

まだまだ
募集中!

コープみらいカルチャー

秋の一日・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。



詳しくは
こちらから

A03 はじめてのソーパークーピング ～もみの木フレーム～

新中野 11/24 火

● 10:00～12:00
● 3,450円
● 材料費別 1,200円
● 講師／齋藤 智恵



大きさ12×17.5cm

手織りのストラップ

新中野 10/16 金

A04 ● 10:30～12:30
A05 ● 13:30～15:30
● 各4,260円(材料費込)
● 講師／松永 希和子



A06 絵巻寿司～タヌキと黄色い花～

新中野 10/2 金

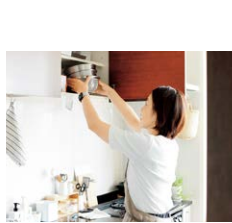
● 10:00～13:00
● 4,640円(材料費込)
● 講師／長沼 よしえ



A07 整えて心地よく暮らす ～キレイが続く整理収納とラク掃除のコツ～

新中野 11/16 月

● 10:30～12:30
● 2,500円
● 資料代別 100円
● 講師／宮入 京子



A08 ポジャギ～小さな額装～

新中野 11/11 水

● 13:30～15:30
● 2,760円
● 材料費別 1,500円
● 講師／久保田 陽子



大きさ約10×15cm

A11 初めて描く透明水彩画 ～しみ・ぼかし・塩を使ってノブドウを描こう～

新中野 11/5 木

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



A12 コントラクトブリッジ

新中野 10/21 水

● 13:30～15:30
● 2,210円
● 講師／横内 しのぶ
山根 千尋



A15 江戸そばを打とう

新中野 11/28 土

● 10:00～13:00
● 2,640円
● 材料費別 1,100円
● 講師／田中 博文



A17 暮らしを彩るモザイクタイルアート

新中野 10/9 金

● 10:30～12:30
● 2,070円
● 材料費別 2,900円
● 講師／KATSU



リースの大きさ直径約22cm

官足法

A22 新中野 10/24 土

● 13:30～15:30 ● 講師／あつこ
A23 立川 10/26 月
● 10:30～12:30 ● 講師／宗像 波子
A24 秋葉原 10/17 土
● 13:30～15:30 ● 講師／あつこ
● 各2,070円

「名所図絵」で歩く歴史散歩

A25 ～旧中原街道 五反田から荏原町へ～

10/20 火 (予備:10/27)

(集合:JR五反田駅改札口)

A26 ～旧中原街道 荏原町から洗足池へ～

11/17 火 (予備:11/24)

(集合:東急大井町線荏原町駅改札口)

● 各10:30～13:00頃
● 各4,000円(資料代込)
● 講師／池上 真由美



パーソナルカラー診断

新中野 10/15 木

A27 ● 10:00～12:00
A28 ● 13:00～15:00

秋葉原 10/17 土

A30 ● 10:00～12:00
A31 ● 13:00～15:00

● 各3,300円
● 講師／田雑 美江子



A33 手作りキムチ

新中野 11/24 火

● 10:00～13:00
● 4,640円(材料費込)
● 講師／長沼 よしえ



A35 おうちで作れる季節の和菓子 ～福兆～

新中野 12/10 木

● 13:30～15:30
● 3,640円(材料費込)
● 講師／朱 蜀娟



持ち帰り4個

A36 鎌倉彫～長方盆[春]～

新中野 10/30 金

● 10:00～12:30
● 4,360円(材料費込)
● 講師／岡山 包子



大きさ13.5×21cm 高さ1.5cm

A37 絵巻寿司～干支の末と紅白梅～

新中野 12/1 火

● 10:00～13:00
● 4,640円(材料費込)
● 講師／長沼 よしえ



A38 小川 智代の口福ごはん ～おせち料理と大皿料理～

新中野 12/2 水

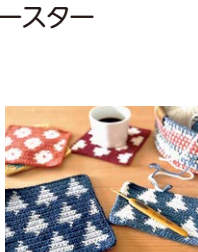
● 10:30～13:00
● 5,440円(材料費込)
● 講師／小川 智代



A40 細編みで編むコースター

新中野 11/20 金

● 10:30～13:00
● 4,360円(材料費込)
● 講師／三室 真弓



大きさ約10×10cm 2個セット

A41 草木染め ～ウールストールをコチニールで染めよう～

新中野 11/27 金

● 13:30～15:30
● 2,760円
● 材料費別 4,700円
● 講師／小池 啓子



大きさ80×190cm

A42 腸活ストレッチ

新中野 10/21 水

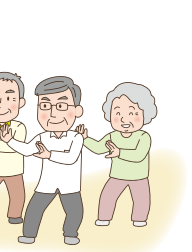
● 10:30～12:00
● 2,070円
● 講師／小林 啓子



A43 気功一日

新中野 10/5 月

● 10:30～12:00
● 1,930円
● 講師／関 洪亮



A44 ゆる体操

新中野 11/27 金

● 10:30～12:00
● 2,070円
● 講師／かすだ あきお



A46 マリコビューティーウォーキング

新中野 11/21 土

● 10:30～12:00
● 2,300円
● 講師／橋本 まり子



A49 英語でヨガ

新中野 12/16 水

● 10:30～11:30
● 2,070円
● 講師／岸野 グレース



B01 短期講座 気軽に楽しむウクレレ(全3回)

新中野 10/30 金、11/6 金、11/20 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

対 象 コープみらい組合員

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) 東京メトロ丸ノ内線「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

申込方法

お申し込みフォームは
こちらから▶

定員になり次第締め切ります



◆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