

絵画・手芸・料理など多彩な講座をご案内し、組合員の皆さんの健康で楽しくより豊かな暮らしをサポートしています。

**A01** 小川智代の口福ごはん ~エスニックごはん~  
**新中野** 6/3 水  
 ● 10:30~13:00  
 ● 5,140円(材料費込)  
 ● 講師/小川 智代



**A02** 花屋さんのフラワーアレンジ  
 ~カーネーションのアレンジメント~  
**新中野** 4/24 金  
 ● 10:30~12:00  
 ● 2,760円  
 花材費別4,000円  
 (花器代1,000円含む)  
 ● 講師/コバヤシ アキコ



**A03** パッチワークのコースター  
**新中野** 5/29 金  
 ● 10:30~12:30  
 ● 3,960円(材料費込)  
 ● 講師/三室 真弓



**A04** ドライフラワーで作るサマーリース  
**新中野** 6/27 土  
 ● 10:30~12:30  
 ● 2,760円  
 花材費別 3,000円  
 ● 講師/谷合 高子



**A05** 植野朋子お菓子教室 ~桜ブッセ~  
**新中野** 4/10 金  
 ● 10:30~13:30  
 ● 4,240円(材料費込)  
 ● 講師/植野 朋子



**A06** おうちで作れる季節の和菓子  
 ~春の幸せ~  
**新中野** 5/14 木  
 ● 13:30~15:30  
 ● 3,520円(材料費込)  
 ● 講師/朱 蜀娟



**A07** 鎌倉彫 ~長方盆「秋」~  
**新中野** 6/5 金  
 ● 10:00~12:30  
 ● 4,360円(材料費込)  
 ● 講師/間山 包子



**A08** 絵巻寿司 ~バラとプードル~  
**新中野** 4/21 火  
 ● 10:00~13:00  
 ● 4,640円(材料費込)  
 ● 講師/長沼 よしえ



拭き漆で仕上げる日々の道具 ~杓文字~  
**新中野** 5/23 土  
**A09** 午前 ● 10:00~12:00  
**A10** 午後 ● 13:30~15:30  
 ● 各1,650円  
 材料費別 各2,420円  
 ● 講師/野村 昌子



**A11** はじめての韓国語 ~体験クラス~  
**新中野** 4/9 木  
 ● 10:30~11:45  
 ● 2,760円  
 教材費別 40円  
 ● 講師/慶 順進



**A12** 初めて描く透明水彩画 ~田んぼのある風景~  
**新中野** 5/7 木  
 ● 10:30~12:30  
 ● 2,350円  
 教材費別 450円  
 ● 講師/上野 ゆかり



**A13** あなたの心の短歌探します  
**新中野** 5/26 火  
 ● 10:30~12:30  
 ● 3,000円(資料代込)  
 ● 講師/鶴田 伊津



**A14** 遠野物語の世界  
 ~熊はどのように語られたか~  
**新中野** 6/20 土  
 ● 10:30~12:00  
 ● 2,070円  
 ● 講師/石井 正己



**A15** 更級日記の世界  
 ~源資通とのほかない出会い~  
**新中野** 6/20 土  
 ● 13:00~14:30  
 ● 2,070円  
 ● 講師/石井 正己



大人のメイクレッスン  
**新中野** 6/10 水  
**A16** 「自分でできるエイジングケア」 ● 10:00~12:00  
 ~春夏編~  
**A17** 「眉とアイメイク」 ● 13:30~15:30  
 ● 各3,090円  
 教材費別 各500円  
 ● 講師/小坂 明美



マリコビューティーウォーキング  
**A18** **新中野** 4/18 土  
**A19** **新中野** 5/23 土  
 ● 各10:30~12:00  
 ● 各2,300円  
 ● 講師/橋本 まりこ



パーソナルカラー診断  
**新中野** 4/9 木 **秋葉原** 4/4 土  
**A20** ● 10:00~12:00 **A23** ● 10:00~12:00  
**A21** ● 13:00~15:00 **A24** ● 13:00~15:00  
**立川** 4/27 月  
**A22** ● 10:00~12:00  
 ● 各3,300円  
 ● 講師/田雑 美江子



香りのソープカービング ~ピンポンマム~  
**A25** **新中野** 6/23 火 ● 10:00~12:00  
**A26** **立川** 6/15 月 ● 13:30~15:30  
 ● 各3,450円  
 材料費別 各1,800円  
 ● 講師/齋藤 智恵



**A27** 絵巻寿司 ~午と四海巻き~  
**新中野** 5/29 金  
 ● 10:00~13:00  
 ● 4,640円(材料費込)  
 ● 講師/長沼 よしえ



**A28** 草木染め ~藍染め~  
**新中野** 6/26 金  
 ● 13:30~15:30  
 ● 2,760円  
 材料費別 3,300円  
 ● 講師/小池 啓子



らくちん編み布ぞうり  
**A29** **新中野** 6/12 金  
**A30** **新中野** 6/15 日  
 ● 各13:00~15:30  
 ● 各2,760円  
 材料費別 各2,300円  
 ● 講師/塚本 美保子



**A31** 腸活ストレッチ  
**新中野** 4/15 水  
 ● 10:30~12:00  
 ● 2,070円  
 ● 講師/小林 啓子



**A32** 水引細工 ~バッグチャーム~  
**新中野** 5/28 木  
 ● 10:30~12:30  
 ● 3,400円(材料費込)  
 ● 講師/山口 葉子



**A33** 英語の歌で楽しもう  
**新中野** 5/27 水  
 ● 13:00~14:00  
 ● 3,000円  
 ● 講師/コルト  
 (COLT AMBORN)  
 ビートルズなどの名曲の歌詞を題材に英語を楽しみ学びましょう。



**A34** リフレッシュヨガ  
**新中野** 4/17 金  
 ● 10:30~11:30  
 ● 2,070円  
 ● 講師/星野 美和



**A35** 気功  
**新中野** 4/13 月  
 ● 10:30~12:00  
 ● 1,930円  
 ● 講師/関 洪亮



**A36** ボールペン美文字講座 ~自分の名前と住所を書こう~  
**新中野** 4/21 火  
 ● 13:30~15:30  
 ● 2,960円(手本代込)  
 ● 講師/伊藤 こづゑ



**A37** 楽しい朗読  
**秋葉原** 4/18 土  
 ● 13:30~15:30  
 ● 2,350円  
 ● 講師/西村 文江



「名所図絵」で歩く歴史散歩  
**A38** ~桜田門から赤羽橋へ~  
 4/21 火 (予備4/28) (集合:東京メトロ有楽町線桜田門駅)  
**A39** ~町田から高野山東京別院へ~  
 5/19 火 (予備5/26) (集合:JR町田駅)  
 ● 各10:30~13:00頃  
 ● 各4,000円(資料代込)  
 ● 講師/池上 真由美



官定法  
**A40** **新中野** 4/25 土  
 ● 13:30~15:30 ● 講師/あつこ  
**A41** **立川** 4/27 月  
 ● 10:30~12:30 ● 講師/宗像 波子  
**A42** **秋葉原** 4/4 土  
**A43** **秋葉原** 4/18 土  
 ● 各13:30~15:30 ● 講師/依 裕美  
 ● 各2,070円

**B01** 短期講座 こぎん刺し模様の和紙ポーチ(全2回)  
**新中野** 4/25、5/9 土  
 ● 10:30~12:30  
 ● 4,800円  
 材料費別 1,000円  
 ● 講師/齋藤 夏枝  
 ひし形模様2種類に挑戦! 和紙と柔らかくした画用紙を使用したポーチを作ります。



**B02** 短期講座 気軽に楽しむウクレレ(全3回)  
**新中野** 5/29、6/5、6/19 金  
 ● 13:30~14:20  
 ● 5,560円(資料代込)  
 ● 講師/平嶋 淳摩



会場 **新中野** コーププラザ新中野 (中野区中央5-6-2 コーププラザ新中野2階) 東京メトロ丸の内線「新中野駅」1・2番出口から徒歩約3分  
**立川** コーププラザ立川 (立川市曙町1-21-1 いちご立川ビル地下1階) JR「立川駅」北口、多摩都市モノレール「立川北駅」から徒歩約8分  
**秋葉原** コーププラザ秋葉原 (千代田区外神田6-5-12 偕楽ビル「新末広」6階) 東京メトロ銀座線「末広町駅」から徒歩約2分・JR「秋葉原駅」から徒歩約8分他

対象 コープみらい組合員

申込方法 **お申し込みフォームはこちら**  **締め切り 3月3日(火)**

【はがきの場合 ※必要事項を記入のうえ、お申し込みください】 **締め切り:3月3日(火)必着**  
 あて先: 〒164-0011 中野区中央5-6-2  
 コープみらいコーププラザ新中野2階 コープみらいカルチャー行  
 必要事項: ①春の一日・短期講座のいずれかを記入 ②ご希望の講座番号・講座名  
 ③郵便番号・住所 ④受講する方のお名前(ふりがな)・年代  
 ⑤電話番号・携帯電話番号 ⑥組合員コード

ご案内 ◆申し込み締め切り後、翌週より順次、ご案内(会場地図・持ち物)と受講料支払いの払込取扱票を郵送いたします。定員を超えるお申し込みの場合は抽選後、結果をご連絡いたします。  
 ◆各講座とも最少開催人数に満たない場合や講師都合などにより、講座の開催を延期または中止する場合があります。なお、自己都合によるキャンセルなどの事由の場合はお支払いいただいた受講料・教材費などは払い戻しいたしません。「コープみらいカルチャーのご案内~受講にあたってのお約束~」に基づいた対応となります。  
 ※受講料にはすべて消費税が含まれています。 ※お申し込み時にいただいた個人情報は、コープみらいカルチャーからのご連絡や案内の目的以外には使用いたしません。