



◇スタディプログラム◇ 12月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
 意外と楽しい 中国語会話入門 (講師 鈴木泰子・馮烈) 19:00～20:00 12/7・14 会場：5階集会室B	 カラダリセット (講師 古川貴子) 19:40～20:40 12/1・15・22 会場： 7階多目的ルーム ※開始30分前より 受付にて参加券配布	マイケル先生と 楽しい英会話 (講師 マイケル・グリーン) 16:00～17:00 【初級】 12/2・16 会場：5階集会室B	18:30～20:30 ハッピーハンドメイド (講師 池野侑子) 12/3 クリスマスリース 会場：九段生涯学習館 2階 第1会議室	英会話は『マイケル先生と楽しい英会話 (初～上級)』『知子先生と楽しむ英会 話』の計5プログラム中、1プログラム のみ受講可能です。 各クラスの難易度、詳細は右表をご参照 ください。 マイケル先生と 楽しい英会話 (講師 マイケル・グリーン) 19:00～20:00 【上級】 12/4・18 会場：5階集会室B ※12/4のみ 7階 第1集会室		
		19:00～20:00 【初中級】 12/2・16 会場：5階集会室B	かんたん本格 スイーツクッキング (講師 大北理子) 12/17 焼かない生チョコ ビスケットケーキ 会場：7階料理教室			
		知子先生と 楽しむ英会話 (講師 平岩知子) 19:00～20:00 12/2・16 会場：5階集会室A ※12/2は 7階 第1集会室				

★スタディプログラム 予約受講方法★

- 『すばすた会員』は11月1日（日）午前10時より、12月分の予約受付を開始します。
- 『ピシター』は、11月10日（火）午前10時より、12月分の1コマのみご予約可能です。
1,500円＋材料費で受講できます。
- プログラム2日前の17時までに、電話または直接窓口にてご予約ください。


・カラダリセットのみ、当日受付です。プログラム開始30分前より、参加券を
1階カウンターにて配布いたします。お電話による事前予約はいたしません。

・新型コロナウィルス感染状況によっては、会費はその都度払いに変更させていただく場合がございます。


・キャンセル・欠席は必ず九段生涯学習館までご連絡ください。
・プログラムに空きがあれば、当日先着順にて受付いたします。
・英会話のテキストは、11/1時点の価格となります。
途中で価格が変動する場合がございますのでご了承ください。

【当日について】

- 1階フロントにて受付(支払いを含む)を全て済ませ、会場にいらしてください。
- プログラム開始15分前より、開場＆受付いたします。



ハッピーハンドメイド
【クリスマスリース】



かんたん本格スイーツクッキング
【焼かない生チョコビスケットケーキ】

九段生涯学習館〔予約電話：03－3234－2841〕

◇スポーツ栄養◇ 【どなたでも参加できるプログラム】						
プログラム	プログラム内容	開催日	時間	定員	材料費	持ち物
ハッピーハンドメイド 講師：池野侑子 (アトリエニナ 作家)	気軽に楽しめてハッピーになれるハンドメイド小物を作ります。 直径15cm程度で飾りやすい、かわいいクリスマスリースを作ります。	12/3	18:30 20:30 (木)	6名	1,000円	・筆記用具 ・水分補給用 飲料水 ・エプロン ・タオル
	クリスマスリース					
かんたん本格スイーツ クッキング 講師：大北理子 (菓子研究家)	洋菓子を本格的に学んだ講師が直伝。 英国女王陛下もお気に入りの濃厚チョコレートケーキを オープンを使わずに作ります。	12/17	18:30 20:30 (木)	6名	1,500円	・筆記用具 ・水分補給用 飲料水 ・エプロン ・タオル
	焼かない生チョコビスケットケーキ					


◇語学&コンディション◇ 【会員限定プログラム】						
プログラム	プログラム内容	開催日	時間	定員	テキスト	持ち物
カラダリセット 講師：古川貴子 (ヨガ講師) [受付方法] プログラム開始30分前より 受付にて参加券を配布します。	身体に現れる症状は身体からのメッセージです。 意識を少し変えると、体調は大きく変化します。月毎に症状・部位別のテーマを 設け、集中的にリセットし、全身のバランスを整えます。	12/1・15・22	19:40 20:40 (火)	15名	なし	・水分補給用 飲料水 ・動きやすい 服装
	リンパの流れを良くしよう					
意外と楽しい 中国語会話入門 講師：鈴木泰子・馮烈 (中国語講師)	初心者の方を対象に、ネイティブと日本人の2人の講師に よる「通じる中国語」を身につけていきます。 中国語は音が命。日本人が苦勞するポイントとネイティブ 表現の両面から中国語の音に慣れていきましょう。	12/7・14	19:00 20:00 (月)	6名	なし ※適宜プリントを 配布いたします。	・筆記用具

◇英会話◇

初心者レベル～上級の方まで、レベルに応じたテキストを使用し、日常英会話を学びます。途中からでもご参加いただけます。

【テキストについて】初めて参加される回は、テキストの貸出しが、コピーをお渡しします。
継続して参加される場合はテキストをご購入ください。購入申込みは、参加日の10日前までにお願いします。

※プログラム見学をご希望の場合は九段生涯学習館までお問合せください。



マイケル先生と 楽しい英会話 講師：マイケル・グリーン (英会話講師)	プログラム内容	開催日	時間	定員	テキスト	持ち物
	【初級】 難易度 ★☆☆☆ 【レベル】 挨拶ができる・家族の紹介ができる・好きなものが言える	12/2・16	16:00 17:00 (水)	6名	『Interchange 5/E (1A)』 2,950円 ※10月からテキスト が変わりました！	・筆記用具 ・テキスト
	【初中級】 難易度 ★★☆☆ 【レベル】 自分の気持ちと言える・形容詞が使える	12/2・16	19:00 20:00 (水)		『Time to Talk pre-intermediate (red-A)』 2,200円	
	【中級】 難易度 ★★★☆ 【レベル】 わからないことを英語で聞ける・答えを英語でわかる	12/9・23	19:00 20:00 (水)		『Time to Talk pre-intermediate (purple-A)』 2,200円	
	【上級】 難易度 ★★★★ 【レベル】 英文法を一通り理解している。(目安TOEIC800以上) ※10月から正式プログラムになりました！	12/4・18	19:00 20:00 (金)		『Time to Talk upper intermediate (navy-S)』 2,200円	
知子先生と楽しむ英会話 講師：平岩知子 (英会話講師)	【初級】 難易度 ★☆☆☆ 【レベル】 挨拶ができる・家族の紹介ができる・好きなものが言える	12/2・16	19:00 20:00 (水)		なし	・筆記用具

2日前の17時までにお申込みがない場合、プログラムを休講といたします。予め、ご了承ください。

★毎月、**休館日**と**祝日**はプログラムが**全て休講**となります。

★都合により、休講やプログラム内容を変更する場合があります。予め、ご了承ください。

※第3月曜日が祝日の場合、翌火曜日が休館日となります。

◇休館日◇
スポーツセンター/九段生涯学習館
12月21日（月）

千代田区立スポーツセンター
千代田区立九段生涯学習館