

講座番号	講座名	日時	内容	受講料	定員	対象	締切
駒込 112	【東アジア文化都市2019豊島 関連】 二十四節気になんだ 中国養生料理 肖梅厨房主宰 程 肖梅 氏	10/16、 11/6・20 (水) 全3回 10:00～13:00	農耕民族の命脈とも言える二十四節気。「人間の五臓六腑の生理活動も大自然の変化に順応し同調するもの」という中国の伝統思想から節気養生料理を楽しみます。	4,500円	20名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	9/27 (金)
駒込 114	染井・駒込歴史再発見!① 「今井家略譜」から読み解く 妙義神社の歴史 [地] 巣鴨高等学校 講師 今井 孝之 氏	11/24 (日)・ 30 (土) 全2回 14:00～16:00	地域の歴史や文化を学ぶ地域学習講座。今回は、今井家が代々所蔵してきている『妙義坂乃神社縁起』等をもとに、豊島区最古の神社『妙義神社』と神社周辺の歴史を学びます。※11/30 歴史散歩	1,100円	25名	18歳以上	10/28 (月)
巣鴨 209	すがも健康講座 心臓と血管の病気について ～知って得する長生きの秘訣?!～ 板橋中央総合病院 循環器内科 主任部長 医師 太田 洋 氏	9/24 (火) 全1回 14:30～16:00	心臓病、血管の病気や高血圧について、また、循環器内科で使っている代表的なお薬についても説明します。心臓病の予防や長生きの秘訣もあわせて紹介いたします!	無料	60名	どなたでも 参加可	電話 申込 先着順
巣鴨 211	学んで楽しむマジック講座 マジシャン ジージョ 星 氏	11/2～23 (土) 全4回 13:30～15:00	見ても、やっても、見せても、楽しいマジック。指先や頭を使うので、健康維持にも役立ちます。身の回りのもの(ハンカチやコインなど)からローブやカードまで簡単に基本的なマジックをプロのマジシャンが伝授します。	3,000円	15名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/12 (土)
巣鴨 212	紅葉の三庭園を訪ね、 歴史を知る優雅な散歩 [区] 江戸東京史研究家 石田 勝彦 氏	11/21～12/5 (木) 全3回 14:00～16:00	皇室とゆかりのある新宿御苑、将軍の鴨場から公家や大名を招く庭園となった浜離宮、紀伊国屋や岩崎弥太郎により名石を集めた清澄庭園、秋深まる名園で江戸時代に思いを馳せる。	1,800円	15名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/31 (木)
南大塚 507	【東アジア文化都市2019豊島 関連】 手軽におせち [地] 女子栄養大学 生涯学習講師 倉持 光江 氏	11/7・14・28 (木) 全3回 14:00～16:00	一年のうちで最も重要な節目を祝うお正月。その時にいただく節供(おせち)にはいろんな意味があり、伝承していきたい日本の食文化です。迫るお正月に向けて、座学と実習を通して学びましょう。手軽な調理法や和食ならではの切り方などと一緒に学びます。	5,600円	12名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/3 (木)
南大塚 508	はじめての組みも ～やさしい組みも体験とその 魅力を知る～ 日本女子大学 家政学部被服学科 松梨 久仁子 氏	11/8 (金) 全1回 14:00～16:30	組みもの歴史や種類などを学び、手軽にできる組みもディスクを用い、キーホルダーを作ります。	1,300円	20名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/14 (月)
南大塚 510	ペットの飼い方と健康 ～ペットと楽しく暮らすには? ワンとニャン～ 久山獣医療病院 院長 久山 昌之 氏	11/10・17 (日) 全2回 14:00～16:00	ペットを飼う環境や知識、健康、死期まで見守ることの大切さを学びます。また、高齢者のペット支援などについても考えます。	1,200円	20名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/15 (火)
雑司が谷 308	【東アジア文化都市2019豊島 関連】 ゼロからはじめる囲碁入門講座 [区] うろうろ音楽会	11/5～12/17 (火) 全7回 14:00～16:00	囲碁のルールや実戦の打ち方などを学ぶ、初心者向けの講座です。アマチュア高段者がやさしく指導します。	5,000円	20名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/17 (木)
雑司が谷 309	「やさしい日本語」ワークショップ 一橋大学国際教育交流センター准教授 柳田 直美 氏	11/9 (土)・ 10 (日) 全2回 14:00～16:00	外国人と日本語で話すときに気を付けなければならないこと等を考えて、「つたわる日本語」コミュニケーションについて学びましょう。	1,200円	24名	豊島区内 在住・在勤・ 在学の18歳 以上	10/17 (木)
雑司が谷 310	雑司ヶ谷霊園に眠る偉人シリーズ 「勘定奉行・小栗上野介」 歴史研究家 あさくら ゆう 氏	11/23・30 (土) 全2回 10:00～12:00	小栗上野介の幕臣時代における台頭と勘定奉行としての苦悩を通じて、幕末の情勢を学びます。	1,200円	36名	18歳以上	10/31 (木)
千早 409	健康講座 笑いは健康のもと、小咄を読んでみよう! [区] 落語家 三遊亭圓密 氏	11/18 (月) 全1回 14:00～16:00	精力的に落語を広める活動をされている三遊亭圓密師匠の元気の秘密に迫ります。圓密師匠のやさしい指導の下、小咄を読んで脳の活性化につなげましょう!	500円	30名	区内在住・ 在勤・在学 の18歳以上	10/31 (木)
千早 410	美術講座 日本に魅せられた画家 「クリムトとゴッホ」 美術ジャーナリスト 斎藤 陽一 氏	11/26、12/3 (火) 全2回 14:00～16:00	近年、日本美術に対する関心が高まっています。今回は日本美術から大きな影響を受けたと言われている二人の画家、クリムトとゴッホを取り上げます。	1,100円	30名	区内在住・ 在勤・在学 の18歳以上	10/31 (木)

【 申込方法は表面へ 】