

まだまだ募集中!

コープみらいカルチャー

# 春の一日・短期講座のご案内

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。

好評につき、午後講座増設しました!


おすすめ講座!

**A12-2** 初めて描く透明水彩画  
～田んぼのある風景～(午後)

**新中野** 5/7 木

- 13:30～15:30
- 2,350円
- 材料費別 450円
- 講師/上野 ゆかり

田んぼとはっぱをにじみとボカシを使いながら描きます。



**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

2種類各2個



**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

もう戻りこぬ時惜しむこともなく  
子は水色のランドセル選ぶ  
鶴田伊津

短歌と一緒によみながら、あなたの心に寄り添ってくれる短歌を探しませんか。

**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


●メニュー  
ベトナム風揚げ春巻き  
タイ風味麺 ほかに2品



**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円込)
- 講師/コバヤシ アキコ




**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

13.5×21×1.5cm



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


●メニュー  
桑の木素材のしゃもじに本漆を用いて拭き漆技法で仕上げます。  
19cmのしゃもじ1本



**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



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



**A22** パーソナルカラー診断

**立川** 4/27 月


- 10:00～12:00
- 3,300円
- 講師/田雑 美江子



香りのソープカービング ～ピンポンママ～

- 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

仏花としても飾れるソープカービングのアレンジです。



**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 月
- 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


水引の結びの基本「あわじ結び」のアレンジで丸くてかわいいチャームを作ります。



**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




**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

さまざまな文章を読み解いて、イメージを広げ、伝えることを学びましょう。



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
- A43** **秋葉原** 4/18 土
- 13:30～15:30 ● 講師/俵 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。  
横幅約21cm




**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

※ウクレレのレンタル有 1回300円




※写真・イラストはイメージです

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

【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】 **※定員になり次第締め切ります**

お申し込みはこちらから ▶  **定員になり次第締め切ります**

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 ◆受け付け確認後、受講いただける方には、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。  
 ◆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ご案内の目的以外には使用いたしません。

【お問い合わせ】 コープみらいカルチャー TEL.03-5385-0745 受付時間/9:30～17:00(日・祝休業) [コープみらいカルチャー 東京エリア](#) [検索](#)

イベントご参加にあたってのお願い ●発熱・倦怠感などの症状がある場合や、体調に不安がある場合は、ご参加をお控えいただきますようお願いいたします。  
 ●参加者の健康と安全を配慮して、イベント等を急ぎ中止とさせていただきます。