

http://www.kcf.or.jp

発行/公益財団法人江東区文化コミュニティ財団 編集/江東区文化センター
〒135-0016 東京都江東区東陽4-11-3 TEL.3644-8111 FAX.3646-8369



公益財団法人 江東区文化コミュニティ財団
心にするおい、地域ににぎわい。



五感で楽しむお菓子
亀戸文化センター

江東区観光ボランティアガイド
養成講座～古石場クラス～
古石場文化センター

伝統工芸 江戸切子入門
森下文化センター

見つけよう！
始めよう！

各センターの
秋からの講座ラインナップ

公益財団法人江東区文化コミュニティ財団



江東区を知らう！～防災・環境編～
江東区文化センター



ヨーロッパの美味しい食卓
～北欧のクリスマス～
総合区民センター



羊毛フェルトの
かわいいマスコット
豊洲文化センター



アンチエイジング
～自分らしく輝くために～
東大島文化センター



なつかしの都電・都バスと江東区
砂町文化センター

申込期間 9月10日(土)～24日(土) 必着

お申し込みの流れ

Step 1 講座を探る
お選びください。

Step 2 お申し込み方法の選択
1 窓口
2 電話
3 FAX
4 はがき
5 インターネット
http://www.kcf.or.jp

Step 3 FAX・はがき記入例
お申し込み期間 ※先着順ではありません
9月10日(土)～24日(土)必着

Step 4 受講者の決定
定員を超えた場合は、抽選で受講者を決定します。

一般講座

- 1 実施するセンター名
- 2 講座名
- 3 氏名・フリガナ
- 4 生まれ年(西暦)
- 5 性別
- 6 郵便番号・住所
- 7 電話番号
- 8 FAX番号

英会話講座ガイダンス

- 1 出席希望のガイダンスNo.
- 2 氏名・フリガナ
- 3 生まれ年(西暦)
- 4 性別
- 5 郵便番号・住所
- 6 電話番号
- 7 FAX番号

※英会話講座のガイダンスは当日まで受付可能です。



講座実施施設のご案内

- 江東区文化センター 地図7
〒135-0016 江東区東陽4-11-3
☎3644-8111 FAX3646-8369
- 森下文化センター 地図1
〒135-0004 江東区森下3-12-17
☎5600-8666 FAX5600-8677
- 古石場文化センター 地図2
〒135-0045 江東区古石場2-13-2
☎5620-0224 FAX5620-0258
- 豊洲文化センター 地図4
〒135-0061 江東区豊洲2-2-18
☎3536-5061 FAX5560-0505
- 亀戸文化センター 地図3
〒136-0071 江東区亀戸2-19-1カメラプラザ5F
☎5626-2121 FAX5626-2120
- 東大島文化センター 地図5
〒136-0072 江東区東大島8-33-9
☎3681-6331 FAX3636-5825
- 砂町文化センター 地図6
〒136-0073 江東区北砂5-1-7
☎3640-1751 FAX5606-5930
- 総合区民センター 地図8
〒136-0072 江東区東大島4-5-1
☎3637-2261 FAX3683-0507
- 【開館時間】9:00～22:00
【休館日】①②③④⑤⑥は第1・3月曜日
⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲は第2・4月曜日
ただし祝日の場合は開館

英会話講座のご案内

英会話講座は1年コースです。今回は補充募集となります。
定員を超えた場合は抽選となります。

【まずガイダンスをお受けください】

英会話講座では、受講クラスにお申し込みの前にガイダンスを受けていただきます(事前予約制・無料・右表参照)。ガイダンスでは、レベルチェックテスト(リスニング・文法各30分のマークシート方式のテスト)・各クラスの説明などを行います。その結果をもとにレベルに合ったクラスにお申し込みいただけます。

【ガイダンスの申し込み】

出席を希望するガイダンス会場・日程を右表の①～⑨から選び、上記の申し込み方法をご確認の上、お申し込みください。なお、お申し込み後、ご返信はいたしません。直接、会場へお越しください。※英会話講座のお申し込みは高校生以上とさせていただきます。※ガイダンスはおおむね2時間かかります。

英会話講座もインターネットでお申し込みいただけます。出席希望のガイダンスにお申し込みください。http://www.kcf.or.jp

ネイティブ・スピーカー講師クラス：
財団法人英語教育協議会 (ELEC) 派遣講師
基礎英会話～ディスカッション

- 講師はネイティブ・スピーカー(英語を母国語とする方)が担当します。
- レベルチェックテストや講師評価で到達度をチェックできます。
- 授業でわからなかったことはEメールでELECへ質問できます。
- テキストはCD、ワークブックはDVD付きです。

★内容：リスニング・文法各30分

日程	時間	会場
9/22(木)	①10:00～②18:45	豊洲文化センター
9/23(金)	③10:00～④14:00	東大島文化センター
9/24(土)	⑤10:00～⑥18:00	森下文化センター
9/25(日)	⑦10:00～⑧14:00	江東区文化センター
9/26(月)	⑨10:00～⑩18:45	砂町文化センター
9/27(火)	⑪10:00～⑫18:45	古石場文化センター
9/28(水)	⑬10:00～⑭18:45	亀戸文化センター

日本人講師クラス：
江東区英語話力認定者協会 (ESVA ※) 派遣講師
はじめての英会話

- 講師は日本人講師が担当します。
- 1クラス3～4名の講師で、きめ細やかに指導します。
- 日本語を交えながら、ゆっくりとしたペースで学習します。

※江東区英語話力認定者協会 (ESVA) とは、文化センター英会話講座の卒業生を含む、英語話力を活用したボランティア組織です。

★内容：簡単な筆記とリスニング

日程	10:30～	19:00～
9/22(木)	⑮東大島文化センター	⑯砂町文化センター
9/23(金)	⑰砂町文化センター	⑱古石場文化センター
9/27(火)	⑳森下文化センター	㉑東大島文化センター
9/28(水)	㉒古石場文化センター	㉓森下文化センター

クラス紹介

クラス名	講師	内容	授業時間	受講料(参加)	教材費	後期回数	定員
はじめての英会話	江東区英語話力認定者協会派遣日本人講師	ネイティブスピーカー講師が担当する基礎クラスに入るための初歩クラス。授業は日本人の複数講師が行います。	90分	12,200円	2,900円	15回	20名
基礎英会話		自己紹介および過去の出来事や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。(英検4級程度)	90分	19,000円	4,300円	17回	20名
中級英会話	財団法人英語教育協議会 (ELEC) 派遣ネイティブスピーカー講師	日常生活でよく使われる表現を学び、ネイティブスピーカーとほぼ自然に話ができるよう練習します。また基礎文法を洗い直し、正確な英語の習得を目指します。(英検3～2級程度・TOEIC 400-500)	90分	19,000円	4,300円	17回	20名
フレディスカッション		教科書で読んだ表現や実力を磨き、それを討論の場に活かすことを学ぶことができるディスカッションの基礎コースです。(英検2級程度・TOEIC 450-600)	90分	21,000円	4,300円	17回	15名
ディスカッション		時事問題を中心とした英文記事を読み、読解力を身につけながら、高度なコミュニケーションの能力を養成します。(英検2～準1級程度・TOEIC 550以上)	90分	21,000円	400円	17回	15名

クラス一覧

クラス	授業時間				
	火	水	木	金	土
はじめての英会話	森下・午前① 東大島・夜間⑤	古石場・午前① 森下・夜間⑤	東大島・午前① 砂町・夜間⑤	砂町・午前① 古石場・夜間⑤	
基礎英会話	砂町・午前① 古石場・夜間⑤	森下・午前① 東大島・夜間④ 砂町・夜間⑦	古石場・午前① 森下・夜間④		
中級英会話	東陽町・午前① 東大島・午前① 東陽町・夜間④ 森下・夜間④	古石場・午前① 東大島・夜間② 砂町・夜間④	森下・午前① 豊洲・午前① 森下・夜間④ 古石場・夜間④	砂町・午前① 古石場・夜間⑤	東陽町・午前①
フレディスカッション	古石場・午前① 豊洲・夜間⑤ 砂町・夜間⑤	砂町・午前① 東陽町・夜間④	東陽町・午前① 東大島・午前① 東陽町・夜間④ 古石場・夜間② 亀戸・夜間②	森下・午前① 東陽町・夜間④ 森下・夜間④	東陽町・午後③ 東大島・午後③
ディスカッション	東陽町・夜間⑦	東陽町・午前①	亀戸・夜間④ 東大島・夜間⑤	豊洲・夜間⑤	東陽町・午後②

※東陽町……江東区文化センター

秋のピッキリ
2,000円OFFキャンペーン
6ヶ月のベビーから大人まで、一流の講師による本格的で楽しい授業...ドリームミュージック
無料体験 随時受付中
お気軽にの電話下さい

Next English リトミックコース
3ヶ月コース 2,725円
6ヶ月コース 4,615円
9ヶ月コース 6,460円

リズム・バイオリン・ピアノ科
2,500円
5,875円
2,725円

モンテッソーリコース
1才～幼児
2,935円
4,615円
6,400円

大人のためのコース
5,875円
2,725円

ドリームミュージック
南砂校・東砂校・東陽町校・古石場校・サンライズ東陽校
03-3645-2231

子ども英語 ラボ・パーティ
絵本・物語 国際交流
ラボ・パーティは45周年
“普通”の英語教室に物足りない方はぜひ！
南 砂 東大島 越中島 元加賀 大島
Labo Party 0120-808-743
Since 1966

聖山会水墨画教室
NHK趣味雑貨に出演された堀澤先生が初心者には楽しい、調整等の基本指導を初歩から指導いたします。
直接指導 全日本水墨画会 会長 堀澤玉聖
03-3641-9344
03-3682-0182
047-342-3598
http://www.gyokusei.com

豊洲文化センター

〒135-0061 江東区豊洲 2-2-18
☎3536-5061 FAX5560-0505

【交通案内】東京メトロ有楽町線豊洲駅より徒歩 2 分
新交通ゆりかもめ豊洲駅より徒歩 1 分

東京・庭と屋敷拝見

都内には、江戸の大名家屋敷の他、明治以降の財閥や文化人の庭園や邸宅がたくさん残されています。西欧の新しい文明と文化は、日本の庭園造りにも大きな変化をもたらしました。
今回は、近代の庭園と邸宅造りの歴史、造り手達の美意識や想いを考えながら、鑑賞・見学するときのポイントを読み解きます。



旧岩崎邸

11/25	蓮花子嬢、庭と意味	東京農業大学准教授 服部勉
12/3	※見学 蓮花子春園ほか	東京農業大学准教授 服部勉
12/9	名所の今昔、飛鳥山と沢沢一	東京農業大学准教授 服部勉
12/17	※見学 飛鳥山、青瀧文庫、映香園など	東京農業大学助教 栗野隆
1/13	華麗なる三葉財閥、岩崎家の邸宅と庭園	東京農業大学助教 栗野隆
1/14	※見学 旧岩崎邸ほか	東京農業大学准教授 服部勉

*見学は土曜日の午後に行います。

Cantiamo! イタリア歌曲 (グループLESSON)

音楽の教科書や、CMソング、ドラマの挿入曲などで聴いたことのある有名なイタリア歌曲を原語で歌います。
講座では全員で歌いながらレッスンを進めていきます。歌曲の基本から始めますのでイタリア語がわからなくても大丈夫です。
曲目(予定): オンプラ・マイ・フ、愛のよこごび ほか

<講師プロフィール>
洗足学園大学音楽科卒、第17回関西西日ソングコンテスト入賞。「魔笛」でオペラデビュー後、オペラミュージカルに多数出演の他、カルチャー講座講師も務める。現在、二期会、東京室内歌劇場、横浜シテオペラ、日本演奏連盟各会員。



講師：山本ひず子

おとなのそろばん教室

元祖デジタル式計算機とも言えるそろばん。最近では指先と頭を同時に使うことによる、右脳活性化の効果も注目されています。昔、一度は手にしたことがある、習っていた、といった方はもちろん、ちょっとした頭の体操目的に使ってみたい、という方も硬くなりかけたアタマを柔らかくしましょう(5級程度が目標です)。
講師作品 七福神



江戸文字教室~勘亭流~

歌舞伎の看板や番付を華麗に演出する江戸文字「勘亭流」。江戸時代より続く伝統美を学んでみませんか。
講師作品 七福神



講師作品 七福神

リタイアメントプランニング ~今から考える退職後の生活設計~

年金や税金がこの先どうなっていくのか。今後の制度改革の方向性も気になるところです。将来に備えたプランを少し早めに考えてみませんか。
“退職はまだまだ先”という方にもオススメしたい講座です。
10/29 退職後の収入と生活費はこう改善する
11/12 年金制度の仕組み
11/26 生命保険と医療保険はこんなに見直せる
12/10 資産運用で失敗しないために
1/14 老後資金をどうして確保する
1/28 贈与と相続の節税対策を活用しよう

壮年が読み、歩く名作文学 ~昭和後編~

昔読んだ小説。タイトルだけ知っている小説。名作文学の数々を読んでいくこの講座。明治から始まり、今回の昭和後編で一区切り。毎回一作家、一作品を取り上げます。最終回はゆかりの地を歩きます。
11/17 太宰治「新八木」
12/15 谷崎潤一郎「細雪」
1/19 三島由紀夫「禁色」
2/16 江戸川乱歩「名探偵一休探偵」
3/15 文学散歩 馬込文士村
早稲草野訪記 江戸川乱歩



早稲草野訪記 江戸川乱歩

羊毛フェルトのかわいいマスコット

フワフワの羊毛を専用針でサクサク刺していくと、不思議、かわいいマスコットの出来上がり！楽しく作品を作りながら基礎技術をしっかり学べます。
羊毛フェルト作品で大人気の講師が直接指導するので難しい部分もきれいにかわいらしく作ることがができます。
講師作品



講師作品

講座名 講師名	曜日	時間	募集	受講料
リタイアメントプランニング ~今から考える退職後の生活設計~ ライフカウンセラー 紀平正幸	土	10:30~12:00	17	9,700円
		10/29~1/28	*	1,000円
壮年が読み、歩く名作文学~昭和後編~ 東大文学部准教授 堀啓子	木	14:00~16:00	20	5,000円
		11/17~3/15	*	300円
羊毛フェルトのかわいいマスコット 羊毛フェルト作家・講師 大古ようこ	金	10:00~12:00	20	13,900円
		10/28~3/9	*	6,000円

東大島文化センター

〒136-0072 江東区大島 8-33-9
☎3681-6331 FAX3636-5825

【交通案内】都営地下鉄新宿線東大島駅から徒歩 5 分

小惑星探査機「はやぶさ」 ~宇宙の謎に挑む!~

地球から遠く離れた小惑星「ITOKAWA (イトカワ)」の探査を目的に2003年に打ち上げられた「はやぶさ」。「イトカワ」のサンプルリターン(試料を持ち帰る技術)という前人未踏のミッションを成功させ、幾多の困難を乗り越え7年間に及ぶ長い宇宙の旅から2010年に帰還を果たしました。人類の宇宙開発の歴史と未来について、そして「はやぶさ」の帰還までの軌跡を解説します。筑波宇宙センター見学もあります。

11/10	私たちはなぜ宇宙を目指すのか?
12/8	月・そして惑星の探査
1/12	世界初の快挙! 「はやぶさ」の軌跡と奇跡!
1/22	JAXA(宇宙航空研究開発機構) 筑波宇宙センター施設見学(現地集合・解散。交通費は実費負担)

*1/22のみ日曜日



小惑星探査機「はやぶさ」イラスト:池下卓将

アンチエイジング ~自分らしく輝くために~

あまり構えず、ちょっとした工夫で今より輝く方法は意外と簡単。日常でできる「早い、簡単、キレイ」なアンチエイジング法をお伝えします。

11/24	ファッションにも、メイクにも生かせるカラー診断&骨格診断を基に「5歳若返るパーソナルカラーファッションコーディネート術」
12/22	お肌の若返り「顔ツボ」ケイラクスケア「気になる元のクマや、お顔を老けさせるほつれい線、自宅できる顔ツボ手法」
1/26	加齢による、嫌な「むくみ」や「たるみ」を解消する「お顔をリフトアップ! ファウンダーの塗り方&メイクの決め手眉メイク」
2/23	お顔を輝きを放つ「色」活用法「もっとキレイにメイクアップ! カラーテクニク」
3/22	アンチエイジングの決め手インナービューティ「老化・糖化・酸化をさせないキレイレシピ&簡単インナーマッスル」



講師：倉千鶴



講師：齋藤和美

メイクアップカラー&グループ

お江戸超低山さんぽ

東京都心にも超低山と呼ばれる標高の低い山が数多く点在します。講師の解説のもと、周辺散策を通して登山します。

10/16	【講義】都心の超低山について【散策】亀戸浅間神社の富士塚
11/13	【散策】道灌山(荒川区西日暮里)
12/11	【散策】三笠山(千代田区日比谷公園)
1/8	【散策】野毛山 ※野毛大塚古墳(世田谷区野毛)
2/12	【散策】折形山(川崎市多摩区)



亀戸浅間神社の富士塚

赤ちゃんダンスdeゆらゆら ~ベビードانس~

赤ちゃんを抱っこしたまま親子一緒にリズムののってリフレッシュ。ママ同士が交流できる時間も設けます。



レッスン風景

ジュニア落語倶楽部

芸名をつけることから始め、なぞかけや小唄(こばなし)などを楽しみながら学びます。最終日には、高座に上がり発表を行います(小学生~高校生が対象です)。
講師：三遊亭栄楽



講師：三遊亭栄楽

講座名 講師名	曜日	時間	募集	受講料
小惑星探査機「はやぶさ」 ~宇宙の謎に挑む!~ (財)日本宇宙フォーラム主任調査員 渡辺勝己	木	19:00~20:30	20	5,700円
		11/10~1/22	*	300円
アンチエイジング~自分らしく輝くために~ フィッシングスクール美プロデュース 倉千鶴・齋藤和美	木	14:00~15:30	20	9,300円
お江戸超低山さんぽ イラストレーター 中村みつを	日	13:30~15:00	25	5,500円
赤ちゃんダンスdeゆらゆら ~ベビードانس~ 日本ベビードン協会認定講師 矢野道代	月	10:30~12:00	親子17組	7,800円
ジュニア落語倶楽部 落語家 三遊亭栄楽	土	10:00~12:00	10(20)	6,000円
民謡教室 金沢流二代目宗家 金沢大成	水	13:00~15:00	10(25)	16,000円
初心者のためのフランス語会話 ベトナム編 アネテラフランス語講師 ジュリアンビエルカ	金	19:00~20:30	15	19,000円
文章教室~600字のエッセイ~ 元茨城県立医療大学講師 睦倉実	日	14:30~16:00	12	17,000円
日本画教室 日本美術院院長 佐藤孝	金	18:30~20:30	15	16,000円

民謡教室

日本の伝統芸能である民謡。日本各地で歌い継がれてきた民謡を楽しみながら学びます。最終日には、おさらい会として教室内で発表会を実施します。
昨年年度発表会より



昨年年度発表会より

講座名 講師名	曜日	時間	募集	受講料
東大島声楽コース・午前 日本オペラ協会会員 福山恵	土	10:00~12:00	10(25)	13,500円
		10/8~2/26	*	500円
東大島声楽コース・夜間 日本オペラ協会会員 福山恵	金	18:30~20:30	10(25)	13,500円
		10/7~2/26	*	500円
実践カオク教室 作曲家 田中健一郎	金	14:30~16:30	10(60)	10,000円
ピラティス(女性クラス) ネパダ州立大学認定 ピラティスインストラクター 川添尚子	土	17:45~19:15	5(20)	3,000円
ピラティス(男性クラス) ネパダ州立大学認定 ピラティスインストラクター 川添尚子	土	19:30~21:00	10(20)	10,000円
粋な、ちりめん細工入門 ~私たちの用器の飾りをつくらう~ 日本玩具博物館講師、江戸の針主 三好裕子	土	13:00~16:30	16	7,500円
囲碁教室 実践編~基礎から応用まで~ 日本棋院棋士八段 佐々木正	火	18:30~20:30	5(25)	24,500円

*[ベビードン]こども対象は、首がすわった乳児(1歳半)までです。
*[初心者のためのフランス語会話]は、フランス語が必要(要申込)。
*[囲碁教室 実践編]対象は棋力8級以上です。

総合区民センター

〒136-0072 江東区大島 4-5-1
☎3637-2261 FAX3683-0507

【交通案内】都営地下鉄新宿線西大島駅から徒歩 1 分

百万都市江戸のくらし



歌川広重画「五百羅漢さあさび堂」江戸時代の総合区民センター付近

私たちの住む東京という町の成り立ちや、東京の下町情緒とは何かを知ろうとするとき、見過ごして通ることのできない「江戸の生活」について学びます。講師は、NHKテレビ時代劇の時代考証を数多く手がける、江戸町人研究会の重鎮です。時代考証の難しさを、面白さを大いに語っていただきます。

10/11	大江戸とお江戸一庶民の暮らしと町人生活、武家屋敷と町人の町
11/8	百万都市の消費と流通 下町物と地廻り、問屋商人と棒手振
12/13	武士は食わねど 一茶とわたし、借金返済消金、高利貸しの群
1/10	町人の暮らしが 江戸っ子の誕生、長屋の花見と大家さん
2/14	江戸の味と華やかな文化 水道自慢、江戸前とはどこぞ、歌舞伎・浮世絵
2/28	大江戸事件簿 一般財団法人、お茶の小僧、時代考証のうら・おもて

野の草木 日だまり編

野に咲く草花や木々の名前を知りたい、と思いませんか? ご好評をいただいた春・夏編に続く、楽しい植物同定入門講座です。

10/11	秋の植物について
10/25	近所で見つけた分かりにくい植物
11/8*	【野外講義】 総秋・冬の植物(木場公園)
11/22	地域の特性と植生
12/6	植物同定とは(まとめ)

*11/8の野外講義は13:00~15:30の予定。現地集合解散。交通費は各自負担。雨天の場合は教室で実施。

草や木の名前を調べてみませんか

美江さんと東京下町散歩 ~秋・冬編~

テレビでも活躍中の絵地図師・美江さんと歩くお散歩講座。前年に引き続きまち歩きの人といっしょに東京のまちを散歩します。最終回の浅草では、老舗ストランドの昼食も予定しています。
*22年度(含)中 難者にも満ちた見どころがいっぱい! 町歩き

10/12	絵地図の楽しみ方(講義)
11/9	本郷散歩
12/14	御茶ノ水散歩
1/11	根岸散歩
2/8	台中散歩
3/14	浅草散歩

日本酒に合う簡単料理

手軽に作れる料理で晩酌を…しかも、その料理に合う日本酒があればこの上ない幸せな気分を味わえるのではないのでしょうか。

本講座は、そんなことを思い浮かべ、酒の肴になるような簡単料理を作ります。また、毎回レシピに合いそうな日本酒の情報もお伝えする予定です。



10/22	鮭の包み焼き ほか	【日本酒のイメージ】 香りが高いタイプ
11/5	運福のはさみ焼き ほか	
11/26	白身魚と卵黄の味噌漬け ほか	軽快、滑らかタイプ
12/3	年末年始のおもてなしおつまみ ほか	
1/14	カナッペおけい ほか	熟成タイプ
1/28	スペイン風の黒煎魚 ほか	
2/25	マグロのタルタル ほか	コクのあるタイプ
3/10	松風焼 ほか	

*この講座は、20歳未満の方には受講いただけません。*メニューは変更する場合がございます。

安心!わが家のづくりおきレシピ

時間が思うようにならない中で料理をするのはくたびれますが、毎日少しの準備で、安心で、手早くおいしい料理ができがあります。ボリュームのあるメインのおかずと、白いご飯に合うあっさり、さっぱり惣菜を作ります。

10/27	ラタトゥイユ(野菜の煮込み) ほか2品
11/10	魚の南蛮漬け ほか2品
11/24	鶏の味噌漬け ほか2品
12/8	ローストポーク ほか2品
1/12	おでん ほか2品
1/26	五目豆 ほか2品



ローストポーク(イメージ)

ヨーロッパのおいしい食卓 ~北欧のクリスマス~

各地域の家庭料理で温かなおもてなしを。

10/21	イタリア 包みピザ カルトツォネ&イタリアンデザート
11/4	ロシア ビーフストロガノフ&ロシア風ポテトサラダ
11/25	スウェーデン 2種のオープンサンド&スウェーデン風ミートボール
12/2	フィンランド サモンのオープン焼き&クリスマスのお菓子 ほか
1/20	ドイツ ドイツ風ツレツレ&ザワークラウト
1/27	フランス シンプルでおいしい ポトフ&ムース・オ・ショコラ
2/17	デンマーク チーズピラフ&デンマークチーズケーキ
3/2	フランス 基本を覚える キッシュ&タルト

女性のための健康法 ~陰陽ストレッチで健康生活~

カラダの気(元)の流れを整えて経穴のつまりを改善し、元気なカラダを手に入れるセルフケアをレッスン形式にアレンジしたプログラムです。無理のないレッスンですので年齢に関係なく健康法が学べます。
*全ての方に効果が現れるわけではありません。
*ヨガマットまたは大きめのイスケットを持参。



講師：Mana

講座名 講師名	曜日	時間	募集	受講料
百万都市江戸のくらし 立正大学名誉教授 北原達	火	18:30~20:00	25	6,900円
		10/11~2/28	*	1,000円
野の草木 日だまり編 植物調査事務所「小さな葉」代表 林桂貴	火	10:00~11:30	20	7,000円
		10/11~12/6	*	100円
美江さんと東京下町散歩~秋・冬編~ 絵地図師・散歩屋 高橋美江	水	10:00~12:00	20	9,400円
		10/12~3/14	*	1,000円
日本酒に合う簡単料理 フードコーディネーター 柳元里香・小栗れいこ	土	13:30~15:30	30	9,300円
		10/22~3/10	*	8,000円
安心!わが家のづくりおきレシピ 元女子栄養大学学生学習指導員 小山朝子	木	10:00~12:00	30	7,200円
ヨーロッパのおいしい食卓~北欧のクリスマス~ BerryBerry代表 フードコーディネーター 高野美子	金	18:30~20:30	30	9,800円
女性のための健康法~陰陽ストレッチで健康生活~ プログラムディレクター 「beauty totalセラピスト」 Mana	火	10:00~11:30	30	9,000円
健康のヨガ (株)フタタインタープライズ派遣講師 渡辺美保	金	18:30~20:00	10(30)	8,000円
		10/7~3/2	*	1,700円

*「健康のヨガ」は、各自ヨガマットを持参してください。

豊洲 ピアノ(月~土)3才~大人
クレッシェンド音楽教室
ピアノ(豊洲CANALステーション代表)トリニック10月クラスがスタートします。
ピアノは、読譜力と表現力身につく楽しいレッスンです。
トリニックは国立音楽大学付属機関のプログラムを取り入れています。
一般音楽対普通トレーニングも取り入れています。

北砂書写教室 KUMON
ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆
入会金 3,500円 月謝 大人 4,200円(月4回) 小ども 3,150円(教材費込)
9月の無料体験(要予約) 江東区北砂 5-1-7
隔週水曜日 PM3:00~5:00 毎週木曜日 PM2:30~6:30 隔週土曜日 PM3:00~5:00

生徒募集 パネルシアター教室 とんとこ
パネルの本多数あり、その中から好きな作品制作、見学可、初心者歓迎
「みんなであそぶかんたんパネルシアター」著者 佐藤 芳子
場所: 三好 3-8
TEL/FAX 03-3649-8963
http://www.16.ocn.ne.jp/~panel261/

文章題や図形も楽しく!
一ひとりにわかるまで、ていねいに指導します。
無料体験学習or入会金無料(希望)
学力診断テスト+4回の無料体験学習、または、直接入会を希望される場合には入会金が無料になるキャンペーン中!
教室へお越しの際に、お申し出下さい。
学習日学習指導員 毎週日曜日 PM3:00~
入会金: 5,250円
月謝(1教科): 8,200円(小学1~3年)
11,500円(小学4~6年)

公財団法人江東区文化コミュニティ財団 ホームページ バナー広告募集
●財団 TOP ページ www.kcf.or.jp
●ティアラことう TOP ページ www.kcf.or.jp/tiara/
1か月 12,000円
申込み 江東区文化センター 広告担当
問合せ 電話 03-3644-8111 受付時間 9:00-21:00

江東区文化センター

〒135-0016 江東区東陽4-11-3
☎ 3644-8111 FAX3646-8369

[交通案内] 東京メトロ東西線東陽町駅から徒歩5分



野菜ソムリエと旬を楽しむ ～見て触って美味しく食べるコツ～

食に関する資格として注目の野菜ソムリエ(日本野菜ソムリエ協会認定)が旬の野菜や果物の品種の違い・選び方や保存方法などを紹介します。また、最終講義では江戸東陽産の亀戸大根の生産農家を訪ねます。日頃食べている野菜や果物をもっとおいしく、かきこく食べるコツを学びましょう。



かきこく食べて美味しく(イメージ)

11/8	野菜・果物、キホンのキ～もっとおいしく選ぶ方～食べ比べ
11/22	「美と健康」につながる野菜・果物～かきこく食べるコツ～食べ比べ
11/29	江戸東陽産の歴史・畑の野菜からわかること
12/6	(外出講義)江戸東陽産の亀戸大根の生産農家を訪ねる ※天候や生産状況によっては変更の場合があります。 ◆オプショナルとして、当日見学をした農家が出した亀戸大根の料理を「亀戸升本本店」で召しあげたいです。(料金別途実費・希望者のみ) ※外出の交通費等は各自負担となります。

現代詩を愉しむ ～絆・女・私～

人と「詩」はどのように出会うのでしょうか。学校の教科書で、テレビのCMで、生活のさまざまな場面でも耳にしていることがありませんか。
短いフレーズの中には、「愛」や「哀しみ」、「生きる力」が強くこめられています。今もお輝きを失わず、私たちの心を豊かにしてくれる詩作品を、講師の解説とともに鑑賞します。

10/30	テーマ：絆 人びとや動物や植物に寄り添って、その喜びや痛みを身に引き受ける詩人たち 金子みすず、吉原幸子、新川和江
11/20	テーマ：女 女性性と恋愛をうたう詩人たち 永瀬清子、滝口雅子、小川アンナ
12/18	テーマ：私 私とは何かを考え、隣りから生きている詩人たち 中野鈴子、石垣ひら、茨木のり子

江東区を知ろう! ～防災・環境編～

区民の生活を多方面から支える区役所の仕事。本講座では、「防災」「環境」にスポットをあて、区の取り組みなどについて担当部署の方から直接お話しをしていただきます。

10/19	江東区役所の仕事
10/26	江東区の防災について「防災センター」見学
11/4	「東京臨海広域防災公園(そなエリア東京)」見学
11/9	江東区の温暖化対策
11/16	「エコこころ江東」見学
11/30	江東区の清掃・ゴミ対策
12/7	視察船「新東陽丸」乗船(無料)・東京港見学
12/14	「新東陽清掃工場」見学
12/21	江東区の現状と課題 ※外出の交通費等は各自負担となります。 ※11/4のみ全席無料



新東陽丸(東京都港湾局)



新東陽清掃工場

ヴォイストレーニング& J-POPの名曲を歌おう!

魅力ある、力強い声の基礎作りのためのヴォイストレーニングでストレスも解消!涙そうそう、桃色吐息などをカラオケ演奏だけではなく生ギターでもきめ細かくレッスンします。歌うことが好きで上手く声が出せない、そんな方にピッタリです。



講師:カタヤマケイジ

●江東区文化センター講座一覧

講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
野菜ソムリエと旬を楽しむ～見て触って美味しく食べるコツ～	日本野菜ソムリエ協会公式ライター 霜村春菜	火 4	14:00～16:00 12/6のみ 10:00～12:00 11/8～12/6	20	6,000円 3,000円
日本通史V ～江戸時代中期・後期～	江東区文化財専門員 出口宏幸	水 8	13:30～15:30 10/19～2/22	30	5,000円 500円
現代詩を愉しむ ～絆・女・私～	詩人 高橋順子	日 3	14:00～15:30 10/30～12/18	36	3,000円 1,800円
英文法を学ぶ～正確な英語を身につけるために～	ジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人グループ 販売部長 岡田信彦	土 10	9:15～10:45 10/8～12/10	50	5,000円 1,200円
公式問題集で学ぶTOEIC®TEST講座	ジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人グループ 販売部長 岡田信彦	土 10	11:00～12:30 10/8～12/10	50	5,000円 3,000円
江東区を知ろう! ～防災・環境編～	江東区役所職員ほか	水 9	14:00～15:30 11/4のみ 10:30～12:00 10/19～12/21	25	2,000円 300円
ヴォイストレーニング&J-POPの名曲を歌おう	日本橋三越カルチャーサロン東京工学院 専門学校講師 カタヤマケイジ	木 8	19:15～20:45 10/27～2/23	30	10,100円 200円
話そう使おう中国語	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 張小兵	金 10	14:00～16:00 11/4～2/10	10 (20)	19,000円 2,500円
話そう使おう中国語	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 張小兵	火 10	14:00～16:00 11/1～2/14	10 (20)	19,000円 3,000円
話そう使おう中国語	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 張小兵	火 10	14:00～16:00 11/1～2/14	10 (20)	19,000円 3,000円
ジュニア・ジャズダンス・ミックス	ウメダヒサコ	火 17	16:30～17:30 10/11～3/13	10 (30)	17,000円 なし
短歌のたのしみ	「短歌人」編集委員 藤原龍一郎	水 8	19:15～20:45 10/26～2/8	20 (20)	10,000円 500円
芸術鑑賞講座「文楽」	国立劇場文楽出演者ほか	日 2	12:40～14:00 (12/4) 9:40～11:00 (12/12) 12/4,2/12	10 (50)	2,000円 11,000円

ジュニア・ジャズダンス・ミックス

リズムに合わせ、ステップやターン練習を重ね、ジャズダンスの基本を学びます。
【まずは体験レッスン!】
現受講生と一緒にレッスンをします。
日時：9月27日(火)、10月11日(火)16:30～17:30
※どちらか1日をお選びください。
対象：5歳～中学生各回20名 費用：無料 申込：電話・窓口で(先着順)



前回の発表会より

講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
芸術鑑賞講座「歌舞伎」	演劇評論家 藤田洋	月 3	14:00～16:00 10/17,12/19, 2/20	50 (40)	3,500円 31,000円
キッズ英会話	小学1・2年生/3・4年生コース 英会話イーオン派遣講師 白水千絵	木 16	16:30～17:30 (1・2年生) 17:40～18:40 (3・4年生) 10/20～3/8	50 (20)	20,000円 4,650円
中国語会話中級	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 黄静雯	火 14	19:00～21:00 11/1～3/13	5 (20)	19,000円 3,400円
ハングル初級	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 李榮	火 14	19:00～21:00 11/1～3/13	5 (20)	19,000円 2,500円
ハングル中級	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 崔泰根	金 14	19:00～21:00 11/4～3/9	13 (20)	19,000円 2,500円
書道漢字教室・夜間	日展会員・毎日書道会理事 岡田正堂	木 17	18:30～20:00 10/27～3/15	5 (25)	17,000円 300円
橋右近 寄席文字教室	橋右近寄席文字 橋右近次	木 17	18:30～20:00 10/27～3/15	5 (25)	20,000円 1,600円
こども能楽囃子教室	～笛・太鼓(おつづみ)～ 森田流 笛方 寺井宏明 大倉流 太鼓方 大倉崇太郎	月 10	17:30～19:30 (大鼓) 18:00～20:00 (笛) 10/3～3/19	5 (20)	11,000円 なし
バレエエクササイズ	石井清子バレエ研究所教師 吉田結子ほか	火 15	14:00～15:30 11/1～3/13	5 (30)	13,000円 なし
ジャンクス・夜間	ジャンクススタジオアカデミー主宰 茂田由枝	火 20	19:00～20:30 10/11～3/13	10 (40)	16,500円 なし

※[文楽]「歌舞伎」講師は教材費にチケット代が含まれます。
※[ジュニア・ジャズダンス・ミックス]は5歳から受講できます。
※「こども能楽囃子教室」は小学生から受講できます。稽古時間は60分です。

江東区文化センターは、改修工事のため平成24年7月1日(日)～平成25年7月31日(水)まで休館いたします。

日本通史V ～江戸時代中期・後期～

日本の通史シリーズは、いよいよ江戸時代中期に入ります。今回は、日記や絵画などの資料から、江戸の風俗や人間像に迫ります。
江東区との関わりも、一部解説します。

10/19	元禄文化の背景と特色 ～町人の時代へ～
10/26	八代將軍宗景の登場
11/6	田沼意次と商品経済の展開
12/7	寛政の改革 ～平定儀を中心に～
1/11	化政文化の開花 ～庶民文化の躍～
1/25	天保文化という時代
2/8	幕藩体制の崩壊
2/22	新しい社会の幕明け

<講師プロフィール>出口宏幸
江東区文化財専門員。東京国際大学非常勤講師。専門は、日本近世史(漁業史)。著書に、深川猿蓑に関する論文「江東区文化財研究紀要」1号など。

英文法を学ぶ ～正確な英語を身につけるために～

英文法は英語の基本ルール。基礎から応用まで網羅します。「公式問題集で学ぶTOEIC®TEST講座」とのセット受講をお勧めします。
<使用テキスト>
新・英文法輸出問題演習
PART I 文法編 駿台文庫



講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
公式問題集で学ぶTOEIC®TEST講座	TOEIC®TEST 新公式問題集Vol.2 (TOEIC運営委員会発行)	土 10	11:00～12:30 10/8～12/10	50	5,000円 3,000円

話そう使おう中国語

基礎から一歩進んで、中国語のピンインを読むことができる方が対象です。テキストの音読を中心に、発音や言葉の意味を学びながら表現力を身につけます。語学力をブラッシュアップしませんか。
<使用テキスト>
「走向中国」(北京大学出版社)

講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
話そう使おう中国語	大学書林国際語学アカデミー派遣講師 張小兵	金 10	14:00～16:00 11/4～2/10	10 (20)	19,000円 2,500円

話そう使おうハングル

挨拶や日常生活の決まり文句を話すことができ、ハングル文字の読み書きができる方が対象です。韓国旅行に行った際の基本的なコミュニケーションに依頼・許可が表示できるようにすることを目指す。
<使用テキスト>
「イージーコリアン1」(国書刊行会)

砂町文化センター

〒136-0073 江東区北砂5-1-7
☎ 3640-1751 FAX5606-5930

[交通案内] 都営地下鉄新宿線西大島駅A4出口から都バス(都07)「門前仲町」行、東京メトロ東西線東陽町駅から徒歩10分



なつかしの都電・都バスと江東区

江東区と密接なつながりを持つ、100周年を迎えた東京の都営交通。城東電車からはまる、江東区とその周辺の名つかしの都電や、都バスの魅力に迫ります。最終回は都バス車輦を見て、都電の貸切を予定しています。



昭和初期の東京市電をイメージした都電のトロコ車輦



新鋭のノンステップバス

10/29	でんしゃがいたまち～江東区の都電を振り返る 城東電車を発祥とする江東区の砂町・大島地区を走った都電の回顧
11/5	「東りバス」のススメ～都バス路線の発展と江東区 江東区のバス路線の歴史と魅力
11/12	バリアフリー、省エネルギーを誇る最新の都営バス車輦をはじめ、バスの魅力を解説
11/26	現地講義～都電丸川線貸切乗車ほか

おいしく、楽しく、見つけよう! はちみつの魅力

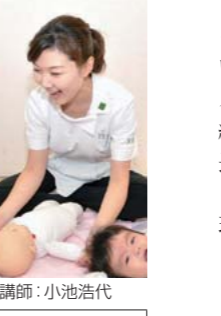
はちみつの魅力、そしてはちみつと切っても切れない食材「パン」のお話と、はちみつテイスタークラブとのマリアージュを楽しめる講座です。
また、ミツロウキャンドルを作って楽しみながらみつばちの生態などについてのお話もあります。
11/5 はちみつを知る～みつばちとはちみつのお話～
11/19 ミツロウを知る～イチゴのキャンドル作り～
12/3 パンを知る～旅して見た、味変わったパンのお話～
12/17 はちみつ(江橋線・日と一線)にはちみつテイスター



3種のパンと蜂蜜

ベビーマッサージ ～ママと赤ちゃんのふれあいタイム～

ベビーマッサージを通して、赤ちゃんとの触れ合い方を身につけて。講座では、基礎から実践まで楽しく学びます。講座開始日に生後2ヶ月から1歳までの赤ちゃんとも母、男性の参加はできません。
講師:小池浩代



10/21	「ベビーマッサージってどんなもの?」上手なマッサージ方法を身につけよう!早速オイルを使いチャレンジ!
10/28	「足・脚・腰」に優しくマッサージして体の調子を整えよう!
11/4	「お腹・お胸・腕・手」マッサージ!免疫力UP、深い呼吸を促し夜泣きの軽減!
11/18	「背中・お尻」マッサージ!背中からおしりにかけて温めてマッサージする事で、内臓の働きもUP!
11/25	「全身」マッサージを通してGO!全身のマッサージを通して、心地よい疲労の中質の良い睡眠を誘います

世界のアフタヌーンティーと焼き菓子

中国で始まった喫茶の習慣。今や、世界中でアフタヌーンティーとして親しまれるようになりました。喫茶様式に特徴のある国に焦点をあて、茶文化を学びます。
10/29 美しい英国の器でロイヤルウェディングティー、焼き菓子の数々
11/26 文明の十字路口に、トルコのチャイ、伝統菓子「ロクム」とローズウォーター
12/24 インドのマサラチャイと作り方、クリスマスケーキ
1/28 上海力フェは、選り取り見取り、マーラーコ
2/18 貴婦人が楽しむ白磁のサロン・ド・テ、メティチ家のお菓子



イメージ

10/29	美しい英国の器でロイヤルウェディングティー、焼き菓子の数々
11/26	文明の十字路口に、トルコのチャイ、伝統菓子「ロクム」とローズウォーター
12/24	インドのマサラチャイと作り方、クリスマスケーキ
1/28	上海力フェは、選り取り見取り、マーラーコ
2/18	貴婦人が楽しむ白磁のサロン・ド・テ、メティチ家のお菓子

こどもとアート ～親子で描くところのイメージ～

なぜこんな絵を描くの?なぜこんな物を作るの? こどもの作品は不思議で面白いものだらけです。本講座では、親子でスカイツリーを作ったり、巨大な紙にお絵描き、新聞紙を使った遊びなど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、上手にこどもと付き合う方法も学びます。



スカイツリーを作ってみよう! 新聞紙で何をやるのかな?

講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
なつかしの都電・都バスと江東区	鉄道史研究家 岩成政和ほか	土 4	14:00～15:30 10/29～11/26	20	4,000円 2,000円
おいしく、楽しく、見つけよう!はちみつの魅力	food coordinator ナガユキほか	土 4	14:00～15:30 11/5～12/3	20	6,000円 4,000円
ベビーマッサージ	～ママと赤ちゃんのふれあいタイム～ NPQ認定講師、HAPPYベビィ講師 小池浩代	金 5	10:30～11:30 10/21～11/25	親子15組	5,200円 800円
世界のアフタヌーンティーと焼き菓子	ティーコーディネーター、中西業理子 田中里紗子	土 5	14:00～15:30 10/29～2/18	20	8,000円 3,000円
こどもとアート	～親子で描くところのイメージ～ 東京学芸大学准教授 石井壽郎	日 4	10:30～11:50 10/23～1/22	10組	10,200円 600円
俳句実作講座	～リズムよく感動を詠むために～ 「韻」同人会会長・俳句会監事 鈴木しげを	金 6	13:30～15:00 10/21～1/10	25	6,000円 300円
リストの生涯と作品	～生誕200年を記念して～ 桐朋学園大学音楽学部教授 西原稔	金 4	19:00～20:30 10/14～11/18	35	6,000円 200円
繰り返し覚えるシニアのためのマイクロソフトワード	PCインストラクター 謝花良次ほか	土 10	10:00～11:30 10/15～12/24	20	9,000円 1,500円

俳句実作講座 ～リズムよく感動を詠むために～

作句の基本、季語やかなづかいなど、基礎から学びます。講義と受講者の句の講評を中心に、俳句が初めての方に優しく指導します。吟行や句会の体験もあります。
※句会会場の都合により、最終回の日程が変更することがあります。ご了承下さい。
砂町文化センター内「石田波瀾記念館」



砂町文化センター内「石田波瀾記念館」

リストの生涯と作品 ～生誕200年を記念して～

リストといえば超絶技巧を駆使したピアノ作品を思い起こしますが、他にも交響曲や交響詩などの優れた管弦楽作品や数多くの宗教作品を残しています。本講座では、リストの生涯の各時期における代表的な作品をぜひ紹介いたします。
講師:西原稔



講師:西原稔

講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
リストの生涯と作品	桐朋学園大学音楽学部教授 西原稔	金 4	19:00～20:30 10/14～11/18	35	6,000円 200円

繰り返し覚えるシニアのための マイクロソフトワード

はじめてパソコンに触れる方や、以前からパソコンを使っているけれど、もう一度基礎からしっかり覚えたい方向けの講座です。マイクロソフトワードを使い、基礎から学びます。ワード2010で解説を行いますが、2007版の方も受講できます。

10/15	ワードの基本操作・起動・終了
10/22	基本画面の見方を覚えよう
10/29	キーボードの配置とその役割を覚えよう!
11/5	文字入力の基本・編集
11/12	日本語入力の手順 基本的文書の作り方
11/19	作成文書の保存
11/26	ファイルとフォルダ
12/3	はがきの作成① 宛名面の作成(年賀状)
12/17	はがきの作成② 文面作成(年賀状)
12/24	はがきの作成復習 まとめ

講座名	講師名	曜日回数	時間(開講日～閉講日)	募集人数(定員)	受講料(教材費)
ヤング★ハワイアン	フアンニ高橋フラスタジオ インストラクター 高橋紫ほか	水 17	19:00～20:30 10/19～2/22	10 (50)	13,500円 なし
スケッチ教室	サロンP/役員会 菅野たみお	木 17	18:30～20:30 10/20～3/15	15 (25)	17,500円 3,500円
パルトンで内面から美しいからだづくり	株式会社パルトンパティシエ/インストラクター 遠藤理恵子	金 10	19:00～20:00 11/4～3/16	5 (20)	14,000円 なし
スタンドグラス	日本スタンドグラス 普及協会会員 小林照子	金 8	19:00～21:00 10/7～2/24	5 (20)	11,000円 7,000円
はじめてのがみ絵教室	手紙絵講師 石渡依子	月 8	10:00～11:30 10/24～3/12	5 (20)	7,000円 500円

※「こどもとアート」こどもの対象は、平成23年10月23日時点で満4歳以上小学生未満までです。こども2名以上は1名につき追加料金(受講料5,100円、教材費300円)がかかります。こども1人の受講料