

京急百貨店の学び場×あそび場×集い場

COTONOWA

現地で感じる
新鮮な体験!



P3 DIYの親子講座



P4 布ぞうり

教室で学ぶ楽しみ!



P2 食品サンプル



P3 スクイーズ

お申込は、いつでもどこでも24時間受付の
インターネットが便利です!

※京急百貨店6階=総合サービスカウンター内
お客様カウンターでも承ります



お問い合わせ

京急百貨店 ※お電話でのお申込は承っておりません。

TEL 0570-045-848 (ナビダイヤル)

受付時間 / 午前10時～午後5時(水曜日を除く)

インターネット受付 受付時間:24時間

<https://cotonowa.jp/> 京急 COTONOWA

※各講座へのお申込には、COTONOWA会員登録が必要です。(入会金・年会費無料)



大人も子どもも楽しく学べる!

夏休みに旬や新しい講座



ママ&パパ

講座番号
25-01
10Fリヴァージュ

NEW!

親子で楽しく / ガチャマシンを作ろう

1DAY

※写真はイメージです。



バラレル
クリエイター
おもしろ ちかこ
大城 周子

●夏休みの工作にピッタリ!組み立てて、ステキにデコレーション!
自分らしいガチャマシンをつくって遊ぼう!



日時:8月2日(金) 午前10時20分~11時50分 受講料:税込**2,530円**、別途教材費 税込**1,760円**
定員:親子8組 16名様 最少催行人数 1組2名様 対象:4歳以上のお子さまと保護者様 持ち物:なし



ママ&パパ

講座番号
25-02
10Fリヴァージュ

NEW!

地球からの贈り物 / 鉱石実験と標本作り

1DAY

●自然に存在する石にはいろいろな種類があります。様々な鉱物を実際にさわって観察し、氷をあつという間にとかす石や、磨くと綺麗に光る石で体験学習を行います。実験した石は標本にして持ち帰ります。

※写真はイメージです。



キッズアース
専任講師

日時:8月17日(土) 午後3時30分~4時40分 受講料:**2,530円**、別途教材費 税込**3,740円** 定員:15名様 最少催行人数 5名様
持ち物:なし 対象:小学生(小学2年生以下は保護者同伴)



ママ&パパ

講座番号
25-03
10Fリヴァージュ

リアルを追求 / 親子でときめく食品サンプル教室

1DAY

※写真はイメージです。

ふわふわシロクマさんの
かき氷ライトを作ろう

●食品サンプルの技術を使って『ふわふわシロクマさんのかき氷ライト』を作しましょう。夏休みの自由研究にも最適です。沢山質問を用意してきててもよし!誰でも簡単に作れます。



一般社団法人
日本食品サンプル
アート協会認定講師

とみー
Tommy

日時:8月24日(土) ①午前10時30分~11時30分 ②正午~午後1時
受講料:各回 税込**2,530円**、別途教材費 税込**1,650円**
定員:①・②各回 親子10組20名様 最少催行人数 1名様
対象:3歳以上のお子さまと保護者様
持ち物:エプロンまたは汚れてもよい服装

10Fリヴァージュ ...京急百貨店10階=バンケットルーム・リヴァージュにて開催。

10Fサンティエ ...京急百貨店10階=つどいの場・サンティエにて開催。



1DAY



講座番号
25-04
10F リヴァージュ

リーズナブル雑貨を
タイルでおしゃれに

DIYタイルクラフト



日本ヴォーグ社
認定
タイルクラフト
講師

すがわら ひろみ
菅原 礼美

8月8日(木) 「イルカのLEDライト」親子向け

ガラスで出来たイルカモチーフと、夏にぴったりのガラスタイルを使い、7色に光るキレイなライトを作ります。親子で楽しく作れます。

日 時:午前10時15分~12時15分
受講料:税込2,530円、別途教材費 税込1,650円
定 員:親子7組14名様 最少催行人数 親子2組4名様
持ち物:エプロン、作品お持ち帰り用袋



「イルカのLEDライト」※デザインは一例です。



講座番号
25-05
10F リヴァージュ

グラスアート

●グラスアートは、イギリス発祥のフィルムステンドグラスです。地震が多い日本ではこの工法での建築施工がメジャーです。特殊フィルムとハンダに相当するリード線で作品を仕上げますのでステンドグラスの風合い作品が安価、短時間で制作出来ます。

1DAY



ブルーディア
アートサロン主宰
日本グラスアート協会
本部講師

しま
島 さおり

ブルーディアアート
サロン主宰
アートディレクター
日本グラスアート協会
本部講師
ホテル内施工や
個人宅施工の
他国内外で
コンクール受賞多数

7月27日(土) 可愛いアロハシャツの飾り立て

カラフルなシャツを制作。色はオレンジベース、青ベース2色から選べます。黒のアイアンスタンドに入れて完成させます。夏休みの工作にいかがですか？

8月19日(月) ひまわりのダストボックス

可愛いひまわり柄のダストボックスです。反対側は、イカリのマーク入りなので、夏が終われば反対側を出して飾っていただけます。夏休み、まだ工作が仕上がっていないお子様、お母様と一緒にご参加ください。

日 時:各回 午前10時30分~12時30分
受講料:各回 税込2,530円、別途教材費 7月 税込3,960円 8月 税込3,520円
定 員:各回 10名様 最少催行人数 3名様 対象:小学生~大人(小学4年生以下は保護者同伴) 持ち物:ハサミ
※フィルムの色は数種類から当日お選びいただけます。



「可愛いアロハシャツの飾り立て」



「ひまわりのダストボックス」

※写真はイメージです。



講座番号
25-06
10F リヴァージュ

かわいい・楽しい・おもしろい♪/ クリームフラッペ貯金箱/ 小さなビオトープ熱帯魚のハーバリウム

1DAY

- ①の時間帯で「クリームフラッペ貯金箱」
- ②の時間帯で「熱帯魚のハーバリウム」をつくります。

7月25日(木)

①午後1時~1時50分

ストロベリーかチョコレートをお申し込み時に選んでクリームフラッペ型の貯金箱を作ります。ホイップクリームを絞ったり、とろーりソースをかけたりして、本物みたいな美味しそうで可愛い貯金箱を完成させましょう。

②午後2時20分~3時

生きものの暮らす場所を『ビオトープ』と言います。まるで本物の熱帯魚が泳いでいるような水中空間を、ハーバリウムで表現してみましょう。

日本スイーツ協会認定講師

フォーチュン キャンディ
Fortune candy
いとう ひなみ
伊藤 仁美

日本スイーツ協会認定講師・日本食品サンプル
アート協会認定講師・うおたーぶに認定講師
◆年間100回以上のワークショップを開催

受講料:各回 税込2,530円
別途教材費 ①クリームフラッペ貯金箱 税込1,320円 ②熱帯魚のハーバリウム 税込1,320円
定 員:各回 10名様 最少催行人数 5名様 持ち物:汚れても良い服装、作品お持ち帰り用袋、ウェットティッシュ
対 象:5歳~大人まで(小学生以下は保護者同伴)



「クリームフラッペ貯金箱」



「熱帯魚のハーバリウム」

※写真はイメージです。

…継続…前期からの継続講座、および今期より新規受講可能講座です。 1DAY …1DAY講座です。 連続 …連続講座です。 体験 …体験講座です。



大人も子どもも楽しく学べる!

夏休みに旬や新しい講座



講座番号
25-07
10Fリヴァージュ

ソラフラワーで夏休み / SDGsの実践 うちわを作る

1DAY

※写真はイメージです。



ソラフラワーズ
協会会長
あみの たえこ
網野 妙子

ソラフラワーズ
協会会長
ブリザーピング
フラワーズ
協会会長
アーティフィシャル
フラワーズ
協会会長
トロッケン
ゲシュテック
会長

- 自然素材を使った素敵なアレンジに心豊かになります。ソラを使ってCO2削減に貢献しています。

日程	テーマ
7月26日(金)	夏の暑い省エネ対策としてソラフラワー、ソラペーパーで作るうちわ作り 2枚お作りいただきソラフラワーでのSDGs、サステナブルを 実践していただきます。夏休みの宿題にも!

日 時:午後2時~3時30分
 受講料:税込**2,750円**、別途教材費 税込**2,200円**(2枚作成)
 定 員:20名様 最少催行人数 3名様
 持ち物:ハサミどんなはさみでもOK、あればグルーガンと
 グルースティック、作品お持ち帰り用袋
 対象年齢:小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)



講座番号
25-08
10Fリヴァージュ

NEW!

裸足で健康 / 布ぞうり&ハーフぞうり

1DAY

※写真はイメージです。

- ご自分の足のサイズに合わせてお作り出来ます。
2回で1足制作(布ぞうり)
- つま先からご自分の足の半分ぐらいまでの大きさで、ハーフサイズを作ります。
まずは作り方や履き心地を感じてみてください。
1回1足制作(ハーフ)

日 時:7月12日(金)、7月19日(金) 各回 午後1時30分~4時
 受講料:各回 税込**2,750円**
 別途教材費 1回参加(ハーフサイズ)税込**3,300円**
 2回参加(通常サイズ)税込**4,500円**
 定 員:各回 10名様 最少催行人数 2名様
 持ち物:ハサミ、木綿糸(白でも黒でも可)、物差し(メジャーでも可)

こやぎの布草履
講師
こやぎ



講座番号
25-09
10Fリヴァージュ

スマホから離れて粘土に触れてみませんか / クレイクラフト

1DAY

- 軽量粘土を使って、好きな色で楽しいクラフトタイムを楽しみましょう。

7月27日(土)「夏休みの宿題にも!野菜の時計」

粘土で作ったかわいいお野菜で壁掛け時計を作ります。



DECO
クレイクラフト
公認講師
ふじの くにこ
藤野 邦子
クレイフラワー、
花のくに主宰



「夏休みの宿題にも!野菜の時計」

8月31日(土)「幸せを招く猫」

かわいい招き猫ちゃんのフレームアレンジで
ハッピーハッピー!



「幸せを招く猫」

9月28日(土)「大人かわいいハロウィンパンプキン」

今年のハロウィン飾りはキラキラでゴージャスな
パンプキンはいかがでしょうか。



「大人かわいいハロウィンパンプキン」

※写真はイメージです。

日 時:7月・9月 午後1時~3時 8月のみ 午前10時30分~12時30分 受講料:各回 税込**2,750円**、別途教材費 税込**2,200円**
 定 員:各回 10名様 最少催行人数 1名様 対 象:年齢10歳~大人

10Fリヴァージュ ...京急百貨店10階=バンケットルーム・リヴァージュにて開催。

10Fサントイエ ...京急百貨店10階=つどいの場・サントイエにて開催。

現地集合 ...現地集合・現地解散となります。

見て「楽しい」作って「楽しい」彩り時間を体験しよう☆

講座番号
25-10
アート&カルチャー
10F リヴァージュ

1DAY

リーズナブル雑貨をタイルでおしゃれに / DIYタイルクラフト



日本ヴォーグ社
認定
タイルクラフト講師
すがわら ひろみ
菅原 礼美

7月11日(木)

「ガラススタイルのペアコースター」

光の加減でオーロラのように光るガラスのタイルを使い、高級感のあるおしゃれな四角いコースターを、ペアで2枚作ります。

「ガラススタイルのペアコースター」
※デザインは一例です。



9月12日(木)

「タイルと壁紙のアートパネル」

ウィリアムモリスの代表的デザインのひとつである「ウィローボウ」の輸入壁紙を使用。様々なかたちのタイルを自由に貼り、世界にひとつだけのアート作品を作ります。

「タイルと壁紙のアートパネル」
※デザインは一例です。



日時:各回 午前10時15分~12時15分 受講料:各回 税込**2,530円**、別途教材費 7月 税込**1,760円** 9月 税込**1,980円**
定員:各回 15名様 最少催行人数 4名様 持ち物:エプロン、作品お持ち帰り用袋、牛乳パックを下から10cmくらいの高さで切った容器(7月のみ)

講座番号
25-11
アート&カルチャー
10F リヴァージュ

1DAY

花の折り紙【中・上級者向け】

●拙著「進化するバラの折り紙」掲載の作品を中心に講習を行います。

7月13日(土) 「バラM1」

花芯に新しい構造の「多重ねじり折り」を採用したバラです。「多重ねじり折り」をマスターしていただくための簡単なモデルです。



※順次レベルが上がってゆきますので、3講座続けてのご受講をおすすめします。

8月10日(土) 「バラN6」

スタンダードな「ねじり折り」を使ったバラです。次回のバラM6の原型になった作品です。



9月14日(土) 「バラM6」

前回のバラN6の花芯を「多重ねじり折り」に置き換えたバラです。密度の高い花芯とふくらした外周花弁をお楽しみください。



※写真は講師制作の作品例です。



日本折紙協会認定
折紙講師
なか かずたか
中一隆

講師紹介
「立体構造を楽しむ」バラの折り紙
ISBN 9784802092289
「折り紙のバラとくすたま」
ISBN 9784529059133
「進化するバラの折り紙」
ISBN 9784802084055

講師ブログ
「薔薇と折り紙の日々」
<http://naka-origami.cocolog-nifty.com/>
Instagram
<https://www.instagram.com/kazutaka.naka/>

日時:各回 午後1時30分~3時30分 受講料:【1DAY】各回 税込**3,850円**、別途教材費 税込**330円**
※3回まとめてお申し込みの場合、受講料 税込**9,900円**、別途教材費 税込**990円**でお申込みいただけます。 定員:各回 10名様 最少催行人数 4名様
持ち物:筆記用具、竹串、定規(30cm)

講座番号
25-12
アート&カルチャー
ママ&パパ
10F リヴァージュ

1DAY

本革で作る、長く使っていい味出そう / レザークラフト

7月1日(月) 午前10時15分~12時15分

「花のブローチ*革の造形その1と染色体験」

帽子やバックにつけても素敵!



シンプルレザー
クラフト
ジュン主宰
なかがわ じゅんこ
中川 淳子



ブローチ 約7cm

8月5日(月) 午前10時15分~12時15分

「トレーとダックスフンドのストラップ*革の造形その2と楽しい模様付けをたっぷり!」

ダックスフンドはネームが入られます。



ダックスフンド 体長9cm、トレー 9cm×9cm×1.5cm

9月2日(月) 午前10時15分~12時15分

「刻印の組み合わせで立体感を出す、革工芸の醍醐味、唐草模様チャレンジ!」



唐草トレー 11×17×1.5cm ※写真はイメージです。

受講料:各回 税込**2,530円**、別途教材費 7月 税込**1,650円** 8月 税込**1,650円** 9月 税込**1,650円**
定員:7月 6名様 8月 8名様 9月 5名様 最少催行人数 3名様 持ち物:7月のみ染色をするのでエプロンをお持ちください。
※8月は夏休みなのでお子様向け講座です。幼稚園の年長さんから大人までご参加いただけます。小学3年生以下は親子でお願いします。

…前期からの継続講座、および今期より新規受講可能講座です。 1DAY …1DAY講座です。 連続 …連続講座です。 体験 …体験講座です。



くらしに役立つ食と体験の講座



講座番号 **25-13** **OK途中受講可** **→継続** **連続**
 教養&スキルアップ **10Fリヴァージュ**

シニアソムリエによる ワインの本質にせまる [上級講座]

●年間150回のセミナーで講師を務め、年間5,000種類のワインをテイスティングするシニアソムリエによる、ワインの本質にせまる上級講座です。代表的なブドウ品種の個性の見極めを中心に、生産地の違いや造り方によって、味わいがどのように変化するか、さらに中高級品との格の違いを見極め、品質と価格の相関を学びます。
 ●毎回テーマに沿ったワイン4〜5種をテイスティングします。
 ※定員に空きがある場合、途中回からの受講可。

連続講座 ワイン上級講座	
日程	テーマ
7月6日(土)	ソーヴィニヨン・ブラン 爽快感を際立たせる酸の意味
8月3日(土)	メルロ 近代ワインとしての寵児としての可能性
8月31日(土)	ピノ・ノワール 世界を魅了する可憐な個性

日時:午後1時30分〜3時30分
 受講料:3回セット 税込**9,900円**、別途教材費 税込**5,940円**
 定員:12名様(対象年齢20歳以上) 最少催行人数 6名様

日本ソムリエ協会認定シニアソムリエ いざわしげの **伊澤 成典**

講座番号 **25-14** **夜講座** **1DAY 特別イベント** **1DAY**
 教養&スキルアップ **10Fリヴァージュ**

90分でワインの基礎を覚えて ワインが楽しくなる体験講座

●体験講座という事でワインについての基礎を覚えて頂くと同時に、その日から役立つワイン選びの豆知識を知って頂き、実際に4種類のワインをテイスティングして頂きます。講座の終了時には、ワインの味わいが何に由来しているのかを理解する事で、初めて目にするワインでもその味わいが想像できるようになります。

日時:7月5日(金)、8月23日(金)、9月27日(金) 各回 午後6時〜7時30分
 受講料:各回 税込**3,300円**、別途教材費 税込**1,980円**
 定員:各回 12名様(対象年齢20歳以上) 最少催行人数 6名様

日本ソムリエ協会認定シニアソムリエ いざわしげの **伊澤 成典**

講座番号 **25-15** **夜講座** **→継続** **連続**
 教養&スキルアップ **10Fサンティエ**

酒匠が教える!〜全国津々浦々〜 / 日本酒を巡る

●毎回都道府県を選びテーマを決め、県の説明、お酒やおつまみの特徴をお話し、その県のお酒とおつまみを味わっていただきます。
 ●日本酒をご愛飲されている方や、日本酒の知識を学びたい方、色々な方に広く楽しんでいただけます。

※現在満席のため、新規お申込を停止しております。空席が出次第、ご案内いたします。

酒匠 日本酒学講師 嗜酒師 SAKE DIPLOMA 日本酒・発酵 ライフデザイナー **はたやま なつこ**

日時:7月19日(金)、8月16日(金)、9月20日(金) 午後7時30分〜9時
 受講料:3回セット 税込**8,910円**、別途教材費 税込**8,085円** 定員:16名様(対象年齢20歳以上) 最少催行人数 8名様

講座番号 **25-16** **NEW!** **1DAY**
 ヘルス&ビューティ **10Fリヴァージュ**

変わり豆で作る・美味しく健康に美しく! / ひよこ豆の手作り味噌

●素材にこだわった美味しい味噌をひよこ豆で作ります。甘味があり、市販のものとはひと味違うオリジナルの味を楽しみましょう。

栄養士・栄養医学指導師 たんどう ゆきこ **丹藤 祐親子**
 味噌作り講師、発酵食品講師(味噌、醤油麹・塩麹、水キムチ)、手作り加工肉(ソーセージ・ハム)講師、キッズクッキング講師 活動中

日時:7月27日(土) 午後3時30分〜5時 受講料:**2,530円**、別途教材費 税込**1,320円**(850g) 定員:12名様 最少催行人数 3名様
 持ち物:エプロン、手拭きタオル、お持ち帰り用袋

10Fリヴァージュ …京急百貨店10階=バンケットルーム・リヴァージュにて開催。

10Fサンティエ …京急百貨店10階=つどいの場・サンティエにて開催。

現地集合 …現地集合・現地解散となります。



1DAY



講座番号
25-17
10F リヴァージュ

薬膳を知ろう! / 暮らしの健康薬膳

- 日々食べている身近な食材や薬茶で薬膳の知識を紹介します。
- テーマに合わせた試食付き。

日程	テーマ
8月22日(木)	夏の食べ物で薬膳養生
9月26日(木)	秋の食べ物で薬膳養生



あなたスタイル薬膳®
Kazen代表
国際中医薬膳師・中医薬膳營養師
日本温活協会認定温活士
かみむら けいこ
上村 佳子

旬の食材の
薬膳効能・料理を学んで
季節の変化に負けない体と心を
目指しましょう

日時:各回 午後1時30分~3時
受講料:各回 税込**3,300円**、別途教材費 税込**1,320円**
定員:各回 12名様 最少催行人数 5名様 持ち物:タオル
※メニューはテーマに沿ったメイン料理、副菜、薬茶を試食



※写真はイメージです。



講座番号
25-18
10F リヴァージュ

日本の四季を愛でる / おもてなしテーブル茶道

1DAY

- みなさまにはそれぞれに茶筌でお茶を点ててお楽しみいただきます。
- 懐紙や菓子切りの使い方、和菓子、抹茶のいただき方など、日常楽しめる茶の湯を体験しましょう。
- 毎回、季節ごとに京急百貨店の地下1階=諸国銘菓【夢うらら】のおすすめのお菓子をご紹介します。

日本テーブル
茶道協会
代表理事
かんばやし ひろこ
神林 浩子



日程	時間	テーマ
7月16日(火)	各回 午前10時20分~正午	蓮始開
8月20日(火)		処暑
9月17日(火)		白露

受講料:各回 税込**4,400円**(材料費含む) 定員:各回 12名様



講座番号
25-19
10F リヴァージュ

NEW!

1日でJFA認定資格が取得できる / 認知症心理士講座

1DAY

- 認知症の特性を理解することで介護負担の軽減に繋がるカリキュラム。正しい対応法や予防法、認知症に伴う財産管理まで広く学びます。



JFA認定講師/一般社団法人
日本FUTURE ACADEMY
育成協会 主宰
きくち 幸子



令和元年より、地元のカルチャーセンターで、チェアdeヨガインストラクターとして現在も活動中。令和2年より、資格講座を関東エリアのカルチャーセンターで行わせていただいております。

日時:8月9日(金) 午後1時30分~4時
受講料:**11,000円**、別途教材費 税込**11,000円**
定員:12名様まで 最少催行人数 2名様 持ち物:筆記用具
※教材費:テキスト・認定証付、コンサルティング料含む ※年会費などはございません。



→継続 ← 前期からの継続講座、および今期より新規受講可能講座です。 1DAY …1DAY講座です。 連続 …連続講座です。 体験 …体験講座です。

“わたし”がもっと高まる時間を過ごそう☆ Skill Up!!

講座番号
25-20
アート&カルチャー
10Fリヴァージュ

＼気軽に始める / 水墨画

連続

講座実施イメージ



水墨画会
奏墨 主宰
水墨画家
うらただし
浦正

- 初めての方にもわかりやすく、水墨画の基本的な筆づくり、筆づかいなどを体験していただきます。
- 季節の草花など多彩なお題を経験者・初めての方それぞれがご自分のペースでステップアップしながら学ぶことができます。

講師作品



日時:7月5日(金)、8月2日(金)、9月6日(金)
午後1時30分～3時30分
受講料:3回セット 税込**11,550円** 定員:10名様
持ち物:筆、画仙紙、墨、硯、毛せん(白)、絵皿(白)2枚
(お持ちでない場合は、初回講座内で必要分を講師より直接購入できます。参考価格:上記持ち物一式 税込**7,590円**)

講座番号
25-21
アート&カルチャー
10Fリヴァージュ

OK途中
受講可

→継続→

＼リアルからラフスケッチ淡彩まで / 写真から描く水彩画

体験 連続

- 主に水彩の風景画ですが、人物・ペット・花等、描く元の写真があればジャンルは問いません。
- 写真を元に描くので、基本レッスンも必要なく、旅先のスケッチにも役立ちます。
- 初めての方は、手ぶらでご参加できる初回体験よりご参加ください。

日本大学芸術学部
美術学科卒 水彩画家
とてうち やす お
堤内 康雄



講師作品



初回
体験

初回体験を受講後、次回以降のお申込をご検討いただけます。
7月20日(土)午後1時～3時
※作業ペースにより早く終わる可能性あり
テーマ:「初めての水彩画」 体験受講料 税込**1,100円** 定員:4名様
持ち物:なし(手ぶらでお越しください)

連続
講座

日時:7月20日(土)※初回体験含む、8月17日(土)、9月21日(土) 午後1時～3時
受講料:3回セット 税込**9,900円**、別途教材費 税込**550円**(新規の方のみ)
※初回体験から受講の場合、残り2回分の受講料と教材費をお支払いいただけます。
定員:12名様
持ち物:水彩画道具一式(ホルベイン水彩絵具(12色か18色セット)、彩色筆(中、大)、2B以上の鉛筆、2回目以降初回道具セット)

講座番号
25-22
アート&カルチャー
10Fリヴァージュ

＼イロドリの糸の世界へようこそ / 糸かけ曼荼羅

1DAY

- 糸かけ曼荼羅は見た目の美しさはもちろん、無心になって糸をかけることで、自分自身の内面と静かに向き合う瞑想のような時間を持つことができます。
- 基本の糸かけ曼荼羅から、インテリアにもできる応用作品を作ります。
- 32ピンは糸かけの基本的な作品です。素数でかけていくと素敵な円になります。



※継続の方は色々な作品をかけていただけます。



糸かけアートセラピー
くろししまゆみ
黒石 万由美

	日程	テーマ
1DAY	7月25日(木)	初心者向け 作品32ピン(15×15cm)
	8月22日(木)	
	9月26日(木)	

日時:各回 午前10時15分～12時15分
受講料:各回 税込**3,300円**、別途教材費 税込**3,090円** ※テキスト、ネイルガイド、糸かけペンをお持ちでない方は、税込**4,190円**でご購入いただけます。
定員:各回 10名様 最少催行人数 2名様 持ち物:タオル、ハサミ(糸切り用)、眼鏡(必要な方)

10Fリヴァージュ …京急百貨店10階=バンケットルーム・リヴァージュにて開催。

10Fサンティエ …京急百貨店10階=つどいの場・サンティエにて開催。

現地集合 …現地集合・現地解散となります。



講座番号 **25-23** 1DAY
 教養&スキルアップ 現地集合 10Fリヴァージュ

実践でわかりやすく学ぶ / カメラ撮影テクニック

※写真はいずれもイメージです。

- お持ちのカメラ機能をもっと使いこなせるように撮影のプロが丁寧に解説します。実践では現地でテーマに合わせて撮影テクニックを楽しみながら撮影します。初心者大歓迎です。
- お持ちのカメラに搭載された機能を、状況に合った設定にすると、いつもの写真が大きく変化します♪
- 8月は座学を実施。過去に服部先生の実践講座で撮影されたお写真を先生が解説・分析します。

日時:各回 午後2時~4時 受講料:各回 税込**3,850円**
 定員:各回 12名様 最少催行人数 5名様
 持ち物:7・9月カメラ(スマートフォン可)、飲物、雨具
 8月 カメラ(スマートフォン可)、USBメモリ(過去に講座で撮影したデータ10枚程度をjpeg形式にてお持ち下さい。)

7月27日(土) 不忍池のハス
 9月28日(土) お寺と彼岸花

日程	テーマ	集合時間	集合場所
7月27日(土)	不忍池のハス	午後2時	上野公園 西郷隆盛像前
8月24日(土)	作品講評会	午後2時	京急百貨店10階=バンケットルーム・リヴァージュ
9月28日(土)	お寺と彼岸花	午後2時	小田急線「高座渋谷駅」西口改札前

フォトグラファー 服部 考規 (はつなりの)

※歩きやすい靴でお越しください。
 ※雨天決行。悪天候等により中止となる場合、前日の午後5時までにご連絡いたします。
 ※8月の講評会は受付された方からパソコンへデータを移します。データは当日のみ使用し、終了後は速やかに削除します。

講座番号 **25-24** 1DAY
 教養&スキルアップ 10Fリヴァージュ

初心者の方に 手話を基礎から

- 初めての方に手話の基礎から始めるコースです。
- 各回テーマごとに、基礎的な手話を楽しく学んでいきます。

手話技能検定インストラクター 中川しおり

日程	テーマ
7月13日(土)	『好き・嫌い』ピーマンは好きですか?
8月10日(土)	『数字』犬が10匹…手話でやると?
9月14日(土)	『季節』春は好きですか?

日時:各回 午前10時50分~正午
 受講料:各回 税込**3,040円**、別途教材費 税込**110円**
 定員:各回 15名様 最少催行人数 6名様

講座番号 **25-25** 1DAY
 教養&スキルアップ 10Fリヴァージュ

やさしい手話

- 職場やボランティアで小さなお手伝いのきっかけに。
- 各回テーマごとに、基礎的な手話を楽しく学んでいきます。

手話技能検定インストラクター 中川しおり

日程	テーマ
7月11日(木)	『時系列』昨日、今日、明日…
8月8日(木)	『時系列』去年、今年、来年…
9月12日(木)	場面を手話で…『明日までに必要です』

日時:各回 午後3時30分~4時40分
 受講料:各回 税込**3,040円**、別途教材費 税込**110円**
 定員:各回 15名様 最少催行人数 6名様

講座番号 **25-26** 連続
 アート&カルチャー OK途中受講可 10Fリヴァージュ

季節の便りを書いて、字も上手に! 尾崎洋子の筆遊び彩書

●字離れのこの時期だからこそ、字に親しみ、親しい方に手紙を書いてみましょう。

読売書法会理事 審査員 「筆遊び彩書」主宰 尾崎 洋子

日時:7月12日(金)、8月9日(金)、9月13日(金)
 午前10時30分~正午
 受講料:3回セット **8,250円**、別途教材費 税込**3,300円**
 ※途中からの受講の場合、残りの回数分の受講料と教材費をお支払いいただけます。
 定員:12名様 最少催行人数 5名様
 持ち物:ポケットティッシュ、書道用下敷き

講座番号 **25-27** 連続 体験
 教養&スキルアップ OK途中受講可 10Fリヴァージュ

挨拶だっておもてなし ニーハオ!中国語講座

●「標準中国語」の応用会話編教材を使って、身近な対話の練習をします。
 ●中国語中級レベル内容がわかりやすく理解できるよう、文法や表現のポイントを一つひとつ丁寧に教えます。
 ●中国語初級レベル内容が多少出来た方がぜひお越しいただき、皆さんで楽しみながら”おもてなし”をしましょう♪

初回体験 7月6日(土) 午前10時15分~11時30分 体験受講料 税込**3,080円**

中国語講師 覃 道静 (ちん だお じん)

日時:7月6日(土)、7月20日(土)、8月3日(土)、9月21日(土)、9月28日(土)(8月17日の振替) 午前10時15分~11時30分
 受講料:5回セット 税込**15,400円**
 別途教材費 税込**3,190円**(新規の方のみ)
 ※初回体験から受講の場合、残り4回分の受講料と教材費をお支払いいただけます。
 定員:8名様 最少催行人数 3名様 持ち物:筆記用具、ノート

→継続 ← 前期からの継続講座、および今期より新規受講可能講座です。 1DAY …1DAY講座です。 連続 …連続講座です。 体験 …体験講座です。



講座番号
25-28
10F リヴァージュ



心と身体をゆるりと感じて整える /
アーユルヴェーダヨガ

体験 連続



ヨガ講師
アーユルケアリスト®
認定講師
しま
みかの島みか

- インド・スリランカの伝統医学『アーユルヴェーダ』の理論に基づいて、心と身体をケアしていくヨガレッスンです！
- 季節や時間に合わせたポーズやセルフマッサージをしながら整えていきます。
- ご自分の今の状態・体調に合わせて身体を動かすので、初心者の方でも無理なくご参加いただけます。



初回体験
初回体験を受講後、次回以降のお申込をご検討いただけます。
7月8日(月)午前10時30分～11時45分
体験受講料 税込2,750円



実施イメージ



日時:7月8日(月)※初回体験含む、7月22日(月)、7月29日(月)(8月12日の振替)、8月26日(月)、9月9日(月)、9月30日(月)(9月23日の振替) 午前10時30分～11時45分
受講料:6回セット 税込**16,500円** ※初回体験から受講の場合、残り5回分の受講料をお支払いいただきます。
定員:10名様 最少催行人数 5名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



講座番号
25-29
10F リヴァージュ



いつまでも動ける、歩ける体をつくる /
背骨コンディショニング

連続



一般社団法人
背骨コンディショニング
協会
公認スペシャリスト
こいけななこ
小池奈々子

- 背骨の土台『仙骨』がゆがむことで背中や首もゆがみます。そして腰痛や肩こりなどさまざまな症状を引き起こしやすくなります。
- ゆがんだ骨をゆるめ、仙骨枕で矯正、そして簡単な筋トレでゆがみを整えて充実した毎日を目指していきましょう。



実施イメージ

日時:7月8日(月)、7月22日(月)、8月26日(月)、9月9日(月)、9月30日(月)
午後1時～2時30分
受講料:5回セット 税込**13,750円**
※別途「仙骨枕 税込2,000円」と「セラバンド 税込2,300円」を講師よりご購入いただけます。
(お持ちでない方のみ)
定員:10名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



講座番号
25-30
10F リヴァージュ



心を整え、カラダを引き締め、
しなやかな体づくりを目指します /
ストレッチプラス+

体験 連続

- バレエ、ヨガ、禅、ピラティスなどの理論、哲学を取り入れた独自のメソッドで、全身をバランスよくトレーニングします。心と体を鍛え、健康で怪我の予防にも繋がる体づくりを目的とします。
- プラス+の意味とは…バレエやヨガの動きを取り入れることで、ストレッチ効果だけではなく、若さやしなやかさ、美しい姿勢を作り出します。クラシック音楽に合わせて運動することにより、リラクゼーション効果も体感できます。



初回体験
初回体験を受講後、次回以降のお申込をご検討いただけます。
7月8日(月)午後3時15分～4時30分
体験受講料 税込2,750円



日時:7月8日(月)※初回体験含む、7月22日(月)、7月29日(月)(8月12日の振替)、8月26日(月)、9月9日(月)、9月30日(月)(9月23日の振替) 午後3時15分～4時30分
受講料:6回セット 税込**16,500円**※初回体験から受講の場合、残り5回分の受講料をお支払いいただきます。
定員:10名様 最少催行人数 4名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル

バレエ講師
ボディ
メンテナンス講師
もはやまみの
外山美典





講座番号

25-31

10F リヴァージュ



脳トレに最適!! / 女性マージャン教室

連続



ニューロン麻雀
スクール講師

おわたに みき
大谷 美記

- 麻雀は一度覚えたら、飽きることなくずっと楽しめる「最高の脳トレゲーム」です。
- 楽しみながら少しずつ覚えられるように、女性インストラクターが丁寧にわかりやすく指導いたします。
- なごやかな雰囲気の中で、楽しく会話しながら麻雀を楽しんでみませんか。



講座実施イメージ

日 時:7月9日(火)、7月23日(火)、7月30日(火)(8月13日の振替)、8月27日(火)、9月10日(火)、9月24日(火)

①午前10時15分～12時15分 ②午前12時45分～午後2時45分

受講料:6回セット 税込16,500円、別途教材費 税込1,001円(新規の方のみ) 定員:①・②各16名様 最少催行人数3名様
持ち物:筆記用具 対象:基本的なルールをご存じの方(自力でテンパイ→リーチできる)



講座番号

25-32

10F リヴァージュ



バレエの動きを使って癒しのゆったり身体づくり /

体験 連続

リラクゼーション柔軟教室

- アロマの香りの中、バレエの簡単な動きを取り入れながら、かたくなった身体をゆるめ、筋肉をしなやかにしましょう。
- 毎回ヨガの呼吸法を使って進めていきますので、初めての方も安心してゆったりとした気持ちでご参加いただけます。
- 講座前後で心と身体の変化を体感してみましょう。



実施イメージ



ホワイトスワン式
バレエヨガ考案者
主宰

にのみや ふじこ



初回体験を受講後、次回以降のお申込をご検討いただけます。
7月4日(木) 午前10時30分～11時45分
体験受講料 税込2,420円

日 時:7月4日(木)※初回体験含む、7月18日(木)、8月1日(木)、8月29日(木)(8月15日の振替)、9月5日(木)、9月19日(木) 午前10時30分～11時45分

受講料:6回セット 税込14,520円

※初回体験から受講の場合、残り5回分の受講料をお支払いいただきます。

定員:10名様 最少催行人数1名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



講座番号

25-33

10F リヴァージュ

ご年齢を問わず、どなたでも始められます

1DAY

ゆる体操

- 大事なものは何歳になっても体を固まらせずにゆるめること。いつの間にか固まり縮んでしまいがちな体の、コリやこわばり、ゆがみを取って、健康維持・運動能力維持に役立てます。
- さあ力を抜いて、寝たまま、座ったままのラク～な動きから。ご自身のお体に合わせて無理なく続けてまいります。



NPO法人
日本ゆる協会公認
ゆる体操
準指導員1級
ひらさわ ゆりこ
平澤 由理子

日程		
7月18日(木)	8月29日(木)	9月19日(木)

※各回申込可

日 時:各回午後1時～2時30分 受講料:各回 税込2,750円

定員:各回10名様 最少催行人数1名様

持ち物:動きやすい服装、靴下着用、飲物



講座番号

25-34

10F リヴァージュ

やさしい健康太極拳

1DAY

- 健康長寿と脳の活性化を目指しましょう!長い腹式呼吸とゆったりしながら運動量が多い気功太極拳は、筋肉の萎縮や老化を防ぎ、免疫力が付き健康になります。更に腰痛や膝痛の予防にもなります。マイペースに運動しながら血流をよくして心身共に整えましょう!



楊名時太極拳
講師
おうち あやの
大内 文乃
気功八段錦太極拳範

日程	テーマ
7月29日(月)	体幹を整えて免疫力を高める!
8月16日(金)	気功を通して基礎代謝を上げる!

※各回申込可

日 時:各回午後1時～2時 受講料:各回 税込2,750円

定員:各回10名様 最少催行人数4名様

持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル、低底の柔らかい運動靴

…前期からの継続講座、および今期より新規受講可能講座です。 1DAY …1DAY講座です。 連続 …連続講座です。 体験 …体験講座です。



インターネット受付 受付時間:24時間

<https://cotonowa.jp/> 京急 COTONOWA

※パソコン・タブレット・スマートフォンのみ対応となります。

1. 会員登録(入会金・年会費無料)

初めての方は、申込前にホームページ右側の「会員登録」より、会員登録を行ってください。(会員番号(ログインID)とパスワードは次回ログイン時に必要です。)

※登録の際は、メールアドレスが必要となります。

※@mediaseek.co.jpドメインよりメールをお送りいたします。

2. 講座の仮申込

ログイン後、講座検索または講座一覧よりご希望の講座を選択し、画面下の「申込確認画面へ」をクリック。内容をご確認のうえ、「仮申込をする」をクリックしてください。

続けて他の講座を申込む場合は、同じ操作を繰り返してください。

※満席の場合はキャンセル待ちを承ります。

【ご注意】この時点ではお申込は完了していません。席は確保しておりますが、お支払いをもって申込成立となります。

3. お支払い

●クレジットカード払い・コンビニ払い

仮申込講座一覧にて、左側の支払いボックスにチェックを入れ「次へ」をクリックしてください。お支払い方法を選択の上、手順に沿って操作ください。

●店頭払い 6階=総合サービスカウンター内お得意様カウンターにお越しください。

【お支払期限】講座実施7日前

※お支払いがお済みでない場合、教材等の準備のため、講座実施10日前より参加確認のご連絡をさせていただく場合がございます。

店頭受付 受付時間:午前10時~午後5時(水曜日を除く)

上大岡 京急百貨店

6階=総合サービスカウンター内お得意様カウンター

1. 講座の仮申込(会員登録)

直接カウンターにお越しください。お申込用紙へご記入いただきます。初めての方は、会員登録を行います。

※登録の際は、メールアドレスが必要となります。

※満席の場合はキャンセル待ちを承ります。

2. お支払い

お支払い方法は、現金払い・京急プレミアポイントポイント券・各種商品券・クレジットカード払い・京急百貨店友の会オカスカクラブお買物カード・電子マネー・コード決済が選べいただけます。

●京急プレミアポイントが税込220円につき1ポイント付与されます。

●ポイントは講座参加月の翌月末までに付与されます。

【ご注意】お支払いをもって申込成立となります。

【お支払期限】講座実施7日前

※お支払いがお済みでない場合、教材等の準備のため、講座実施10日前より参加確認のご連絡をさせていただく場合がございます。

●参加当日

●原則、講座実施に関する事前案内書はございません。会報誌およびホームページの講座詳細をご確認ください。

●一定の人数に満たない場合、講座が中止となる場合がございます。その場合、原則として実施日の7日前までにご連絡いたします。

●別途記載がある場合を除き、講座実施の10分前より受付を開始いたします。受付にてお名前をお申し出ください。

●講座のご参加時は駐車サービスの対象外とさせていただきます。

お申込のキャンセル・変更について

店頭もしくは表紙に記載のお問合せ先へお電話にてお申し出ください。受付時間/午前10時~午後5時(水曜日を除く)

●キャンセル料

7日前まで	キャンセル料は発生しません(受講料は全額返金)
6日~前日	全講座一律税込1,100円を頂戴いたします。 ※お支払いがお済みでない仮申込の方を含む
当日以降	受講料全額を頂戴いたします

※仮申込のキャンセルはホームページからも可能です。

※キャンセル待ち登録の取り消しはお電話にてお申し出ください。

※連続講座の場合、1回目の講座開始以降のキャンセルはお受けできません。

※お客様都合によるキャンセルの場合、現金書留にてご返金希望の場合は、郵送料はお客様のご負担となります。

入会について

- 講座お申込の際は申込者それぞれの会員登録が必要です。
- 会員証の発行はございません。お問合せ等の場合はお名前とお電話番号をお申し出ください。
- COTONOWA会員様には、Eメール・郵送などによりCOTONOWAならびに京急百貨店の各種ご案内を送付いたします。
- ご登録いただいた個人情報につきましては、株式会社京急百貨店のプライバシーポリシーに則った取り扱いをいたします。
- 2年間講座のお申込が無い場合、自動退会となります。
- 退会をご希望の場合、お電話もしくはホームページのお問合せフォームよりお申し出ください。
- 入会時にご登録の京急プレミアポイントカードに講座受講後、税込220円につき1ポイントが付与されます。

講座について

- 天災・悪天候等のやむを得ない事情により、代理講師による講義または休講となる場合がございます。
- 継続受講優先のお申込受付期間を設定しております。
- 万一、講座中に傷病などが発生した場合、応急の処置はいたしますが、明らかな運営者の過失の場合を除き、賠償の責は負いません。

会場ご案内

京急百貨店 |

10階 バンケットルームリヴァージュ

京急百貨店10階=青のエレベーターを降りて正面 プuffエ&パーティ「ザ プuffエニューマーケット」の右隣が会場です。

京急百貨店 |

10階 つどいの場・サンティエ

京急百貨店10階=緑のエレベーター側化粧室右手に、会場へ繋がる通路が、ございます。店内天井看板のCOTONOWAマークが目印です。



京急百貨店 アクセス

京急線・
横浜市営地下鉄線
上大岡駅直結



KEIKYU

京急百貨店・上大岡駅

<https://www.keikyu-depart.com/>

電話:0570-045-848(ナビダイヤル)
横浜市港南区上大岡西1-6-1 〒233-8556

2024年5月現在