



カンツォーネを日本語と伊語で歌う

2/28(土)10:00~12:00

サークル名 カンツォーネサークルいっち
対象…… どなたでも
定員…… 15名
参加費… 無料
内容…… 「オ ソーレ ミオ」「コメプリマ」「ラ スパニョーラ」等、親しみやすいカンツォーネを日本語とイタリア語で歌います。

講師…… 坂爪いちお
持ち物… 筆記用具
会場…… 6階 レクリエーションホール
メッセージ 国内カンツォーネコンクール全4部門の最高位を受賞した坂爪いちお先生が一緒に何度も歌ってくださいます。2008年創設から「カンツォーネひとすじ」。レッスン曲は約80曲。「明るく 仲良く 楽しく」が合言葉で～す。

羊毛フェルトでふわふわ可愛いペンギンの赤ちゃんを作りましょう♪

2/28(土)10:00~12:00

サークル名 アニマルワールド羊毛フェルトサークル
対象…… 18歳以上
定員…… 10名
参加費… 2,000円
内容…… 羊毛を特殊な針で刺し固めて半立体のフレームを作ります。初心者の方にも丁寧に指導、お手伝いします。

講師…… 戸田幸愛(Wool Animal World 代表 羊毛フェルト作家、講師)
持ち物… 筆記用具、ハサミ
会場…… 2階 第1会議室
メッセージ 羊毛フェルト初めての方でも大歓迎です。チクチクかわいい動物を作りましょう！



オペラやカンツォーネを正しい発声で歌いませんか？

2/28(土)10:00~12:00

サークル名 ちよだオペラ座
対象…… 18歳以上のオペラ等に関心がある歌の好きな男女
定員…… 25名
参加費… 無料
内容…… オペラアリア、カンツォーネから世界の名曲を歌います。イタリア語の発音、ベルカント唱法の基礎を学びます。個々の発声のお悩みにもアドバイス。

講師…… 安藤英市(声楽家)
持ち物… 筆記用具、飲み物
会場…… 5階 音楽視聴覚室
メッセージ さあ皆で楽しく歌いましょう！発声をわかりやすく指導します。正しい発声で高い音が出ます。「私を泣かせてください」(ヘンデル)を練習します。

しの笛を吹いてみよう

2/28(土)13:00~14:30

サークル名 横笛同好会「一音会」
対象…… 小学校高学年以上
定員…… 10名
参加費… 無料
内容…… 日本の楽器・音に触れることで、呼吸を意識し、体と心の訓練となります。

講師…… 小杉順一(元学芸大学講師)
持ち物… 特になし
会場…… 5階 音楽視聴覚室
メッセージ しの竹の笛を手に取り、口唇にあてて息を吹き込み、音を出す楽しさを味わおう。



はじめてのハワイアンキルト！ミニタペストリーを作りましょう！！

2/28(土)14:00~15:50

サークル名 ハワイアンキルト「プアケニケニ」
対象…… 18歳以上
定員…… 10名
参加費… 1,800円
内容…… 初心者の方向けに基礎から丁寧にご指導します。ミニタペストリー(20×20cm)を作ります。

講師…… 早川綾子(ハワイアンキルト教室Maikai Kapa Kuiki O Hawaii代表)
持ち物… 針(なるべく細いもの、お持ちの方はアップリケ針)、糸切りばさみ、筆記用具
会場…… 3階 第1学習室
メッセージ 基礎から丁寧にご指導します。初心者大歓迎！ハワイアンの流れる中ゆったりとした時間をご一緒しませんか。

天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止・変更となる場合がございます。予めご了承ください。



令和7年度 千代田区生涯学習団体1日公開講座事業

サークル 体験週間

2/22.日～28.土

「やりたいこと」
探しに行きませんか？

ダンス→
←ハンドメイド
音楽→
→文芸

九段生涯学習館で活動するサークルが体験会を実施します！



お申込み

1/16金 10:00受付開始

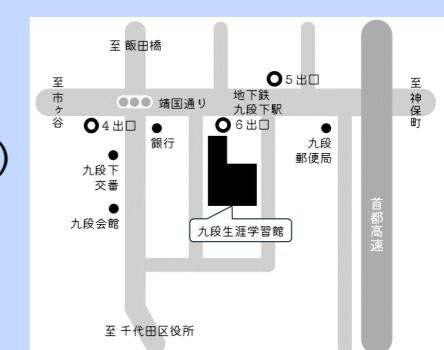
お電話またはWebサイトから九段生涯学習館へお申込みください。
(先着順／締切は各開催日2日前の17:00)

お申込み受付時に、持ち物等当日についてお伝えします。
主催は各サークルですが、詳細については九段生涯学習館までお問合せください。

会場・アクセス

九段生涯学習館(千代田区九段南1-5-10)

東京メトロ東西線・半蔵門線／都営新宿線
「九段下」駅下車 6番出口前
公共交通機関をご利用ください。



名体験会の詳細は
中面へ！





太極拳をいっしょに始めましょう

サークル名 百尺竿頭
対象…… 太極拳を始めたい方、学び直したい方
定員…… 12名
参加費… 無料
内容…… ゆったりと動く太極拳について、特長ある基本動作を学び、独特な動きをいっしょに体験します。

2/22(日)13:30~15:30

講師…… 櫻井道彦(中国武術4段)
持ち物… 動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
会場…… 6階 レクリエーションホール
メッセージ 太極拳は老若男女気軽に楽しみながら永く続けられる健康増進法。皆様と太極拳との出会いのよい機会に。



コーラスで声を出してリフレッシュしませんか?

サークル名 九段くすの木コーラス
対象…… 歌ってみたい方ならどなたでも
定員…… 15名
参加費… 無料
内容…… ストレッチ、呼吸法、発声法、歌の練習を行います。

2/25(水)14:30~16:30

講師…… 福山由香(二期会会員)
持ち物… 動きやすい服装、飲み物
会場…… 5階 音楽視聴覚室
メッセージ コーラスが初めての方も、経験者も大歓迎です。一緒に楽しく歌いましょう。

句会を体験してみませんか?

サークル名 北の丸句会
対象…… 句会に参加してみたい方
定員…… 6名
参加費… 200円
内容…… 句会に自分の句を出して、楽しさを味わいましょう。仲間と思いを分かち合いましょう。

2/24(火)10:00~12:00

講師…… 清水和代(春塘主宰・俳人協会会員)
持ち物… 自作の句1~2句(なくても可)、筆記用具、お持ちの方は歳時記・電子辞書
会場…… 4階 第2集会室
メッセージ 俳句を作つてみたい方、句会ってどんなところ?という方に、俳句・句会の楽しさを知つていただきたいと思います。



ボビンレースでリンゴのモチーフを作つてみませんか

サークル名 ボビンレースサークル La Dentell
対象…… どなたでも
定員…… 計4名
参加費… 500円
内容…… 糸を巻いた複数のボビンを動かして作るボビンレース。2種類の基本の編み方を使ってリンゴを作ります。

2/24(火)13:00~15:30 (お申込み時に前後半を選択)

講師…… 黒井有希子(レースメーカー)
持ち物… 筆記用具、老眼鏡や眼鏡等
会場…… 3階 第2学習室
メッセージ レース好きな方は勿論、ボビンレースって何と思われた方、昔から憧れていた方、一度習つて諦めた方、どなたでも大歓迎です。

アンニョンハセヨ! 韓国語を始めてみませんか?

サークル名 韓国マル
対象…… 初心者、学び直したい方、18歳以上
どなたでも
定員…… 12名
参加費… 無料
内容…… 韓国語の勉強をしたことがない方、韓国語を学び直したい方、みんなと一緒に楽しく韓国語を習いましょう!

2/24(火)14:30~16:00

講師…… チョ・ヒチヨル(日本薬科大学韓国薬学コース客員教授)
持ち物… 筆記用具
会場…… 2階 第1会議室
メッセージ 韓流ドラマ?K-POP?韓国料理?韓国旅行?きっかけは何でも。みんなで楽しく韓国語を学んでみませんか?



ウクレレを弾きましょう

サークル名 プープーヒヌヒヌ
対象…… どなたでも
定員…… 10名
参加費… 500円
内容…… ウクレレを百歳になっても弾けるようになります(You Are My Sunshine、朝ドラ「ばけばけ」の曲等)。

2/24(火)19:00~20:00

講師…… 加藤早苗(ハワイアンウクレレ講師)
持ち物… ノート、筆記用具(ウクレレをお持ちでない方には貸出し)
会場…… 4階 第2集会室
メッセージ 小さく軽いウクレレはいくつになっても弾けます。ウクレレをお持ちの方はお持ちください。

姿勢改善の為のストレッチ

サークル名 らくらく姿勢改善ストレッチ
対象…… 18歳以上
定員…… 15名
参加費… 無料
内容…… 見た目だけではなく、肩こりや腰痛の予防や改善も目的としたストレッチをお伝えします。

2/25(水)10:00~11:30

講師…… 福井豊(パーソナルトレーナー)
持ち物… 動きやすい服装、飲み物
会場…… 6階 レクリエーションホール
メッセージ 身体の悩みは年齢のせいではありません。一緒にストレッチを行い、スッキリとした身体を手にしましょう!



はじめてでも楽しめる簡単ペアダンス「WeStepサルサ」

サークル名 WeStepサルサ
対象…… ペアダンスに興味のある方
定員…… 25名
参加費… 500円
内容…… ダンス未経験の方でも、簡単に始められるペアダンスです。お気軽にご参加ください。

2/27(金)18:30~20:30

講師…… 藤堂守平(WeStepサルサダンス講師)
持ち物… 動きやすい服装・履物、タオル、飲み物
会場…… 5階 多目的室
メッセージ サルサは誰もが気軽に楽しめるペアダンスです。海外のパーティでも即興で踊れるようになります。



フラは楽しい。「さあ、レッツフラ!」

サークル名 Na pua aloha
対象…… フラに興味のある方
定員…… 10名
参加費… 無料
内容…… ゆったりとしたハワイアン音楽に合わせてフラを踊りましょう。多忙な日々の中に癒しの時間を。

2/25(水)18:30~20:30

講師…… 鈴木裕美子(フラ講師)
持ち物… 飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装
会場…… 5階 音楽視聴覚室
メッセージ フラ初心者・経験者とも大歓迎です。フラの楽しさを体験してください。ようこそハワイアンタイムへ!



踊ってみよう! フラダンス

サークル名 Mahalo Hula
対象…… 18歳以上の女性
定員…… 10名
参加費… 500円
内容…… 初心者にはやさしいステップを教えます。曲に合わせて踊つてみましょう。

2/26(木)13:00~15:00

講師…… 中村友香(インストラクター)
持ち物… 動きやすい服装、飲み物
会場…… 6階 レクリエーションホール
メッセージ 初めての方、経験者、大歓迎です。



オカリナを吹いてみよう!

サークル名 くだん オカリナ ピアチエーレ
対象…… どなたでも
定員…… 20名
参加費… 500円
内容…… オカリナの持ち方や吹き方を学び、やさしい曲と一緒に奏でましょう。

2/27(金)10:00~11:30

講師…… 仲間知子(椿山音楽教室代表)
持ち物… 特になし
会場…… 6階 レクリエーションホール
メッセージ 楽器が初めての方も歓迎。やわらかな音色に癒されてみませんか。

プリザーブドフラワーで癒し花を作りましょう

サークル名 癒し花会
対象…… プリザーブドフラワーで作品を作つてみたい方
定員…… 8名
参加費… 3,000円
内容…… プリザーブドフラワーで素敵なお花を作れるように基礎からご指導いたします。

2/27(金)13:30~16:30

講師…… 藤堂光蓮(癒し花講師)
持ち物… 特になし
会場…… 4階 第2集会室
講師は、華道家假屋崎省吾 花教室 認定講師です。プリザードフラワーは、生花を加工して作られ数年間その美しさを楽しめます。

