

# 桐朋講座

2024年度 後期  
10月～3月  
受講のご案内

## 「学ぶ喜び」には卒業がない。

生涯にわたる学びの場として、桐朋講座は開設されています。  
「学ぶこと」の喜びを、その生き生きとした世界を、  
桐朋講座で感じていただけたら、これ以上の喜びはありません。

桐朋講座を始めてみませんか？  
皆さまのご参加、お待ちしております。

### 新規講座

## パソコン教室〈PC基礎クラス〉

もう一度基本から  
学びたい方

Windows10、タイピング、Wordで文書の  
作成をします。パソコンの持ち込みOKです。

効率的に文書の  
作成、編集操作を  
学びたい方



水曜日 10:00～12:00

回数6回 定員10名

受講料 15,000円

開講日 10月23日

講師 / 眞田 美智子

翌年1月以降に EXCEL のワーク  
ショップも企画中です。興味のある  
方はぜひご参加ください。

対面  
オンライン  
講座

## クリパルヨガ

健康で生き生きとした毎日を送る為に、  
生活の中にヨガを取り入れてみませんか？



★ヨガマットは各自  
ご用意ください

講師 / 中沢 恵津子

米国クリパルセンター公認ヨガ教師  
フェニックス・ライジング・ヨガセラピスト

クリパルヨガは、体を活気づけることに加え、自己観察力を  
高め、心を安定させるセラピー的な要素もあります。  
体力や柔軟性に関係なく、どなたでもご参加いただけます。  
クラス 後半には、さらに気づきを促す瞑想を行います。



土曜日 10:30～12:00

回数10回

受講料 24,100円

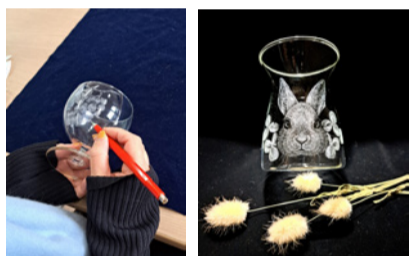
定員10名

開講日 10月19日

※対面の日と、  
オンラインの日  
とで行います。

## ガラス食器に彫る感動

～手軽に出来るガラスリッツェン～



水曜日

10:00～12:00

回数10回

受講料 26,160円

(材料費は別途)

※ダイヤモンドペン持参の方は

23,300円

定員15名

開講日 10月16日

ガラスの器にダイヤモンドペンで繊細な模様を彫る工芸です。  
小さなスペースでペン一本で簡単にできます。下絵もありますので、  
絵が描けなくても大丈夫。貴女だけの特別な手作りの食器を！

講師 / 柏倉 美由喜 グラスリッツェン作家

## 西洋美術史の旅

～世界史から見た西洋美術～



火曜日

13:20～15:00

回数10回

受講料 23,800円

定員15名

開講日 10月22日

昨年度はみなさんのおかげもあって、ファン・ゴッホの絵をたくさん  
みる事ができました。今年度はゴッホが亡くなった19世紀末以降の  
絵画を中心にみていきます。どの回から参加してもお楽しみい  
ただけるよう話題満載でまいります。ギャラリー訪問も行います。

講師 / 重田 宣晴 桐朋女子中・高等学校講師

## はじめての着付け

～今日からあなたも着物美人～



土曜日 13:00～15:00

回数5回

受講料 12,300円

定員10名

開講日 10月19日

※小物が足りない方はご相談ください。

道具を使わない昔ながらの「手結びによる着付」です。  
初心者の方にも半衿のつけ方や着物のたたみ方から  
ご指導致しますので、安心して楽しんで学べます。

講師 / 青柳 初美・高橋 千秋 さがのきもの学院 講師

## ミュージックベル



金曜日 10:00～12:00

回数10回

受講料 23,800円

定員15名

開講日 10月18日



「天使の声」といわれるベルの音。楽譜が読めなくても大丈夫！  
ベルが初めての方も、経験者と一緒に奏でながら、その美しさを  
味わい、ベルの響きで癒し癒されてみませんか？

講師 / 山村 美鈴

## 脳と心と体の健康

～楽しく動いてスッキリ笑顔～



火曜日 10:30～12:00

回数11回

受講料 25,500円

定員15名

開講日 10月15日

ご自身の体力に応じて、立位、座位の姿勢を選び、無理なく動きま  
しょう。脳を刺激することで心と体が喜ぶことをねらいにします。

講師 / 千葉 裕子 元桐朋女子中・高等学校教諭

## リフレッシュ・ヨガ



水曜日 10:40～12:10

回数15回

受講料 34,500円

定員15名

開講日 10月16日

★ヨガマットは各自  
ご用意ください

日頃の忙しい時間から少し距離を置いて、深く長い  
呼吸の波に乗りながらゆったりと全身を動かします。

講師 / 佐々木 千穂 ヴィンヤサフローヨガティーチャー  
トレーニング200時間修了(YOGA SPOT認定)

## チャーチル会



土曜日

〈午前クラス〉9:30～12:00

〈午後クラス〉13:00～15:30

回数15回

受講料 42,050円

(教材費込み)

定員各15名

開講日 10月19日

講師 / 奥山 雄輔

元桐朋女子中・高等学校講師

土曜日のひととき、絵を愛する人が集まって、  
初心者からベテランまで、様々な表現の可能  
性を探ります。油絵は初めてだけどやってみ  
たいという方も、道具の揃え方から学べます。

## 漢字書道全科

～書の見方と表現～



水曜日

13:30～15:00

回数15回

受講料 34,800円

定員15名

開講日 10月16日

ご希望に合わせて楷・行・草・篆・隸の全ての書体が学べ  
ます。日本と中国の書の古典や名品の学習を通して書文化  
の理解を深めましょう。初心者の方も大歓迎です！

講師 / 岩切 誠 東京学芸大学非常勤講師

フランス語で楽しく歌う

## シャンソン



土曜日 13:30～15:00

回数6回

受講料 15,000円

定員15名

開講日 10月26日

フランス語でシャンソンをお歌いになるのが初めての方も大歓迎  
です。クラシックの発声・呼吸法も取り入れ、ワンフレーズ  
ずつ歌えるようにいたします。素敵な仲間とちょっと  
オシャレに、人生の悲喜こもごも歌に託してください。

講師 / 岡本 佳織 日本オペラ振興会・藤原歌劇団団員(ソプラノ)

## 『古事記』を斜めに読む



水曜日 13:30～15:00

回数5回

受講料 12,800円

定員15名

開講日 10月23日

『古事記』編者の太安萬侶の気持ちを忖度して、  
現代に伝わるお話や表現、それに仕来りなどが  
どのように変わって来たのか、参加する皆さん  
と共に確かめて行きます。

講師 / 岡本 直久 元桐朋女子中・高等学校教諭

## ペーパーデザイン



水曜日

13:00～16:00

回数10回

受講料 36,300円

(材料費込み)

定員15名

開講日 10月16日

🏠 <https://www.studioasei.com/>

五感を使って『紙を楽しむ』がテーマの講座です。生活に素敵をプ  
ラスする作品やプロダクトをオリジナルデザインで作ります。光と影  
が美しいハンドエンボスの技法が習えるのも魅力の一つです。

講師 / 花牟禮 亜聖 グラフィックデザイナー／紙造形作家

## パソコン教室〈実践クラス〉



水曜日 14:00～16:00

回数15回

受講料 34,300円

(テキスト代は別途)

開講日 10月16日

定員12名

テキストを使用し、Word・Excel・PowerPointの実践  
テクニックを習得します。ZOOM機能も学びます。

講師 / 眞田 美智子

\* 9月5日時点の情報です

各講座の詳細・お申し込みはホームページから！

桐朋講座 検索

<https://institute.toho.ac.jp/>

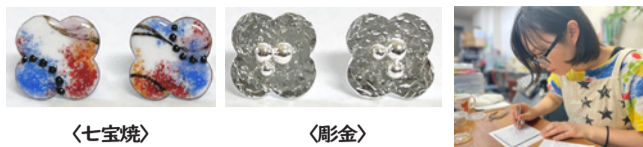


●お申し込み受付期間●

9月18日(水)～10月10日(木)

### 七宝焼・彫金教室

～七宝焼や彫金の技術で作る、オリジナル作品～



月曜日
<午前クラス> 10:00～12:00
<午後クラス> 13:00～15:00
回数 15回
受講料 38,800円
(材料費込み、地金・工具代別途)
定員 各15名
開講日 10月21日

☆インスタにて作品がご覧頂けます！

七宝焼や彫金の技術を用い、オリジナル作品を制作します。七宝焼では、伝統工芸の技術を用いたアクセサリ・額絵・クラフト作品など作り、彫金では、銀などを使用して指輪やネックレスなど、本格的なジュエリーを作ります。

講師 / 西田 幸乎 (公社)日本七宝作家協会常任理事

### 新音楽セミナー “聞けば、聴くほど”



様々な角度からクラシック音楽に光を当てていく新音楽セミナー。クラシック音楽を今までとは違った角度から眺めます。東大で演奏研究の博士号を取得した気鋭の研究者で、ピアニストでもある講師ならではの、ここでしか聞けない話が満載です。

[金曜クラス] 13:30～15:00 開講日 11月22日
[土曜クラス] 14:00～15:30 開講日 11月9日
受講料 8,400円 回数 各3回 定員 各20名

★金曜と土曜は同じ内容で振替が可能です。

講師 / 高橋 舞 ピアニスト。京都大学・日本学術振興会特別研究員。



### ギターの生活

[初級者コース]



木曜日 13:30～15:00
回数 13回
受講料 31,700円
定員 15名
開講日 10月17日

ギターを触ったことのない初心者の方、大歓迎！目標は合奏曲を3～5曲ほど仕上げることです。目的は一緒に楽しむことです。ソロギターから学んだ後、和気あいあいと合奏曲を楽しみましょう。(お試しギターをどうぞ弾きにいらしてください。ご購入の相談も受け付けています。)



☆演奏動画です。ぜひご覧ください！

講師 / 宇高 靖人
元ギターデュオ「いちむじん」ギタリスト

### クラシックギターの世界

[初級～中級者コース]



木曜日
10:40～12:10
回数 13回
受講料 31,700円
定員 15名
開講日 10月17日

楽譜もしくはタブ譜をある程度読める方向けの初級～中級者コースです。初心者の方でも4ヶ月基本を習えば合奏を楽しめるようになります。基礎練習から合奏まで♪



☆合奏の動画です。お楽しみください！

講師 / 宇高 靖人
元ギターデュオ「いちむじん」ギタリスト

### デッサン太鼓判



木曜日
10:00～12:00
回数 12回
受講料 28,700円
定員 15名
開講日 10月17日

☆F8以上のスケッチブックをご持参ください。

デッサン力は、単に絵を描くためだけのものではなく、社会や生活と、実は深く関わっています。絵は苦手だと思われる方も是非、観察力や捉え方の感性に更なる磨きを掛けながら、デッサンを暮らしのエッセンスにしてみませんか。

講師 / 奥山 雄輔 元桐朋女子中・高等学校講師

### 身体調整とナンバ歩き



金曜日
13:30～15:00
回数 12回
受講料 27,700円
定員 15名
開講日 10月18日

ナンバ歩きをはじめとする様々な「楽々歩ける方法」を学びます。健康で快適な生活を送るために「バランスのとれた身体」「痛みのない身体」作りを目指します。

講師 / 長谷川 智 元桐朋女子中・高等学校講師

対面オンライン講座

### 世界を知る

～時代を読み解くためには、世界を知ること～



金曜日 13:20～15:00
回数 15回
受講料 36,900円
定員 15名
開講日 10月18日
☆数回ほどは対面講座です。

世界には190以上の国があります。全ての人々が安全に幸せな生活をしているわけではありません。そんな世界を知るためには政治や経済、文化など様々な切り口が存在します。現在起きている事柄を題材にしながらかような問題が生じているのかを考えたり、様々な問題を今までとは違ったアプローチで迫りたいと思います。

講師 / 森 茂 元桐朋女子中・高等学校教諭

### フラワーデザイン



金曜日
13:10～15:00
回数 8回
受講料 19,900円
定員 15名
開講日 10月25日
☆生花を使用します

花材費は別途～3,000円程/回

お花に癒され、元気をもらいましょう。基礎から応用まで指導します。

講師 / 高橋 加奈子 公益社団法人日本フラワーデザイナー協会本部講師

### 趣味の書道



月曜日
13:20～15:00
回数 13回
受講料 30,400円
定員 14名
開講日 10月21日

おひとりおひとりのご希望で進めています。久しぶりに筆を持つ方も歓迎！美文字を書きたい方もどうぞ。古典の臨書から創作へ！たまに展覧会にも出品しています。

講師 / 三田 広美 武蔵野大学非常勤講師 他

年間講座(4月～翌3月) 年間30回

### 英会話教室

(中上級クラス)

段階を追って英会話技術をマスターして行くというのではなく、英語で楽しく仲間と語り、異文化に直接接するという講座です。

金曜日 11:00～12:20
受講料 39,700円

後期回数 16回 定員 8名

後期初回日 10月18日

講師 / 外国人講師

English



### 陶芸教室



土曜日 13:00～16:00
回数 8回
受講料 31,700円
(材料費込み)
定員 1クラス18名
開講日 (桐組)10月19日
(桜組)10月26日

カリキュラムに沿って作っていくので初心者でも安心の陶芸講座です。あなただけのオリジナルの器を作ってください。

講師 / 雲雀 多寸・伊東 敦子・木本 康太郎

### 朗読教室



土曜日
10:30～12:30
回数 10回
受講料 23,800円
開講日 10月19日

「元気になる朗読」を目指しています。朗読で言葉を磨き、自分磨きをしませんか。呼吸・発声・発音を見直すと、心も身体も健康になり、その上、脳の活性化にも役立ちます。

講師 / 鈴江 勤子 NPO法人朗読文化研究所代表理事

### みんなのコーラス



火曜日
10:45～12:20
回数 16回
受講料 29,800円
開講日 10月15日

合唱の好きな方が集まってコーラスを楽しんでいます。歌う楽しさに加え、皆で協力して一つの音楽を作り上げる喜びも経験できます。

音大の新木造ホールにて行う、50周年記念コンサート(1月5日開催)に向けて練習に励んでいます。

講師 / 関田 英二 桐朋学園大学音楽学部名誉教授
田中 朋子 (ピアノ伴奏)

### モゲ散歩

～東京・見て歩き～



土曜日 10:30～12:30
回数 11回
受講料 27,000円
定員 15名程度
開講日 10月19日

地図を片手に様々な所を歩きます。見知らぬ道に入り込み、その先にある何かを探しに行くときのワクワク感。道端に佇む石仏や、突然現れる山門や鳥居。歴史が物語ってくれるそれらのものを見たりするのも楽しみです。時にはお祭りに出会う事もあります。そんな時間と空間を共有してみませんか？

講師 / 森 茂 元桐朋女子中・高等学校教諭

対面オンライン講座

このマークの講座は、何回かを対面で、何回かをオンラインで行う講座です。オンライン講座では「ZOOM」というツールを使用します。ご自宅スマートフォン、タブレット、PC等を利用して、カメラとマイクをご用意いただきご参加ください。

年間講座(4月～翌3月) このマークの講座は4月～翌年3月まで年間を通して受講いただく講座です。途中からのご参加も可能です。

### お申し込みはホームページから！

桐朋講座 検索



https://institute.toho.ac.jp/

●お申し込み受付期間●

9月18日(水)～10月10日(木)

- 1. ホームページまたはお電話で、受講のお申し込みをしてください。
2. お申し込みは先着順となります。定員に達し次第、締め切りとなります。また、人数が大幅に下回った場合、閉講になることがあります。
3. 受講料の納入方法は、後日お知らせします。

### 入会金のご案内

入会にあたっては、入会金3,000円をいただき会員証を発行いたします。受講が終了しても、3年間は会員資格が有効です。

### 無料体験ができます！

どの講座も1回のみお試し無料体験ができます。見学のみも可能です。※定員によりご案内できない場合がございます。必ず事前にご予約ください。

### 途中からの参加も可能です！

定員に空きがあれば、開講後も途中参加可能です。料金も含めて、桐朋教育研究所までお問合せ下さい。

- 10月11日以降もお申し込みを受け付けます。(初回からの参加が難しい場合もあります)
●10月1日(火)～10月10日(木)の期間、桐朋教育研究所は秋季休業となります。お問合せは、お電話ではなく、メールをお願いします。お返事は休み明け10月11日(金)以降となることもあります。何卒ご了承くださいませよう願いたします。

桐朋教育研究所 お問い合わせはお気軽に！

●電話 03-3300-2119

〈電話受付時間〉9:30～16:00(月～金)

●メール tohoinst@toho.ac.jp

●住所 調布市若葉町1-41-1



[桐朋学園女子部門]