

趣味の講座 ②-1 一般募集 10名



◆手軽にオリジナル陶器作り

～ポーセラーツ～

主題 “ポーセラーツ(Porcelarts)”とは、磁器(porcelain)と芸術(art)を組み合わせた造語で、シートや絵の具で磁器を自由に彩り、オリジナルのテーブルウェアを作る最近話題の工芸です。

この講座では、シール感覚で陶器に好きな柄の転写シートを貼って作る、一番手軽なタイプのポーセラーツを若手作家に学びます。出来上がった作品は、毎週講師が窯で焼いて、次の回にお渡しします。最終回の作品は、翌週以降に築地社会教育会館窓口でお引き取りいただけます。

【持ち物】 はさみ、カッター、タオル、筆記用具

回数	日程	講義内容
第1回	9/29 (木)	白いお皿にデコレーション(実習)
第2回	10/ 6 (木)	ひげ型箸置きにデコレーション(実習)
第3回	10/13 (木)	ご自分の好きな食器にデコレーション(実習)
第4回	10/20 (木)	鳥型カップにデコレーション(実習)

講座番号 ②-1

時間：午後1時30分～3時30分
 場所：築地社会教育会館
 回数：4回
 受講料：800円
 材料費：4,000円
 保険料：200円
 定員：15名

講師紹介

横山 玄太郎 (よこやま げんたろう)

セラミックアーティスト。1978年生まれ。15歳で渡米。ハートフォード大学芸術学科卒業。2015年、六本木ヒルズアート&デザインストア、銀座三越美術ギャラリーなどで個展。2016年、釜山国際アートフェア出品。

趣味の講座 ②-2 一般募集 5名



◆ペーパークイリング講座

～紙をくるくる巻いて作品作り～

主題 “ペーパークイリング”とは、細長い紙を巻いて、お花やミニチュアなどありとあらゆるものを表現することができるペーパークラフトです。15～18世紀頃、欧米の修道女や貴族が、当時貴重だった紙で装飾品などを作り、楽しんでいました。季節のお花、ミニチュア作品、壁飾りなどでお部屋に彩りを添えるだけでなく、メッセージカード・ウェルカムボード・ウェディングボード、プレゼントにも喜ばれる、とても心温まるアートです。子どもから高齢者まで、どなたでも楽しむことができます。

【持ち物】 はさみ(先がよく切れるもの)、定規(20cm程度)、鉛筆、作品を入れる箱(ハガキより大きめのもの)

回数	日程	講義内容
第1回	11/ 7 (月)	パーツ練習
第2回	11/14 (月)	クリスマスカード作り
第3回	11/21 (月)	葡萄の壁掛け作り
第4回	11/28 (月)	ピンクのお花の写真入れ作り
第5回	12/ 5 (月)	お正月作品作り①
第6回	12/12 (月)	お正月作品作り②

講座番号 ②-2

時間：午後1時30分～3時30分
 場所：築地社会教育会館
 回数：6回
 受講料：1,200円
 材料費：4,000円
 保険料：300円
 定員：15名

講師紹介

大塚 なおみ (おおつか なおみ)

ボタニカルクイリングジャパン認定インストラクター。現在、中央区東日本橋で『Pretty Paper クイリング教室』を中心にクイリング講座を開講中。



◆江戸文化体験講座 ～居合道で磨く心と体～

主 題 江戸時代から受け継がれる居合の作法は、茶道や日本舞踊など、日本古来からの芸道にも通じ、近年では「クールジャパン」として海外からの評価も高まっています。筋肉の力に頼らず、しなやかな体使いが理想とされるため、女性にも優れた居合道家が多くいらっしゃいます。居合道の目的は、刀法の修練を通じて心身を磨くこと、他者との争いを最小限にとどめることにあります。

この講座は、特に初心者の方を対象に、居合道に触れる機会を提供するとともに、日本文化への理解を深めることを狙いとして開催します。

【持ち物】 動きやすい服装（トレーナー、伸縮性のあるズボンなど）、帯またはベルト（鞘を固定するためのもの）

回数	日程	講義内容
第1回	9/28 (水)	刀礼～作法、刀の握り方
第2回	10/ 5 (水)	刀の振り方
第3回	10/19 (水)	抜刀、納刀の基礎①
第4回	10/26 (水)	抜刀、納刀の基礎②
第5回	11/16 (水)	居合型
第6回	12/ 7 (水)	刀礼から演武まで

講座番号 ②-3

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：2,500円
保険料：300円
定 員：15名

講師紹介

橋本 亨 (はしもと とおる)

居合道教士八段。日本橋生まれ。剣道歴20年。のち居合道に転向し無外流新名一門に入門。毎年開催される居合道会国際大会で平成21年より5年連続優勝を果たし文部科学大臣賞にも輝いた。現在、無外流吹毛会(日本橋本町)の代表を務めている。



◆諦めるのはまだ早い！ “超かんたん”ウクレレ講座

主 題 お家にウクレレが眠っていませんか？

「買ってみたけれど、途中でやめてしまった」「教本に書かれていることが難しい……」と諦めてしまった方に、簡単に楽しく弾けるコツを教えます！もちろんこれからウクレレを始めたい方も大歓迎！

ウクレレは弦が4本のため、初めて楽器に触れる方でも、すぐに弾けるようになります。

この機会に、ウクレレを始めませんか？

【持ち物】 ウクレレ、筆記用具

*ウクレレをお持ちでない方には、事前に購入のアドバイスをいたします。

回数	日程	講義内容
第1回	9/29 (木)	かんたんな3コードで「Happy Birthday」を弾こう！
第2回	10/ 6 (木)	基本のリズムでハワイアンソングを弾いてみよう①
第3回	10/13 (木)	基本のリズムでハワイアンソングを弾いてみよう②
第4回	10/20 (木)	メロディー弾きに挑戦①
第5回	10/27 (木)	メロディー弾きに挑戦②
第6回	11/17 (木)	ハワイアンソングを弾いてみよう (応用編①)
第7回	11/24 (木)	ハワイアンソングを弾いてみよう (応用編②)
第8回	12/ 8 (木)	総まとめ

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：8回
受講料：1,600円
材料費：500円
定 員：18名

講師紹介

TERU (てる)

ウクレレプレイヤー。ハワイを代表するミュージシャンのケハウ・タムレ、天才ウクレレ奏者と称される名渡山遼に師事し、ハワイで歴史や文化を学ぶ。“温かく深い音色”“心に届く音”など楽器本来の音を奏でることを得意としている。

趣味の講座 ②-5 一般募集 なし



◆季節を愛でる和菓子～秋冬～

主 題 季節を愛でる和菓子。この言葉が表すとおり、和菓子は四季の移ろいを表し、その季節の到来を感じさせてくれます。一見、作るの難しそうですが、簡単でおいしく、初心者の方でも楽しんで作ることができるレシピを紹介します。

自分の手で作るということも和菓子の魅力のひとつです。心地よい手触りを感じながら、やさしく季節を愛でるように和菓子を作ってみませんか。

※メニューは仕入れ状況により変更する場合があります。

※食材の原材料：卵・小麦を含む。

【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具

回数	日程	講義内容
第1回	9/21 (水)	栗きんとん・練切「菊」
第2回	10/12 (水)	かるかん・一口おちょぼ栗
第3回	11/ 9 (水)	黄身時雨・くるみ餅
第4回	12/14 (水)	きんとん「雪まろげ」・葛焼き
第5回	1/11 (水)	花びら餅・お汁粉
第6回	2/ 8 (水)	浮島・練切「寒ぼたん」

講座番号 ②-5

時 間：午後1時30分～4時
場 所：月島社会教育会館
回 数：6回
受講料：1,200円
材料費：2,500円
保険料：300円
定 員：16名

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「美味しくて、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。著書に『かんたん、かわいい! はじめての手づくり和菓子』(学研プラス)。監修に『おうちで作る和菓子の本』(貝印株式会社)。
<http://apronmemo.com/momotose/>

趣味の講座 ②-6 一般募集 15名

◆きもの着付け入門 ～半幅帯でおしゃれな帯結び～



主 題 きものがあるけれど袖を通したことがない。ひとりで着てお出かけしてみたい!

そんな方におすすめです。この機会に着付けを学んでみませんか?

きもの着方と、苦しくなく着くずれしないで装うポイントを基礎知識から学習します。アレンジが楽しめるおしゃれな帯の結び方も紹介します。

お気に入りのきものを着て、さらに輝きましょう!

【持ち物】

きもの一式 (足袋・肌着※二部式またはワンピース型どちらでも可・襦袢・きもの・腰紐3本・補整用タオル2枚・コーリンベルト・差し込み式衿芯・伊達締め2本)

帯一式 (半幅帯・帯板・帯締め)、筆記用具

回数	日程	講義内容
第1回	10/16 (日)	きものを知る：基礎知識と肌着の着方と補整
第2回	10/30 (日)	肌着・襦袢ときものを着る①
第3回	11/13 (日)	肌着・襦袢ときものを着る②
第4回	11/27 (日)	肌着～きもの・半幅帯結び①
第5回	12/11 (日)	肌着～きもの・半幅帯結び②、まとめ

講座番号 ②-6

時 間：午後1時30分～4時
場 所：月島社会教育会館
回 数：5回
受講料：1,000円
定 員：20名

講師紹介

矢島 みどり (やじま みどり)

全日本きものコンサルタント1級・全日本きもの1級講師・NPO日本文化支援普及協会講師。生涯学習公開講座、結婚式場ホテル、着付け教室のほか、国際交流、高齢者施設、障害者施設などで着付けボランティアとしても20年以上活動している。

◆フープエクササイズ&ボディメイク「フープブーン」

主 題 フラフープは効率良くお腹まわりや体幹を刺激することができます。フラフープ1回転は腹筋1回と同じ効果といわれています。

毎回、フラフープを使って腹筋を刺激するほか、簡単なステップや体幹エクササイズも取り入れて、さまざまな角度から脂肪燃焼を狙います。楽しみながらボディメイクをしていきましょう。フラフープが回せない方も運動不足の方も楽しく参加できます。

【持ち物】 スポーツタオル、水分補給できるもの、運動しやすい靴、動きやすい服装（トレーナー、伸縮性のあるズボンなど）

回数	日程	講義内容
第1回	10/ 4 (火)	フラフープの基本の回し方①
第2回	10/11 (火)	フラフープの基本の回し方②
第3回	10/18 (火)	フラフープの基本の回し方③
第4回	10/25 (火)	骨盤エクササイズ①
第5回	11/ 8 (火)	骨盤エクササイズ②
第6回	11/15 (火)	骨盤エクササイズ③
第7回	11/29 (火)	骨盤エクササイズ④
第8回	12/ 6 (火)	骨盤エクササイズ⑤

講座番号 ②-7

時 間：午前10時30分～正午
場 所：アートはるみ
回 数：8回
受講料：1,600円
材料費：100円程度
保険料：400円
定 員：20名

講師紹介

上田 浩之 (うえだ ひろゆき)

一般社団法人日本健康体操普及連盟代表理事。健康運動指導士（厚生労働省所管の財団法人健康・体力づくり事業財団認定）。競技エアロビクスで全日本13回の優勝ならびに世界大会2回の準優勝。NHK「ひるまえほっと」、「にじいろジーン」ほかメディアに多数出演。著書に『フープブーンをはじめよう』（マリ企画）、DVDに『ボディレボリューション』、『リフレッシュエクササイズ』など。

◆はじめてのメタルアート

主 題 生活のあらゆる場面で目にすることが多い金属を使って、自由自在にもの作りができれば楽しそう。だけど、知識がないし、どうやったらいいのかわからない。このように感じられる方も多いでしょう。

この講座では、金属加工の基本的な知識を身に付けながら、金属の硬さや重さを体感することから始めます。講座を通して、ものづくりを楽しみながら、何でも自分で作ってみようという意識を身に付けていただければ幸いです。はじめての方にも親切・丁寧に指導いたします。

【持ち物】 軍手（綿100%のもの）、長袖、長ズボン、筆記用具
※汚れの気になる方はエプロンをご持参ください。

回数	日程	講義内容
第1回	1/22 (日)	メタルアートを知る～金属の特性と加工方法～
第2回	1/29 (日)	実習① 金属を溶かす、叩く ～錫 <small>すず</small> を叩いてスプーン作り～
第3回	2/ 5 (日)	
第4回	2/12 (日)	実習② 金属を繋ぐ ～真鍮 <small>しんちゆう</small> をつないでオブジェ作り～
第5回	2/19 (日)	
第6回	2/26 (日)	

講座番号 ②-8

時 間：午前10時～正午
場 所：アートはるみ
回 数：6回
受講料：1,200円
材料費：5,000円
保険料：300円
定 員：10名

講師紹介

澤田 将哉 (さわだ まさや)

美術家。博士(芸術、多摩美術大学)。専門は金属工芸(鍛金)。国立新美術館インターンとして、ワークショップの企画、鑑賞ガイドの作成などに携わる。現在は、美術家として国内外で創作活動を行いながら、市民を対象とした創作体験ワークショップの講師を担当している。