

ふれあいカルチャー講座 2025年7月～9月

月	火	水	木	金	土			
<p>English Conversation</p> <p>幅広い場面での英会話をリラックスした雰囲気の中で楽しく習得できます。どなたでも参加できます。</p> <p><日時> 7/7～(全10回) 10:00～12:00 <講師> C・マチ <料金> 17,000円 <定員> 10名</p>	<p>女性のためのサルサ・ダンスA</p> <p>女性が一人で踊るクラスです。シェイプアップ、運動不足を解消しましょう。初心者大歓迎！</p> <p><日時> 7/7～(全10回) 10:30～12:00 <講師> 宮澤 緑 <料金> 13,000円 <定員> 6名</p>	<p>かなと実用書道A</p> <p>自分の名前を綺麗に書いてみませんか？小筆で、和歌や実用書道に取り組みます。初心者でも、続ければ美しい字が身につきます。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/1～(全10回) 10:00～12:00 <講師> 峯崎 恵紀 <料金> 12,000円 <定員> 7名</p>	<p>News in English(2)</p> <p>新聞や雑誌の記事をもとに、それについて英語でディスカッションします。(文法・語彙説明含む)</p> <p><日時> 4/1～(全11回) 10:00～12:00 <講師> C・マチ <料金> 22,000円 <定員> 8名</p> 	<p>毛筆書道教室A</p> <p>初めて書を書く方、字を書くことに劣等感を持っている方から上級者まで、その方に合わせた指導をいたします。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p>休講</p> <p><日時> 7/3～(全12回) 10:30～12:00 <講師> 宮澤 緑 <料金> 15,600円 <定員> 6名</p>	<p>女性のためのサルサ・ダンスB</p> <p>女性が一人で踊るクラスです。シェイプアップ、運動不足を解消しましょう。初心者大歓迎！</p> <p><日時> 7/3～(全12回) 10:30～12:00 <講師> 宮澤 緑 <料金> 15,600円 <定員> 6名</p>	<p>かなと実用書道B</p> <p>自分の名前を綺麗に書いてみませんか？小筆で、和歌や実用書道に取り組みます。初心者でも、続ければ美しい字が身につきます。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/11～(全10回) 10:00～12:00 <講師> 峯崎 恵紀 <料金> 12,000円 <定員> 7名</p>	<p>毛筆書道教室B</p> <p>初めて書を書く方、字を書くことに劣等感を持っている方から上級者まで、その方に合わせた指導をいたします。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p>休講</p> <p><日時> 7/5～(全12回) 10:00～12:00 <講師> C・マチ <料金> 24,000円 <定員> 8名</p> 	<p>News in English(1)</p> <p>新聞や雑誌の記事をもとに、それについて英語でディスカッションします。(文法・語彙説明含む)</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/5～(全12回) 10:00～12:00 <講師> C・マチ <料金> 24,000円 <定員> 8名</p>
<p>俳句を楽しむ会(2)</p> <p>俳句を楽しみながら四季折々の花鳥諷詠を学びましょう。</p> <p><日時> 7/7～(第1第3月曜全4回) 13:00～15:00 <講師> 吉野 園子 <料金> 4,000円 <定員> 6名</p>	<p>女性のためのサルサ・ダンスC</p> <p>女性が一人で踊るクラスです。シェイプアップ、運動不足を解消しましょう。初心者大歓迎！</p> <p><日時> 7/7～(全10回) 10:30～12:00 <講師> 宮澤 緑 <料金> 13,000円 <定員> 6名</p>	<p>やさしい俳句教室</p> <p>俳句は日記。五七五のリズムで、四季を通して日々を楽しみましょう。俳句の基本、表現力を磨く。名句鑑賞。</p> <p><日時> 7/1～(全10回) 13:00～15:00 <講師> 吉野 園子 <料金> 10,000円 <定員> 10名</p> 	<p>のびのびおりがみを嬉しむ会</p> <p>四季折々の歳時記、動物、花、遊ぶ物、色紙に貼るもの、実用的な物等、子供から大人まで楽しめる作品を制作します。</p> <p><日時> 7/2～(全6回) 13:00～15:00 <講師> 倉坪 妙子 <料金> 6,000円 <定員> 6名</p>	<p>ゆったりストレッチ&スウィング・ジャズダンス</p> <p>懐かしい曲に身をゆだね、余分な力を抜いてスウィングする楽しさを実感して下さい。心身を開放し、若さを復活させます。</p> <p><日時> 7/2～(全10回) 13:00～15:00 <講師> 田野 日出子 <料金> 12,000円 <定員> 4名</p> 	<p>みんなで元気にヨガクラス</p> <p>ヨガの基本的なポーズを行うクラス、丁寧な呼吸を行いながら、じっくり動くことで身体をほぐし、心をリラックスさせます。</p> <p><日時> 7/3～(全12回) 13:15～14:45 <講師> 上村 久美子 <料金> 18,000円 <定員> 6名</p>	<p>港区の魅力探訪歴史が1'倶楽部A</p> <p>世界史の軌跡～江戸時代幕府の大名の統制方法、寺子屋などでの学び方や伊勢参りなどの信仰の旅をご紹介します。7, 8月はまち歩きなしで講座3回です。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/4～(全9回) 13:30～15:00 <講師> 歴史が1'倶楽部部員 <料金> 9,000円 <定員> 10名</p> 	<p>The Saturday Afternoon English</p> <p>実践的な発信スキルをアップしたい方のための双方向英会話クラスです。日常会話及び時事トピックを扱った英会話です。</p> <p><日時> 7/5～(全10回) 13:30～14:30 <講師> 藤澤 信一郎 <料金> 10,000円 <定員> 8名</p>	<p>Bonjour France! 動画で学ぶフランス語入門</p> <p>これから仏語をやってみようという方、仏語に再度トライしたい方、パリ五輪で仏語に興味を持った方、さあみんなで一緒に仏語を始めましょう！</p> <p><日時> 7/12～(全6回) 13:00～14:30 <講師> 天野 芳彦 <料金> 12,000円 <定員> 11名</p>
<p>カルチャー講座を初めて受講される方は1回無料で体験をさせていただきます。</p>	<p>ウクレレをひいて唄いましょう</p> <p>ウクレレは手先にやさしく刺激を与え老化を防ぎます。どなたでも簡単にチャレンジできます。ウクレレをお持ちでない方にはお貸しします。お気軽にどうぞ。</p> <p><日時> 7/28～(全8回) 15:30～17:00 <講師> 佐藤 真佐美 <料金> 16,000円 <定員> 8名</p> 	<p>健康極拳練功教室</p> <p>動作に対応して腹式呼吸を行う。心息動を整えることにより、心身の健康維持、足腰鍛錬、内臓機能強化で老化防止に効果あり。</p> <p><日時> 7/8～(全10回) 15:30～17:00 <講師> 岩田 有三 <料金> 12,000円 <定員> 6名</p>	<p>Bon voyage France! 動画で学ぶ仏語ワイン紀行</p> <p>フランスの主要産地のワインについて、紀行形式で作り手・文化・テロワール等を解説・試飲し各地域の代表的ワインを通じて仏語と仏文化の知識を深めます。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/9～(全6回) 15:30～17:00 <講師> 天野 芳彦 <料金> 15,000円 <定員> 8名</p> 	<p>劇団四季出身講師の元気がでるミュージカル</p> <p>楽しいミュージカル体験をしてみませんか？健康的に元気に歌おう！伝える力で楽しく表現</p> <p><日時> 7/3～(全10回) 15:30～17:00 <講師> 山下 清美 <料金> 13,000円 <定員> 10名</p> 	<p>港区の魅力探訪歴史が1'倶楽部B</p> <p>世界史の軌跡～江戸時代幕府の大名の統制方法、寺子屋などでの学び方や伊勢参りなどの信仰の旅をご紹介します。7, 8月はまち歩きなしで講座3回です。</p> <p><日時> 7/4～(全9回) 15:30～17:00 <講師> 歴史が1'倶楽部部員 <料金> 9,000円 <定員> 10名</p>	<p>伊藤豪の読み聞かせ・朗読語りの表現講座</p> <p>日頃のコミュニケーション力も高めまます。</p> <p><日時> 7/11～(全6回) 15:30～17:30 <講師> 伊藤 豪 <料金> 6,000円 <定員> 6名</p>	<p>俳句を楽しむ会(1)</p> <p>四季の生活を俳句を通して楽しみましょう。俳句の基本、表現力を磨く。名句鑑賞。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/12～(第2第4土曜全6回) 15:30～17:30 <講師> 吉野 園子 <料金> 6,000円 <定員> 7名</p>	<p>小筆で楽しむ書道</p> <p>中国や平安時台の古典を学びながら作品づくりに取り組みます。初心者でも楽しみながら上達できます。</p> <p>キャンセル待ち</p> <p><日時> 7/5～(全10回) 15:30～17:30 <講師> 峯崎 恵紀 <料金> 15,000円 <定員> 6名</p>