

区内8施設で主催講座を開催!

# カルナビ 9

2021

講座特集号(2021年度 後期)

# 秋の講座 受講生募集

9/10(金) 受付開始!

発行・編集



公益財団法人 江東区文化コミュニティ財団  
心につながる、地域にきざむ。  
Koto City Culture and Community Foundation

<https://www.kcf.or.jp/koza>



**地域理解 散策** **～江東区ゆかりの人物～** **古石場**

## ～江東区ゆかりの人物～ 渋沢栄一を紐解く

日本に近代的経済社会の基礎を築いた渋沢栄一。深川区会議員を務め、江東区の近代的発展に貢献しました。この講座では経済・福祉・教育など幅広い分野で活躍した渋沢の事跡と足跡をたどります。

※2020年度と同じ内容です。

11/24～1/26 水曜  
[講義]14:00～15:40  
[外出]14:00～16:00

6回  
古石場文化センター ほか  
24名 7,200円・300円  
[公財]渋沢栄一記念財団  
渋沢史料館副館長 桑原功一 ほか

(No.270442)

**地域理解 散策** **関東動乱の舞台を歩く!** **砂町**

## 関東動乱の舞台を歩く! 出陣のススム

わずかに残る痕跡から、当時思いをはせて山城を歩きます。足もとに埋もれている歴史を掘り起こし、色々な手がかりから歴史と一緒に解き明かしませんか。歴史・山城めぐりフィールドワークや講座、ライターなど経験豊富な講師が担当します。

11/14～2/20 日曜  
[講義]13:30～15:10  
[外出]10:00～13:00

4回 砂町文化センター ほか  
25名 5,000円・200円  
歴史&山城ナビゲーター  
三浦一族研究会役員  
山城ガールむつみ

(No.270332)

**地域理解 散策** **身近な公園を楽しもう!** **亀戸**

## 身近な公園を楽しもう! ～自然・樹木・リフレッシュ法～

身近な公園で、さまざまな樹木や植物の特色を知り、公園の魅力を楽しまませんか。講師は、地元・亀戸中央公園のコミュニティアテンダントを歴任するほか、樹木医・環境再生生医として活躍中です。今回は、特に長年調査研究してきた「メタセコイア」(天下第一杉、公園内の樹木)のお話や見学会を行います。

10/19、11/2・9 火曜 14:00～15:30  
3回 亀戸文化センター ほか  
25名 3,800円・200円  
樹木医、環境再生生医 玉木恭介

(No.270237)

**地域理解 散策** **久染さんと歩く「そめ散歩」** **東大島**

## 久染さんと歩く「そめ散歩」

～川堀が知っている 江戸以前の記憶～(土曜午後/火曜午前)

大都会江戸・東京の歴史や生活には欠かせない川・堀。今は埋め立てられ、失われてしまったものもたくさんあります。川・堀が果たした役割や伝説、伝承なども踏まえながら、その「物語」をたどります。

10/16～1/15 土曜 13:30～16:00  
11/20(土) 11/30(火)  
12/18(土) 1/25(火)  
1/15(土) 3/22(火)

4回 現地集合・解散 各20名 7,500円・500円  
江戸・東京  
郷土史研究者  
久染健夫

10/16(土) 10/26(火) 11/20(土) 11/30(火) 12/18(土) 1/25(火) 1/15(土) 3/22(火)

隅田川伝説(1) 鶴が強から待乳山  
隅田川伝説(2) 浅草寺周辺  
日本橋・深川突かれた堀(川1) 稲穂～永代橋  
日本橋・深川突かれた堀(川2) 深川清澄～佐賀

講師:久染健夫

(No.270462)

**鑑賞 教養** **地名探訪** **豊洲**

## 地名探訪 ～地名の意味の奥深さ～

身近で馴染み深い「地名」ですが、その由来を探索と意外に驚かされることあります。日本の地名はバリエーションも多く、その起源についてもさまざまです。この講座では「地名」から歴史や自然・文化的な繋がりを読み解き楽しさをお伝えしていきます。地名から日本の魅力を再発見してみませんか。

10/18～1/17 月曜 18:30～20:00 4回  
豊洲文化センター

25名 3,000円・200円

10/18(月) 11/15(月) 12/6(月) 1/17(月)

地名の魅力を知る(日本地名研究所事務局長 菊地健雄)  
なぜこの文字が地名に?～鬼・豆のつく地名～(地名と風土)編集長 小田高英  
平成の大合併は成功だったのか(日本地名研究所理事 高橋治)  
江東の地名 江戸から現代(江戸・東京 郷土史研究者 久染健夫)

(No.270446)

**鑑賞 教養** **20世紀の画家** **亀戸**

## 20世紀の画家 アンリ・マティスの世界

20世紀フランスの画家、アンリ・マティス(1869-1954)に焦点をあて、年代を追って作品の展開をたどり、彼の生きた時代に照らして、その作品の特質や絵画のあり方、装飾の意味などを考えます。

10/21・28、11/4・11 木曜 14:00～15:30  
4回 亀戸文化センター  
25名 4,800円・なし  
お茶の水女子大学教授  
天野知香

(No.270423)

**鑑賞 教養** **西洋美術の必修教養** **古石場**

## 西洋美術の必修教養 ～アツと驚くアトリビュートの世界～

絵に描かれているのは誰なのか? そんな疑問に答えてくれるのが、人物とともに描き込まれた「持物(アトリビュート)」です。本講座では、ヴィーナスなら薔薇、聖母マリアなら百合など、神話画や宗教画ごとに、アトリビュートを学んでいきます。人物特定の基本が分かることと鑑賞は一層楽しくなるはず。

10/19～12/14 火曜14:00～15:30 5回  
古石場文化センター  
25名 4,700円・300円  
美術評論家  
フリーキュレーター  
平松洋

(No.270439)

**鑑賞 教養** **ドビュッシーと音楽旅気分** **東大島**

## ドビュッシーと音楽旅気分

日本の絵画やスペイン文化ほか、異文化を取り入れた楽曲を多く残したドビュッシーを取り上げます。旅をすることが難しい時代、音楽と萩谷先生の楽しいお話を通して、耳で旅の気分を味わいましょう。

11/4～1/27 木曜 18:30～20:00  
4回 江東区文化センター  
25名 6,500円・200円  
音楽評論家 萩谷由喜子

11/4(木) フランス音楽を旅する  
12/2(木) アジアの響きに耳を澄ませて  
1/20(木) スペイン旅行の気分  
2022年は生誕年  
音楽旅を未来につなげて

(No.270501)

**鑑賞 教養** **チャイコフスキー** **森下**

## チャイコフスキー 3大バレエの魅力に迫る

世界中で愛されているチャイコフスキー作曲のバレエ『白鳥の湖』『眠れる森の美女』『くるみ割り人形』の魅力に迫ります。バレエファンはもちろん、バレエ鑑賞ビギナーでも楽しめる「バレエを観て知る」講座です。稽古見学(12/1)や日本を代表するバレエナ、新国立劇場バレエ団プリンシパル米沢唯さんのゲストトーク(3/13)もあります。東京シティ・バレエ団「チャイコフスキー・ガラ・コンサート」(2/20)チケット付。

10/20～3/13 水曜 14:00～15:30  
(2/20・3/13は日曜日)

6回 森下文化センター 20名 8,000円・1,400円  
跡見学園女子大学文学部准教授 川島京子 ほか

(No.270459)

**鑑賞 教養** **「ファスト・オブ・ノースター～北斗の拳～」** **東大島**

## 「ファスト・オブ・ノースター～北斗の拳～」

ミュージカルができるまで&見どころ大解説

ホリプロが『北斗の拳』をミュージカル化! 本作プロデューサーと脚本家・高橋亜子氏の対談や、日米中の合作による新しいオリジナルミュージカルの魅力をお届けします。日生劇場の公演チケット確約。

11/1・29 月曜 18:30～19:30  
[観劇]12月中  
3回  
江東区文化センター、日生劇場  
20名  
6,000円・200円(チケット代13,500円は別途)  
プロデューサー 梶山裕三 ほか

(No.270466)

**鑑賞 教養** **～描かれた味の舞台裏～** **森下**

## ～描かれた味の舞台裏～ 「マンガめし」談義

食べることは人生最大の娯楽。「食」をテーマにした名作マンガを生み出した先生方に、アイデアや取材方法、読者の胃袋をつかむ描き方等の制作秘話を伺います。

10/10～12/5 日曜 14:00～15:30  
4回 森下文化センター  
50名 6,000円・500円

10/10(日) 料理バトルは厨房から～料理勝負・味勝負(漫画家 ビッグ錠、聞き手:漫画家 倉田よしみ)  
10/31(日) のれんの先にはドラマがある～料理つなぐ人情画(漫画家 倉田よしみ、聞き手:漫画家 ビッグ錠)  
11/21(日) 総合の時代に考える競争めし～食にまつわる記憶(漫画家 魚力目三太、聞き手:メモリーバンク 総引勝美)  
12/5(日) 読んでおいしい、呑んでおいしい～酒と肴がつなぐコミュニケーション(漫画家 ラズウェル細木、聞き手:メモリーバンク 総引勝美)

(No.270460)

**文学 歴史** **怪奇・幻想** **砂町**

## 怪奇・幻想 江戸川乱歩の世界

没後55年を経た今も、妖しく猟奇的な世界観で私たちを魅了する江戸川乱歩。フランス文学の翻訳者にして、漫画、映画評論家としても名高い中条省平氏と、日本近現代文学が専門で特に江戸川乱歩に造詣の深い金子明雄氏の人をお迎えして、多角的に乱歩の魅力に迫ります。

11/4～12/9 木曜 14:00～15:40  
4回 砂町文化センター  
25名 5,000円・200円  
学習院大学教授 中条省平  
立教大学教授 金子明雄

11/4(木) 残像と霧と～乱歩文学の底にあるもの  
11/11(木) 現実と幻想のさかい目:「屋根裏の散歩者」を読む  
11/25(木) 歌美と犯罪:「黒猫」を読む  
12/9(木) 多様性の探求:「孤島の鬼」を読む

(No.270455)

**文学 歴史** **ファンタジーの世界にようこそ!** **豊洲**

## ファンタジーの世界にようこそ!

懐かしいファンタジーからこれから読みたい最新の作品の紹介まで、おうち時間が長くなった皆様、本の世界に羽ばたいてみませんか。

12/5～2/13 日曜 10:00～11:30  
2/1(火)のみ18:30～20:00  
6回 豊洲文化センター  
30名 6,000円・100円

12/5(日) ファンタジーの世界(百合女子大学教授 井辻朱実)  
12/19(日) 海外のファンタジー(百合女子大学教授 井辻朱実)  
1/9(日) 日本のファンタジー①(百合女子大学教授 井辻朱実)  
1/23(日) 日本のファンタジー②(作家 新城カズマ)  
2/1(火) 【公開講座】私が読んだファンタジー(作家 田中芳樹)  
2/13(日) 新しいファンタジー(ファンタジー研究会主宰 まきどりこ)

(No.270447)

**文学 歴史** **生誕500年** **西大島**

## 生誕500年 武田信玄と戦国時代

「風林火山」の旗をなびかせ、「甲斐の虎」と恐れられた戦国大名・武田信玄は、今年で生誕500年を迎えます。本講座では、信玄を中心とした戦国の動乱を学んでいきます。

11/10～1/12 水曜 14:00～15:30  
5回 総合区民センター  
20名 6,500円・300円  
歴史研究者 御子柴大介

11/10(水) 戦国時代概論  
11/24(水) 信玄出生から信濃平定まで  
12/8(水) 川中島の戦い  
12/22(水) 上作戦～信玄の最期  
1/12(水) 戦国時代から天下統一へ

(No.270371)

**文学 歴史** **続・三島由紀夫** **東大島**

## 続・三島由紀夫 短編作品の魅力に迫る

三島由紀夫作品の魅力に迫る文学講座、第二弾。戦後の日本文学界を代表する作家・三島由紀夫は短編の名手としても有名です。今回は新潮文庫『殉教』から各回ひとつ短編を取り上げ、講師独自の視点から丁寧に読み解いていきます。※第一弾を受講された方も楽しめる内容です。

11/12・26、12/10・24、1/14 金曜 14:00～15:30  
5回 東大島文化センター  
25名 5,000円・300円  
三島由紀夫文学館研究員 山中剛史

(No.270464)

**趣味 実用** **乾物を美味しく** **西大島**

## 乾物を美味しく 食卓を豊かに

体に良い乾物を使った調理法を紹介します。乾物の栄養を知り、毎日のご飯に取り入れていきましょう。

11/19～2/18 金曜 18:00～20:00  
4回 総合区民センター  
23名 5,500円・5,500円  
元女子栄養大学生涯学習講師 小山朝子 ほか

11/19(金) 生春巻き、ひじきのコロッケ、花豆のワイン煮  
12/17(金) 鶏肉と鮎の治部煮風、キクラゲの炒め物、椎茸スープ  
1/21(金) 鶏肉の刺身、高野豆腐、刺し身のとろろ昆布和え、豆かん(赤えんどう、寒天)、味噌玉  
2/18(金) 鶏みねと豚肉の炒め煮、揚げ春雨のあんかけ、大豆ご飯

(No.270448)

### 講座の見かた

- 実施施設
- 協力講座 ▶講師、受講生が中心となって運営する講座です。
- 開講日～閉講日、曜日、時間
- 回数 ●会場
- 募集人数 ※( )内は定員
- 受講料・教材費(保険代等)
- 講師・指導
- (No. 270000) ▶講座番号
- (WEBからのお申込み時)入力してください

#### 次の講座については一時的にマスクを外す時があります

試食時:「乾物を美味しく 食卓を豊かに」  
 「豊洲市場で学ぶお魚料理」「自然派ワイン入門」  
 「家でできるやさしい薬膳」「世界のお家ごはん」  
 「郷土料理を食卓に」「親子わくわくクッキング」  
 和室舞台上での稽古時(1名ずつ):「こども落語教室」

### NEW 新規講座

地域理解・散策

#### 豊洲市場で学ぶお魚料理

～アジを楽しむ～

豊洲市場内にある調理室を会場とし、アジを材料にしてお魚のさばき方や調理法を学びます。また、市場について都職員からレクチャーいただく時間も設けます。



※各日とも内容は同じです。A～Eのご都合の良い日程をお選び、お申込みください。  
 開10/16(No.270433)、B 10/30(No.270435)  
 C 11/13(No.270436)、D 11/27(No.270437)  
 E 12/4(No.270438) 土曜 10:00～13:00  
 開1回 ●東京都豊洲市場(現地集合・解散)  
 開各18名 開1,000円・2,100円  
 開東京都豊洲市場職員、有限会社高徳 小川仁和子 ほか

#### 学んで体験!

#### 荒川砂村ポケットエコスペース

東砂の荒川河川敷には、失った自然環境を復元したポケットエコスペース(PES)があり、市民により管理されています。その場所には四季を通じて、様々な生きものが生息しています。この貴重な環境を皆さんの力で次世代につなごうませんか。大人1名につき、小学生以上のこども1名の同伴が可能。  
 開11/14(日)・21(日)・23(火・祝) 10:00～12:00  
 開3回 ●荒川砂村ポケットエコスペース、東大島文化センター  
 開20名 開3,000円・300円  
 開NPO法人ネイチャーリーダー 江東 (No.270465)



鑑賞・教養

#### パブリックアートを楽しもう!

なぜ彫刻が屋外に立っているのか。いつからそれをパブリックアートと呼ぶようになったのか。街角のアートが語りかける物語に耳を傾けよう。  
 開11/9～12/14 火曜 14:00～15:40  
 開4回 ●砂町文化センター  
 開25名 開5,000円・200円  
 開美術ジャーナリスト 村田真



11/9(火)	銅像から始まるなぜ他人は銅像になるのか?
11/16(火)	戦後の野外彫刻なぜ銅像が野外彫刻に代わったのか?
11/30(火)	パブルの時代のパブリックアートなぜアートはパブリックなのか?
12/14(火)	海外と地元のパブリックアートなぜ海外のパブリックアートは論議を呼ぶのか?なぜこここんな彫刻があるのか?

(No.270443)

#### シューマンの名作とその生涯

ドイツロマン派を代表する作曲家シューマンの生涯を、資料や演奏等を通してたり、その名作に親しんでいきます。毎回、講義後半には、演奏家を招いて、ピアノや弦楽器のミニコンサートを予定しています。



開11/6～1/22 土曜 14:00～16:00  
 開5回 ●砂町文化センター  
 開30名 開7,800円・500円  
 開桐朋学園大学名誉教授 西原稔

11/6(土)	シューマンの初期のピアノ作品の魅力
11/20(土)	クララ・ヴィークとの結婚に向けてのたのしみ
12/11(土)	シューマンの管弦楽と室内楽作品
1/15(土)	ドレスデン時代のシューマンと創作
1/22(土)	デュッセルドルフ時代のシューマンと創作

(No.270453) 区民参加・ボランティア

#### 江東区英語ボランティアガイド養成講座

江東区の魅力を英語で伝えるノウハウを学びます。あなたの英語力を役立ててみませんか。前半は亀戸天神と周辺について、後半は富岡八幡宮・深川不動産について学習後、実習を行います。講座終了後は、KEV(江東区英語ボランティア協会)への任意加入が可能です。



※英検2級またはTOEIC(R)550点以上相当の方が対象です。  
 開10/16～2/26 土曜 10:00～12:00 開10回  
 開江東区文化センター 開24名  
 開13,000円・500円 開全国通訳案内士(英語) 根岸正 (No.270431)

#### 美術鑑賞講座 芭蕉憧憬

深川に14年間住んだ松尾芭蕉。芭蕉と同じ近世に生きた画家、英一蝶と与謝蕪村。芭蕉に憧れた近代の画家、小川芋銭・小杉放庵・川端龍子。彼らの生涯と画業を学び、芭蕉への思いを探る美術鑑賞講座です。講座の時間限定で、芭蕉記念館所蔵の作品を会場内に展示。間近で作品を鑑賞しながら俳句と美術の世界に浸れます。



開1/28、2/4・18、3/4・18 金曜 14:00～15:45  
 開5回 ●森下文化センター  
 開25名 開6,500円・500円  
 開帝京大学文学部史学科教授 群馬県立近代美術館館長 岡部昌幸 (No.270458)

書道・絵画

#### チョコレート

～季節のミニボードと時計～

チョコレートは、オーストラリアでカフェやレストランの看板を描いたものがはじまりです。講座ではインテリアとしてのミニボードをひとりで1枚描き、最終回は自由課題で時計を作ります。  
 開11/2～3/1 火曜 10:00～12:00  
 開5回 ●砂町文化センター  
 開20名 開5,500円・5,800円  
 開白墨堂認定校 Studio EMU講師 町田美佐 (No.270452)



11/2(火)	クリスマス
12/7(火)	お正月
1/11(火)	バレンタイン
2/1(火)	ひな祭り
3/1(火)	自由課題を時計に描く

上:「クリスマス」、下:「お正月」(講師参考作品)

#### 俳句実作講座

俳句を学び直したい人に向けた講座です。江東区ゆかりの俳人・石田波郷と俳句結社「鶴」の句作を知り、「実作」「句会」「時行」とおして、上達するための技法を学びます。  
 開10/30～2/26 土曜 13:30～16:00  
 開5回 ●砂町文化センター  
 開20名 開7,500円・500円  
 開俳句結社「鶴」主宰 鈴木しげを (No.270456)



10/30(土)	俳句の基礎知識を学ぶ
11/27(土)	俳句指導・句会
12/18(土)	俳句指導・句会
1/29(土)	俳句指導・句会
2/26(土)	時行(砂町界隈を予定)

趣味・実用

#### ご近所ソムリエと学ぶ 自然派ワイン入門

創業1951年「みどりや」酒店三代目店主でソムリエの講師を迎え、自然と共生するワインの奥深さを知り、楽しく味わいます。※試飲は行わず、持ち帰りとなる可能性があります。  
 開10/17～11/21 日曜 14:45～16:30  
 開4回 ●江東区文化センター  
 開20歳以上25名 開7,000円・13,000円  
 開有限会社みどりや酒店代表取締役 (社)日本ソムリエ協会認定ソムリエ 丸山謙二 (No.270454)



10/17(日)	ワインの基礎知識、自然派ワインについて
10/31(日)	ワインの味わいの違いを知る
11/7(日)	ワインの選び方、料理とのペアリング
11/21(日)	ワインの土壌と造り手の話

#### 世界のお家ごはん お手軽ワンプレート・ヨーロッパ編

各国の代表的な料理を家庭用にアレンジして紹介します。今回は冬に合うヨーロッパ各国の料理です。メイン・スープ・デザート3品を調理し試食します。  
 開11/18～2/17 木曜 11:00～13:00  
 開4回 ●総合区民センター  
 開23名 開4,500円・6,000円  
 開調理調理アドバイザー 調理師、給食特殊専門調理師、調理技能士 金井克行 (No.270406)



#### 郷土料理を食卓に パートV

伝統的な郷土料理から現代のご当地グルメまで、日本全国の和食を学びます。  
 開11/12～3/11 金曜 11:30～13:30  
 開4回 ●総合区民センター  
 開23名 開6,200円・5,600円  
 開江戸東京野菜コンシェルジュ 高野美子 ほか (No.270445)



11/12(金)	【九州、東北漁師めし〜海のおもろさを味わう】ひょうが餅(大分)、さんまのすり身汁(岩手)
12/10(金)	【信濃と江戸東京のお正月】長野と東京の食材を使ったミニお餅料理と一口年越し蕎麦(長野、東京)
2/4(金)	【旅人飯(バイガヤ)洋食でアレンジ】ピーナツソテー、淡路島玉ねぎスープ、丹波黒豆のオリジナルチョコスイーツ(兵庫)
3/11(金)	【料理で東海道、和歌山街道を旅する】春の郷土産品弁当(愛知、三重、大阪)、わかやまフルーツポンチ(和歌山)

ダンス・健康

#### 大人の音遊び

歌と体操でアンチエイジング

ピアノの生演奏と共におなじみの音楽や歌謡曲を口ずさみます。リズムに乗って楽器演奏したり体を動かしたりします。楽しく運動不足を解消しましょう!  
 開10/25～3/14 日曜 9:45～11:00  
 開9回 ●砂町文化センター 開65歳以上16名 開8,000円・なし 開どれみLABO (No.270457)



#### 山に行こう! ゆる登山

リュックとスニーカーを準備し、関東の秋山・春山を歩きましょう! 登山初心者でも大丈夫。準備品や地図の見方を学び、近郊の山(高尾山、青梅丘陵、弘法山、大楠山)を歩きます。※手続時に健康状態を確認する書類を提出いただきます。  
 開【講義】10/28、1/13 木曜 14:00～15:30  
 【外出】11/11、12/9、2/10、3/10 木曜 9:30～14:30  
 開6回 ●豊洲文化センター、高尾山 ほか  
 開健康な方18名 開8,000円・300円  
 開フリーライター、日本山岳ガイド協会認定登山ガイド 西野淑子 (No.270428)



こども・親子 ※年齢・学年の対象日は、2022年4月1日時点です。

#### 味わい名人になろう!

親子わくわくクッキング

親子で楽しく、五感を使って食材を味わいましょう。講師は、カローナ菓子店を営んでいるかのうかおり先生。お料理だけでなくお菓子も楽しみな講座です。※食材はグルテンフリーで小麦・卵は不使用ですが、調理道具及び会場は特に食物アレルギー対策を行っておりません。  
 開12/19～2/20 日曜 10:30～13:00 開3回 ●総合区民センター  
 開小学生と保護者のペア6組 開12,000円・6,000円  
 開料理研究家 かのうかおり (No.270411)



12/19(日)	コテージパイ、クリスマスサラダ、焼きりんご
1/16(日)	味噌かつ、なめこ豆腐のお味噌汁、チョコレートプリン
2/20(日)	しじみ汁、油揚げチーズくるくる巻き、牛肉とナスのオースターム

#### 家庭でできるやさしい薬膳

晩秋編、冬編、冬明け準備編と、3回に分けて、季節に合わせた体に効く薬膳料理をご紹介します。身近な食材を利用して、家庭でも作れるメニューを調理します。薬膳で体をリフレッシュしませんか。  
 開11/16～1/18 火曜 11:00～13:00  
 開3回 ●総合区民センター  
 開23名 開5,500円・5,000円  
 開聘珍樓 薬膳顧問 大田ゆう子 (No.270444)



11/16(火)	【晩秋編】きのこシチュー、白ネギと鶏肉の炊き込みご飯、白米のクリーム煮
12/21(火)	【冬編】山手と豚肉のスパイス蒸し、タラのミルクスープ、黒糖ゼリー
1/18(火)	【冬明け準備編】きんかん、大根・春菊の和え物、鶏肉のみぞれ煮、鮭の香味ご飯

#### 温泉の楽しみ方

日本には沢山の温泉があり、泉質や効能も様々です。本講座では、ふだん何気なく入る温泉の基礎知識や絶景・変わり種の温泉等について学びます。講師は国内5,600以上の温泉地を巡り、テレビの温泉クイズ番組で優勝した温泉通。旅行気分を味わいながら、次回の旅行計画に役立つ情報満載です。あなたの知らなかった好みの温泉を見つけましょう!  
 開10/25、11/8・22・29 日曜 14:00～15:40  
 開4回 ●古石場文化センター  
 開25名 開3,800円・100円  
 開温泉チャンピオン、温泉研究家 郡司勇 (No.270441)



#### 協働講座 広重が描いた江戸の今を撮る

浮世絵師・歌川広重が「名所江戸百景」などで描いた風景は、現代ではどう変化しているのか。広重が描いたであろう場所を訪ね、移り変わった景色や当時の人々の暮らしに思いをはせながら東京の今を撮影していきます。  
 開10/31～2/20 日曜  
 【講義・講評】14:00～16:00  
 【撮影会】13:00～15:00  
 開9回 ●森下文化センター  
 開15名 開9,000円・3,800円  
 開写真家、フォト森下講師 廣野晃 (No.270461)



#### こどもとアート

～親子で造形コミュニケーション～

クレヨンで大きな紙に落書きをしたり、新聞紙を使って遊んだり、様々な造形にチャレンジします。造形を通じてこどもの心の発育や表現を知り、上手にこどもと接する方法も学びます。※絵画技術を教える講座ではありません。  
 開11/7、12/12、1/9 日曜 10:30～11:50  
 開3回 ●砂町文化センター  
 開11/7時点で4歳～小学2年生と保護者のペア10組 開8,000円・500円  
 開東京学芸大学教授 石井壽郎 (No.270451)



継続講座(欠員の補充募集となります)

地域理解・散策 西大島
見て、聞いて、歩いてわかる江戸・東京
後期は、江戸庶民の衣食住をテーマに、浅草周辺、神田周辺などを歩きながら「江戸・東京」を学びます。

国際理解・語学 英語会は特集4面をご覧ください。
もっと知りたいコリア 亀戸
ドラマ・音楽・食べ物等、何か1つ気にかかった事があれば、それは異文化を学ぶきっかけとなります。

外国ルーツの方に 東陽町
「生活の日本語」を教えてください!
外国ルーツの住民が増えている江東区において、よりよい共生社会を目指し、最新の①国際交流基金

初級中国語 森下
発音のポイントや実践的な会話練習を中心に学習します。また、中国の文化や習慣等の理解も深めていきます。

おもてなし中国語 豊洲
ステップアップ初級クラス
中国語を学んだことのある方向けの講座です。「仕事で必要」「勉強しただけもう一度やってみよう」理由は何でも大丈夫。

初級スペイン語 森下
スペイン語の挨拶や簡単な質疑応答ができる語彙力と、文法的には動詞の直接法現在形を習得された経験者が対象です。

短歌のたのしみ 東陽町
～現代短歌の鑑賞と実作～
日々の生活で感じた思いを短歌に乗せてみませんか。テーマに沿って現代短歌を実際に作り、歌会形式で発表します。

もう一度まなびなおす 西大島
大人のための楽しい書道
講師によるオリジナルの手本を中心に、筆づかいや文字の魅せ方などを習得します。

書道教室 東陽町
初心者から経験者まで、各自の技量にあったお手本を使いながら、「書」に関する知識、楽しさを深めて技術の向上を目指します。

スケッチ教室～水彩画を楽しむ～ 砂町
花・果実・建物・風景など様々なモチーフを描きます。初めて絵筆を持つ方も大丈夫です。

日本画教室 東大島
基礎となるデッサンから水彩、岩絵具を用いた日本画の制作に至るまで、個々のレベルに合わせてさまざまな技法を学びます。

ノートパソコンやタブレットで 森下
デジタルイラスト&マンガを描こう
今はプロの漫画家もノートパソコンやタブレットを使ってマンガを描く時代です。

伝統文化「体感」講座 亀戸
はじめて習う日本舞踊教室
華やかで優雅な日本舞踊をグループレッスンで気軽に始めましょう。扇子の扱い、日本舞踊のすり足などを習得します。

実践カラオケ教室 東大島
基本となる発声練習やピアノ伴奏によるレッスンを通じて、演歌を中心としたカラオケの歌唱方法を習得します。

ポピュラーヴォーカル教室 豊洲
腹式呼吸の練習と、声を出すことから始めます。レッスン課題曲を中心に、ポップス、洋楽、演歌まであらゆるジャンルの中から選んで練習します。

楽しいウクレレ教室 森下
小さな楽器から奏でられるやさしい音色ウクレレは小ぶりを持ちやすく、簡単なコードで2～3曲を弾くことができます。

おとなのための長唄三味線教室 亀戸
習ってみたいあこがれの三味線を、この日の三味線を、まずはグループブレスからはじめてみませんか。

東大島女声コーラス 東大島
〈夜間クラス〉・〈午前クラス〉
美しく歌うための発声練習や発音を学びながらさまざまな楽曲を歌います。

初心者歓迎! 豊洲
大人のベリーダンス教室
中東・アラブ文化圏発祥のベリーダンス。エキゾチックな音楽の中に身をゆだね、音と遊び、踊る喜びを感じてみませんか。

ヤング★ハワイアン 砂町
陽気なハワイアンのリズムにのせて、人気のフラダンスを踊りませんか。アロハフラは美容と健康に役立つ。

協力講座 はじめてのハワイアンフラ 森下
初心者の方のためのクラスです。まずはリズムに乗り、楽しく踊ることを目指しましょう。

インナーマッスル&ダンス 東陽町
～気軽に楽しく踊る!～
ストレッチ運動から始まり、ダンスを踊りながらインナーマッスルを鍛えます。

女性のための健康法 西大島
陰陽ストレッチエクササイズ
カラダの気(元の気)の流れを整えて経穴のつまりを改善し元気がカラダを手に入れる。

バレエエクササイズ 東陽町
〈初級〉〈アンサンブル〉
バレエの基本姿勢やストレッチなどを行いながら、美しく健康な身体作りをします。

メンズストレッチ 東大島
～男性バレエダンサーに学ぶ筋力UP・美姿勢～
バレエレッスンや独自のストレッチを通して筋力UPの方法を学び、健康で美しい姿勢や体型を目指し、日常生活にバレエのエッセンスを取り入れていきます。

大人のバレエストレッチ 森下
〈入門〉〈基礎〉Aクラス・Bクラス
バレエの曲にのせてストレッチ。プロのバレエダンサー講師が指導。入門は無理なくゆっくり体をほぐします。

～体をほぐす～ 筋膜リリース 森下
筋膜は、体のすべてを覆っているネット状の組織で、体の表面から内臓まで支えています。

和室で寝たまま健康体操 古石崎
和室でゆったりくつろぎながら行う健康体操です。自宅での運動にも取り入れやすいバスタオルを使った簡単な動作で、体幹を鍛え体のゆがみを整えましょう。

目指せ、やせ体質! 豊洲
美BODY体幹エクササイズ
体幹トレーニングで基礎代謝をアップ! ボクササイズでストレス解消、ストレッチでリラックス。楽しくエクササイズを行いながら、やせ体質を目指しませんか。

こどものための三味線教室 亀戸
三味線の独特のメロディ、リズムは難しいものですが、こどものときから慣れ親しめば伝統芸能に興味を持つきっかけになります。

子ども落語教室 砂町
小喃や落語を覚えながら、人前での話し方や礼儀作法なども学びます。12/5(日)開催のイベント「ハドメイ」ドフズ in 砂町で練習の成果を発表します。

ジュニア・ダンスミックス 東陽町
〈Aクラス(4歳～小3)〉〈Bクラス(小4～18歳)〉
ヒップホップ、ロック、ジャズなど様々なダンスの基本を学びます。レッスンのほか3月の合同発表会、ステージ発表なども予定しています。

こどものためのクラシックバレエ 東大島
年齢・経験により、A～C、ポワントクラスに分かれ、柔軟とリズム体操を取り入れたクラシックバレエの基礎を学びます。

キッズチアダンス 森下
～ソングリーディング～
キラキラのボンボンを持ってリズムに合わせて踊ります。楽しみながらチアスピリットを身につけましょう。

芸術鑑賞講座「文楽」 東陽町
無形文化遺産にも登録されている、日本の伝統芸能「文楽」。国立劇場の協力のもと、文楽出演者等による現地での解説と文楽鑑賞を行います。

# お近くのセンターで気軽にはじめませんか? 英会話講座のご案内

- 4つのポイント**
- 豊富なレベルとクラス
  - ご自分のレベルに合ったクラスを受講できる
  - 終了時の講師評価で学習到達度を確認できる(ELEC英会話のみ)
  - レッスンでわからなかったことなどをE-mailで質問できる(ELEC英会話)

## レベルアップコース

初めて英会話を学ぶクラスから高度なコミュニケーション能力を身につけるクラスまで、5段階のクラス設定。  
「聴く」「読む」「書く」の要素を取り入れた総合英会話コースです。

※補充募集のため、募集しないクラスがあります。募集人数はガイダンス及び財団ホームページでお知らせします。

### はじめての英会話

英会話をはじめて学習する方向けの初歩クラス。授業は複数の日本人講師が行います。楽しみながら英会話の基礎を学びます。

江東区英語会話力認定者協会(ESVA)所属  
日本人講師  
16回(1回90分) 20名 13,600円・3,400円  
対象レベル:英検5級~4級程度

### 基礎英会話

相手がゆっくり話し、助けが得られるならば、簡単なやり取りをすることができるレベル。自己紹介や過去の出来事、近い将来の予定など、日常生活で交わす簡単な会話が無理なくできるよう学びます。

(一財)英語教育協議会(ELEC)所属  
ネイティブ・スピーカー・外国人講師  
16回(1回90分) 20名 20,000円・4,300円  
対象レベル:英検4級~3級程度・TOEIC® 330点~450点程度

### 中級英会話

家族情報、買い物、地元の地理、仕事など、自分に関係がある身近で日常的な事柄について、ある程度表現・理解ができるレベル。さらに正確な英語の習得を目指すとともに、表現の幅を広げていきます。

(一財)英語教育協議会(ELEC)所属  
ネイティブ・スピーカー・外国人講師  
16回(1回90分) 20名 20,000円・4,300円  
対象レベル:英検3級~準2級程度・TOEIC® 400点~520点程度

### プレディスカッション

仕事、学校、娯楽など標準的な話し方であれば、主要な点が理解でき、日常で起こりうる事態に対処できるレベル。身近なことや個人的に関心のある話題について、筋の通った表現力を身に付けます。

(一財)英語教育協議会(ELEC)所属  
ネイティブ・スピーカー・外国人講師  
16回(1回90分) 15名 23,000円・4,300円  
対象レベル:英検準2級~2級程度・TOEIC® 450点~570点程度

### ディスカッション

自分の専門分野の技術的な議論も含め、抽象的及び具体的な話題でも主要な内容を大方向で理解できるレベル。時事問題を題材に、多種多様な英語表現を学び、高度なコミュニケーション能力を身に付けます。

(一財)英語教育協議会(ELEC)所属  
ネイティブ・スピーカー・外国人講師  
16回(1回90分) 15名 23,000円・4,000円  
対象レベル:英検2級以上・TOEIC® 550点以上

## 単科コース

さまざまなテーマ設定で、楽しみながら英会話に親しめるコースです。

### トラベル英会話

海外でも日本でも役立つ、旅行中の様々な場面の英会話を、複数の日本人講師と楽しく学びます。

江東区英語会話力認定者協会(ESVA)所属  
日本人講師  
16回(1回90分) 20名 17,000円・3,100円  
対象レベル:英検4級~3級程度・TOEIC® 350点~450点程度

### 日本を伝える英会話

訪日外国人が知りたい日本文化、習慣、マナー、食を題材として、分かりやすく簡潔に説明できるよう、テキストを使って様々な英語表現を学びます。江東区にある有名スポットも題材に組み込んでいます。

(一財)英語教育協議会(ELEC)所属  
ネイティブ・スピーカー・外国人講師  
16回(1回90分) 20名 20,000円・4,300円  
対象レベル:英検3級~準2級程度・TOEIC® 400点~520点程度

### コミュニケーション英会話

会話のやり取りの「聴く」「話す」に焦点をあて日常よく使われる表現や語彙を学び、対話をしながら会話のプロセスを理解します。英語話者と楽しくスムーズに会話できることが目標です。

(一財)英語教育協議会(ELEC)所属  
ネイティブ・スピーカー・外国人講師  
16回(1回90分) 20名 20,000円・3,900円  
対象レベル:英検4級~準2級程度・TOEIC® 350点~500点程度

※受講料・教材費は半期(後期)分です。レベルの英検・TOEIC® 換算は目安です。教材費については変更になる場合があります。

※新型コロナウイルスの影響により、実施形態に変更があります。  
●レッスンはすべて講義形式で行います。 ●受講時及びガイダンス時はマスクの着用をお願いします。  
●グループワークやペアレッスンは行いません。 ●クラスは施設の状況によっては定員の変更があります。



## 【会場・レッスン時間】

①9:00~10:30 ②10:00~12:00 ③10:30~12:00 ④10:40~12:10  
⑤13:30~15:00 ⑥14:00~15:30 ⑦18:00~20:00 ⑧18:30~20:00

【東陽町】=江東区文化センター  
【西大島】=総合区民センター

クラス名	火	水	木	金	土
はじめての英会話	森下・午前③ 豊洲・午後⑤	森下・夜間⑧	東大島・午前③ 砂町・夜間⑧		
基礎英会話	砂町・午前③	東大島・午前③	古石場・午前③ 森下・夜間⑧		
中級英会話	東陽町・午前③	古石場・午前③ 亀戸・午前③ 砂町・夜間⑧	森下・午前③ 豊洲・午前③ 古石場・夜間⑧	東大島・夜間⑧	
プレディスカッション	豊洲・午前① 豊洲・夜間A・B⑧ 西大島・夜間⑧	西大島・午前③	砂町・午前③ 東大島・夜間⑧	古石場・午前③ 森下・夜間⑧	砂町・午後⑥
ディスカッション	古石場・夜間⑧	森下・午前③	亀戸・夜間⑧	豊洲・夜間⑧	
トラベル英会話				砂町・午前③ 古石場・夜間⑧	
日本を伝える英会話	豊洲・午前④				
コミュニケーション英会話	亀戸・夜間⑧				
気軽に楽しむ英会話	東陽町・夜間⑦				
NEWSで学ぶ英会話				東陽町・午前②	
発音トレーニング		東陽町・夜間⑦			

## 英会話講座のお申し込み方法 クラス申込書提出期限 9/26(日)

**ステップ1** 下記いずれかの方法で「英会話講座希望クラス申込書」をご提出ください

- 自分の英語力がわからない方 ●どのクラスに申し込んで良いかわからない方
- 授業内容の説明を聴きたい方

▶ **ステップ2** に進み、ガイダンス(説明会)にお申込みください。  
ガイダンスの概要を動画(20分程度)でもご覧いただけます。  
財団HP「英会話講座申込およびガイダンスのご案内」からご覧ください。



スマートフォンは  
こちらから

【ガイダンス】(申込み期間 9/10(金)~25(土))  
ELEC担当者が各クラスのレベルや授業の進め方などを説明(使用テキストの内容確認可)。その後、会場にて「英会話講座希望クラス申込書」をご提出いただけます。  
※テストは行いません。所要時間は1時間程度です。  
※ガイダンスの参加申込は各開催日の前日まで受け付けます。

■ガイダンス日程表 ①~⑥がガイダンスNo. ※【 】内は講座番号

日程	開始時間		会場
9/23(木・祝)	①10:00【270359】	②14:00【270360】	古石場文化センター
9/24(金)	③10:00【270386】	④18:45【270387】	豊洲文化センター
9/25(土)	⑤14:00【270329】	⑥18:45【270330】	総合区民センター
9/26(日)	⑦10:00【270408】	⑧14:00【270409】	江東区文化センター

●申込むクラスが決まっている方

**ステップ2** は省略し、各文化センター・区民センターの窓口または財団ホームページから「英会話講座希望クラス申込書」を入手のうえお近くの各センターへご提出ください。

### ステップ2 ガイダンスのお申し込み方法

☎ **電話・窓口**  
実施するセンターへ  
電話または窓口でお申込みください。

🌐 **WEB**  
https://www.kcf.or.jp/yoyaku/koza/  
江東区文化コミュニティ財団 講座 検索



スマートフォンは  
こちらから

📠 **FAX・はがき**  
下記の項目を記入し、実施するセンターへお送りください。

- ①ご希望のガイダンスNo. ※上記の「ガイダンス日程表」から選択(①~⑧)
- ②氏名・フリガナ
- ③生まれ年(西暦)・性別 ※対象は15歳以上(中学生を除く)
- ④郵便番号・住所 ⑤電話番号・FAX番号

**ステップ3** 「受講決定クラス(手続き書類)」が郵送で届きます

9/30(木)以降に郵送にて連絡します。申込みが定員を超えた場合は、抽選となります。

**ステップ4** 受講料・教材費をお支払いください

下記の手続き期間中に受講料等をお支払いください。  
お支払い方法:各センター窓口または銀行振込 手続き期間:10/1(金)~8(金)

## 一般講座のお申し込み方法

お申し込み期間 9/10(金)~24(金)

### お申込期間内に、以下の方法でお申込みください

☎ **電話・窓口**で(受付時間 9:00~21:00)

実施するセンターへ  
電話または窓口でお申込みください。

🌐 **WEB**で

https://www.kcf.or.jp/yoyaku/koza/  
江東区文化コミュニティ財団 講座 検索



スマートフォンは  
こちらから

📠 **FAX・はがき**で ※9/24(金)必着です。

- 以下の項目を記入し、実施するセンターへお送りください。
- ①実施するセンター名・講座名
  - ②氏名・フリガナ
  - ③生まれ年(西暦)・性別 ※小学生以下は生年月日
  - ④郵便番号・住所
  - ⑤電話番号・FAX番号

### 「手続き書類」が郵送で届きます

申込みが定員を超えた場合は、抽選で受講者を決定します。  
当選された方には、手続き書類を郵送でお届けします。落選の方には、はがきで通知します。

### 受講料・教材費をお支払いください

下記の手続き期間中に受講料等をお支払いください。入金の確認をもって受講申込みの成立とします。契約書は発行しません。  
お支払い方法:各センター窓口または銀行振込 手続き期間:10/1(金)~8(金)

## お申し込みにあたって(一般講座・英会話講座共通)

- 期間中にお申込みいただいた分はすべて同着となります(先着順ではありません)。定員を超えた場合は抽選となります。
- 定員に達していない講座は申込み期間後も引き続き募集を行います。状況によっては開講を見送る場合があります。お申込みいただいた方には通知します。
- 当財団の講座は、1年を2期に分けて開講しています。募集時期は3月と9月です。

### WEBでのお申し込みについて

- 「受講生番号」と「パスワード」が必要です。これまでに当財団の講座を受講したことがある方は、講座を実施しているセンターにお問合せください。初めてお申込みされる方は、WEBから「受講生登録」を行ってください。
- 講座申込みページ「講座検索」で、ご希望講座の【講座番号(No.270000)】を入力して検索することができます。

### 受講料について

- 受講料には、諸雑費や消費税が含まれています。入学金はありません。
- 掲載している受講料、教材費は半期(半年)分です。教材費以外に別途道具等がかかる場合があります。
- 納入された受講料等は、開講後はお返しできません。ただし、病気や転居などの特別な事情によりやむを得ず受講できなくなった場合はご相談ください。なお、当財団事業はクーリングオフ制度の適用対象外です。
- カナルこうとう会員本人と配偶者の方には、受講料の補助制度があります。詳しくは江東区労働者福祉サービスセンター(カナルこうとう)へお問合せください。☎03-3699-5101

### 対象について

- 特に指定のない講座は、15歳以上(中学生を除く)を対象としています。●総合的な判断のもと、募集人数を超えて受け入れる場合があります。

### 個人情報の取扱いについて

- お申込みの際におうかがいした個人情報は、お申込みの事業にのみ利用し、それ以外の目的に利用することはありません。

### 受講上の注意

- 講座実施日や時間等は状況に応じて変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

<p><b>江東区文化センター</b> (東陽町)</p> <p>〒135-0016 東陽4-11-3 【電話】03-3644-8111 【FAX】03-3646-8369 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第2・4月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>森下文化センター</b> (森下)</p> <p>〒135-0004 森下3-12-17 【電話】03-5600-8666 【FAX】03-5600-8677 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第1・3月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>古石場文化センター</b> (古石場)</p> <p>〒135-0045 古石場2-13-2 【電話】03-5620-0224 【FAX】03-5620-0258 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第1・3月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>豊洲文化センター</b> (豊洲)</p> <p>〒135-0061 豊洲2-2-18 豊洲シビックセンター8F 【電話】03-3536-5061 【FAX】03-5560-0505 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第2・4月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>亀戸文化センター</b> (亀戸)</p> <p>〒136-0071 亀戸2-19-1 カメラアプラザ5F 【電話】03-5626-2121 【FAX】03-5626-2120 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第2・4月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>東大島文化センター</b> (東大島)</p> <p>〒136-0072 大島8-33-9 【電話】03-3681-6331 【FAX】03-3636-5825 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第1・3月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>砂町文化センター</b> (砂町)</p> <p>〒136-0073 北砂5-1-7 【電話】03-3640-1751 【FAX】03-5606-5930 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第1・3月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>	<p><b>総合区民センター</b> (西大島)</p> <p>〒136-0072 大島4-5-1 【電話】03-3637-2261 【FAX】03-3683-0507 【開館時間】9:00~22:00 【休館日】第2・4月曜日。 ただし祝日の場合は開館。</p>
--	---	---	---	--	--	---	--