円
定　員：20名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/19（火）	焼きそば、ほか2品
第2回	5/26（火）	パラパラチャーハン、ほか2品
第3回	6/16（火）	陳建一直伝麻婆豆腐、ほか2品
第4回	6/23（火）	大人気黒酢酢豚、ほか2品
第5回	6/30（火）	プリプリ海老のチリソース、ほか2品

講　師　紹　介

田中　良司（たなか　りょうじ）

四川飯店 日本橋～Chen Kenichi's China～料理長。1970年長野県生まれ。高校卒業後上京。1989年赤坂四川飯店に入社。陳建民、建一のもとで修行を積む。2007年赤坂四川飯店 副料理長に就任。2010年日本橋店オープン。料理長に就任。

林　裕之（はやし　ひろゆき）

四川飯店 日本橋～Chen Kenichi's China～調理係長。1976年長野県生まれ。高校卒業後上京。1995年赤坂四川飯店に入社。陳建一のもとで修行を積む。2005年赤坂四川飯店　調理主任に就任。2008年赤坂四川飯店　調理係長に就任。2010年日本橋店オープン。調理係長に就任。

趣味の講座　②－4　一般募集　5名

◆和布で楽しむこぎん刺し

主　題　こぎん刺しとは、日本の北部、津軽地方の農民の知恵から生まれ、当時貴重だった布の補強手段として衣服に施された幾何学模様のモダンで美しい刺繍です。横糸に沿って縦糸を数えて拾っていき、布一面に刺すことで模様を作ります。

今回は、はじめての方でも楽しめる、くるみ（飾り）ボタンとテーブルセンターの２点をつくります。

和布に合ったカラフルな糸を使用して一針一針丹念に刺し、北国の女性の繊細さと力強さを伝える日本の伝統工芸品づくりを体験してみませんか。どうぞお気軽にご参加ください。

※材料費には、布・糸のほか針なども含まれます。

講座番号　②－4

時　間：午前10時～11時30分
場　所：日本橋社会教育会館
回　数：6回
受講料：1,200円
材料費：4,000円
定　員：16名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/14（木）	くるみ(飾り)ボタン作りと、こぎん刺しを学ぶ
第2回	5/28（木）	テーブルセンター作り①
第3回	6/11（木）	テーブルセンター作り②
第4回	6/25（木）	テーブルセンター作り③
第5回	7/　9（木）	テーブルセンター作り④
第6回	7/23（木）	テーブルセンター作り⑤

講　師　紹　介

高木　裕子（たかぎ ひろこ）

こぎん刺し作家。『木曜会』主宰。悠美会　副理事。こぎん刺しを独自で学び始め、古典柄を大切に取り入れながらその柄を少しずつ変化させ新しい作品に挑戦し続ける。2002年東京都美術館に特別出展　ビッグアーティスト賞受賞。2013年パリにて日仏文化交流展に参加。2014年コルマールにてNHK主催ジャパンカルチャーフェスティバルに出展。現在も、展示会・書籍出版・海外活動などこぎん刺し普及のため精力的に活動中。

趣味の講座　②－5　一般募集　10名

◆日本代表から教わる！かんたんカンフーで美しい健康づくり

主　題　中国武術は、大きく伸びやかな姿勢や動作をするため、見た目も美しく、また、姿勢改善、体幹、柔軟性、持久力の強化など、全面的な身体能力の向上を図ることができます。

この講座では、中国武術の基礎種目である「長拳（ちょうけん）」を中心に体験します。後半は模造剣を使い、楽しく体を動かしながら健康を目指していきましょう。初めての中国武術で、美しい健康づくりを始めてみませんか？

講座番号　②－5

時　間：午前10時15分～11時30分
場　所：日本橋社会教育会館
回　数：8回
受講料：1,600円
材料費：500円（模造剣代）
保険料：400円
定　員：20名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/22（金）	中国武術を体験しよう！（カンフー体操1・2番）
第2回	6/　5（金）	初級編①　長拳（カンフー体操1・2番）
第3回	6/12（金）	初級編②　長拳（カンフー体操1・2番）
第4回	6/19（金）	初級編③　長拳（入門長拳）
第5回	7/　3（金）	初級編④　長拳（入門長拳）
第6回	7/17（金）	初級編⑤　長拳（入門長拳）
第7回	7/24（金）	中級編①　剣を使ってみよう！
第8回	7/31（金）	中級編②　剣を使ってみよう！

講　師　紹　介

山口　啓子（やまぐち　けいこ）

武術太極拳全日本指定強化選手・日本代表。2007～2014年全日本武術太極拳競技大会8年連続優勝。2010年・2014年文部科学省国際競技大会優秀者表彰受賞。2013年東アジア競技大会第2位・第12回世界武術選手権大会第3位。2014年アジア競技大会入賞。競技選手を続けながら、普及のため子どもから高齢者まで各地で指導活動をしている。

趣味の講座　②－6　一般募集　15名

◆江戸の切り紙あそび
～もんきりで楽しむ季節の暮らし～

主　題　紙を折り畳んで型紙のとおりに切る。そっと開くと手の中には美しい日本の文様が舞い降ります。

「もんきりあそび」でつくるのは「家紋」です。家紋は家のしるしであるだけでなく、そのひとつひとつに意味や物語がたくさん詰まっています。長い時間をかけて暮らしの中で育てられてきた形からは、祖先たちの暮らしぶりや自然観、デザインのセンスが見えてきます。

私たちもこれらの形を作り、使い、暮らしの中で楽しむことで、受け継いでいきましょう。

講座番号　②－6

時　間：午後2時～4時
場　所：月島社会教育会館
回　数：4回
受講料：800円
材料費：4,000円
保険料：200円
定　員：20名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/21（木）	もんきりの基本
第2回	6/　4（木）	季節のハガキ
第3回	6/18（木）	ブックカバー
第4回	7/　2（木）	もんきりうちわ

講　師　紹　介

下中　菜穂（しもなか　なぼ）

造形作家、東京造形大学講師。忘れられていた江戸時代の「紋切りあそび」の復興と新しい可能性の発見に力を注いでいる。「かたち」に込められた祖先の暮らしぶりや文化、自然観などを紹介。本の出版、国内外でワークショップや展覧会を開催。著作に『シリーズかたち・紋切り型』、『背守り練習帖』（エクスプランテ刊）など多数。

②－6 江戸の切り紙あそび
～もんきりで楽しむ季節の暮らし～
（写真はイメージです）

②－5 日本代表から教わる！
かんたんカンフーで美しい健康づくり

②－4 和布で楽しむこぎん刺し
（写真はイメージです）

趣味の講座　②－7　一般募集　10名

◆和菓子入門～季節を味わう和の菓子～

主　題　和菓子作りは難しいと躊躇していませんか。そんな先入観をなくし、はじめての方でも無理なく作れる内容で、和菓子作りの楽しさを感じてもらう講座です。

日本の四季と和菓子は繋がりがあり、その時季ならではの和菓子から、その季節を感じてみてください。日本の四季の美しさと和菓子の繊細美・おいしさを、目と舌で味わってみましょう。

※メニューは仕入れ状況により変更する場合があります。

講座番号　②－7

時　間：午後1時30分～4時
場　所：月島社会教育会館
回　数：4回
受講料：800円
材料費：2,000円
保険料：200円
定　員：15名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/15（金）	苺大福と全粒餡の炊き方
第2回	5/29（金）	練切り①と粟ぜんざい
第3回	6/19（金）	水無月と錦玉の冷菓
第4回	7/　3（金）	練切り②と葛切り

講　師　紹　介

安田　由佳子（やすだ　ゆかこ）

和菓子教室「ももとせ」主宰。東京都生まれ。教室では、家庭で「おいしくて、作りやすい」ことをめざし、和菓子にまつわる文化や歴史などの楽しさも伝えている。『お家でつくる和菓子』（貝印株式会社）監修。
http://www.apronmemo.com/momotose/

趣味の講座　②－8　一般募集　25名

◆ショークワイア～歌謡曲を歌って、踊りましょう！～

主　題　「ショークワイア」とは、合唱とダンスを組み合わせた音楽を指します。

用いられる歌謡曲もなじみのある曲が多く、気軽に歌えて体を動かせる楽しさから、近年では大変注目されています。耳慣れた歌謡曲をかっこいい振り付けとともに歌ってみませんか？

「カラオケ」や「合唱」とはまた違う、ファンキーでリズミカルな音楽とダンス！ぜひ体感してみてください！

講座番号　②－8

時　間：午後1時30分～3時
場　所：アートはるみ
回　数：8回
受講料：1,600円
定　員：30名

回数	日　程	講　義　内　容
第1回	5/18（月）	課題曲に沿って、歌いながら、簡単なダンスを踊ります。簡単なステップからちょっとチャレンジするステップまで、振り付けをしながら歌謡曲を歌う、この爽快感！ きっとあなたも虜になるはず！
第2回	5/25（月）	
第3回	6/　8（月）	
第4回	6/15（月）	
第5回	6/22（月）	
第6回	6/29（月）	
第7回	7/　6（月）	
第8回	7/13（月）	

講　師　紹　介

AMAZONS（アマゾンズ）

斉藤久美・大滝裕子・吉川智子の3名からなるコーラスユニット。1985年に「歌って踊れるコーラスグループ」として結成。その後、久保田利伸、松任谷由美、玉置浩二、米米クラブなどのバックコーラスとして活躍。近年ではボーカル講師としても活躍中。J-POPを代表するミュージシャンをサポートし、数々の名ステージを作りあげてきた、日本を代表するコーラスグループ。