

(注) オンライン講座は、メールにて講座招待メールをお送りいたしますので、メールアドレスの登録が必須となります。
受講にあたり、PC等デバイスの準備、通信環境、アプリケーションのダウンロード等が必要です。

No	講座タイトル	内容	申込期間	講座日程	受講料	材料費	単位/1 回出席あ たり	会場
1	カットソー入門(学校法人文化学園)	はじめてさんでも大丈夫!伸縮性のある素材の扱い方や縫製のポイントを学び、ワンピース又はコートを製作します。 素材は講師おすすめの生地から選んでいただき、着丈や袖丈などを変えて自分好みにアレンジしたり、自宅でもできる縫製方法の説明もします。手軽に伸縮素材にチャレンジしましょう!	4月28日～5月28日	令和4年6月18日・7月2日・9日 10:00～16:00 (昼休憩1時間)	24,000円 (全3回)	材料費 (生地・付属品など) 4,000～ 6,000円位	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
2	今日着たい服が今日できる!(学校法人文化学園)	初心者でも大丈夫!「Today's Pattern」を使ってソーイング。 ソーイング向け型紙通販サイト「ハンドメイド・カンパニーパターン」の「Today's Pattern」の中から好きなデザインを選び製作します。裁断や縫い方のコツなど丁寧な説明を受けながら製作し、3回で完成させましょう。きれいにできるコツを学びながら着たい服をつくろう!布地や付属品、「Today's Pattern」の型紙は別途必要で当日購入可能です。	4月28日～5月28日	令和4年6月28日・7月5日・12日 10:00～12:30	12,000円 (全3回)	材料費 パターン代 1,320円～、布 地・付属品代は別途	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
3	今日着たい服が今日できる!(学校法人文化学園)	初心者でも大丈夫!「Today's Pattern」を使ってソーイング。 ソーイング向け型紙通販サイト「ハンドメイド・カンパニーパターン」の「Today's Pattern」の中から好きなデザインを選び製作します。裁断や縫い方のコツなど丁寧な説明を受けながら製作し、3回で完成させましょう。きれいにできるコツを学びながら着たい服をつくろう!布地や付属品、「Today's Pattern」の型紙は別途必要で当日購入可能です。	8月1日～9月1日	令和4年9月20日・27日・10月4日 10:00～12:30	12,000円 (全3回)	材料費 パターン代 1,320円～、布 地・付属品代は別途	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
4	金モール刺繍(学校法人文化学園)	伝承職人から金モール刺繍技術を学びましょう。 欧州より伝わるエンブレムや憲章などに用いられるコイル状の金属を使用した刺繍技法を日本の職人が教えます。歴史、材料などの基礎知識や刺繍技術を学びます。別途材料費が必要です。	5月30日～6月30日	令和4年7月29日 10:00～16:00 (昼休憩1時間)	8,000円 (全1回)	材料費 2,500円程度 (モール、糸、布 代等)	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
5	本格ミシンでつくる"レザーショルダーバッグ"(学校法人文化学園)	まちがあり、ファスナー付きの本格的な革のショルダーバッグを製作します。特殊ミシン(腕ミシン)を使用し、外縫い仕立ての本格的な仕様です。小さめのお財布やスマートフォンを入れるのにちょうど良い大きさ。太めのショルダーベルトで肩への負担を軽減したデザインです。 受講者は一般的なミシンを使用してものづくりの経験がある方とさせていただきます。	7月15日～8月18日	令和4年9月3日・10日 10:00～16:00 (昼休憩1時間)	16,000円 (全2回)	別途7000円程度 (革、裏地、金具代)	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
6	蒲生マリコのオリジナルキャラクター製作(学校法人文化学園)	ユニークな世界観を生み出す人形作家。 作りたいキャラクターのストーリーや性格などを考え、自分の頭の中にあるイメージや思いを具体的に立体にしていきます。 まずは平面の絵をもとに立体の型紙をつくっていく方法を学びます。洋裁初心者からご参加いただけます。クリエイターの感性とテクニックを学び、生み出したキャラクターからグッズなどに発展させましょう。	5月30日～6月30日	令和4年7月28日・29日 10:00～16:00 (昼休憩1時間)	16,000円 (全2回)	なし	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
7	パターンからつくる私の帽子(学校法人文化学園)	帽子の種類や各部位の名称から、採寸、パターン作り、仮縫い、補正、縫製方法までを学びます。 基本のパターンで1作品を製作後、各自でパターンをアレンジし自分に似合うバランス、サイズ感をさぐり応用デザインで布製の帽子1作品を製作します。布地や副資材は講師のアドバイスを受け、各自ご準備いただけます。	4月28日～5月28日	令和4年6月22日・7月6日・20日・9月7日・14日・21日・28日 13:45～16:15	28,000円 (全7回)	材料費 2,000円～ (表布、裏布、芯 地等)	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
8	藍で染める・描く(学校法人文化学園)	藍(すくも藍とインド藍)の特性を学び、Tシャツ、パンツ、バッグ、タペストリーなどに藍染めをします。 その後、型染めやシルクスクリーンプリントなどで加工し仕上げていきます。抜染や箔プリントなども実習します。 受講料には染料代・雑費1,000円を含む。	4月28日～5月28日	令和4年6月18日・7月9日・9月10日・24日・10月1日・8日 13:30～16:00	24,000円 (全6回)	なし	2	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)
9	考古学講座Ⅲ(東海大学)	織機を用いた本格的な布づくりが日本列島内ではじまるのは、弥生時代以降と考えられています。しかし、縄文時代にも「もじり編み」という方法でつくられた布の存在が知られています。現在までに残る布の資料はとてむわずかで、その実態に迫ることは難しいのですが、土器の表面に残された布の痕跡(圧痕)や製作道具を通し、縄文時代と弥生時代の布つくりについて解説します。	3月22日～6月15日	令和4年7月2日 10:00～11:30	2,000円 (全1回)	なし	1	ユニコムプラザさがみはら セミナールーム1
10	考古学講座Ⅳ(東海大学)	古代西アジアでは、人々は身の回りの動物や昆虫をさまざまな理由で図像に表現しました。それらの図像を細かくみると、対象動物や表現方法は時代によって変化します。このような動物表現の変遷は、時代背景とからめることで、現代の私たちにも何らかの解釈ができそうです。この講座では、古代西アジアの動物表現に隠された意味について考えてみたいと思います。	3月22日～6月22日	令和4年7月9日 10:00～11:30	2,000円 (全1回)	なし	1	ユニコムプラザさがみはら セミナールーム1
11	考古学講座Ⅴ(東海大学)	ヒト(ホモ・サピエンス)は移住するのが特徴です。日本列島にはもともと誰も住んでいなかったのですが、約4万年前にヒトが住み着いて以来いろいろな時期に様々な移住がありました。この講座では、これまでも東北北部や北海道へのヒトの移住についてお話ししてきましたが、今回は、ヒトに連れて来られた生き物たちに注目して移住の物語を読み解きます。	3月22日～6月29日	令和4年7月16日 10:00～11:30	2,000円 (全1回)	なし	1	ユニコムプラザさがみはら セミナールーム1
12	ブルゴーニュ系赤ワインを試飲する(東海大学)	世界の超高級赤ワインは、ブルゴーニュ系とボルドー系の真っ二つに分かれる「二択」です。エレガントで官能的なブルゴーニュの赤は、ワイン愛好家の終着駅と言えます。本講座では、ブルゴーニュ系赤ワインの最高峰として、ブルゴーニュと、ニュージーランド、オレゴン等の有名・高級・稀少なワインをテイスティングし、神の領域に足を踏み入れます。	3月22日～5月11日	令和4年5月25日 19:00～20:30	8,000円 (全1回)	※受講料はワイン代6,000円を含む金額です。 ※この講座ではリーデル社のウィングラスを使用いたします。 ※講座中にワインの試飲を行いますので、20歳未満や妊娠中の方のご受講はお控えください。	1	ユニコムプラザさがみはら 調理室(実習室1)
13	ブルゴーニュ系白ワインを試飲する(東海大学)	世界の超高級白ワインの世界は、シャルドネで作るブルゴーニュ系の白ワインの「一択」です。エレガントで官能で力強いブルゴーニュ系の白は、ワイン愛好家の垂涎的。本講座では、ブルゴーニュ系白ワインの最高峰として、ブルゴーニュと、ニュージーランド、オレゴン等の有名・高級・稀少なワインをテイスティングし、神の領域に足を踏み入れます。	3月22日～6月15日	令和4年6月29日 19:00～20:30	8,000円 (全1回)	※受講料はワイン代6,000円を含む金額です。 ※この講座ではリーデル社のウィングラスを使用いたします。 ※講座中にワインの試飲を行いますので、20歳未満や妊娠中の方のご受講はお控えください。	1	ユニコムプラザさがみはら 調理室(実習室1)
14	世界のオレンジワインを試飲する(東海大学)	世界のワインを色で分類すると、赤白ロゼの3色ですが、今、世界で大流行しているのが「4番目の色」のオレンジワインです。オレンジで作ったワインではなく、白葡萄を使い、赤ワインの作り方をしたもので、皮の旨味や色がワインに出るため、少し褐色になります。旨味や酸味があり、白ワインでもなく、赤ワインでもない独特の風味を是非、自分の鼻と舌で体験して下さい。	3月22日～7月13日	令和4年7月27日 19:00～20:30	8,000円 (全1回)	※受講料はワイン代6,000円を含む金額です。 ※この講座ではリーデル社のウィングラスを使用いたします。 ※講座中にワインの試飲を行いますので、20歳未満や妊娠中の方のご受講はお控えください。	1	ユニコムプラザさがみはら 調理室(実習室1)

※講座によっては最少催行人数が設定されています。

※講座受講の申し込みはシブカツ窓口・往復はがき・マイページにて受け付けています。

※最新の講座情報はシブカツウェブサイト (<https://www.shibuya-shibukatsu.jp/>) で順次公開しています。



[シブカツウェブサイト]

(注) オンライン講座は、メールにて講座招待メールをお送りいたしますので、メールアドレスの登録が必須となります。
受講にあたり、PC等デバイスの準備、通信環境、アプリケーションのダウンロード等が必要です。

No	講座タイトル	内容	申込期間	講座日程	受講料	材料費	単位/1回出席あたり	会場
15	ヨーロッパ世界遺産紀行(東海大学)	ドナウ川は、南ドイツの源流からルーマニアの黒海の河口まで2850kmに達するヨーロッパ第2の大河で、10カ国を流れています。その広大な流域にはドナウ文化圏が形成され、ローマ帝国やハプスブルク帝国などによって高度の文化が育まれました。本講座ではドナウ文化圏をテーマとして、流域に点在する世界遺産を自然遺産を含めて探訪し、豊かな自然と文化を理解します。	3月22日～6月22日	令和4年7月7日・14日・21日 13:00～14:30	6,000円 (全3回)	なし	1	オンライン講座
16	徒然草Ⅰ(東海大学)	『徒然草』は、鎌倉時代末の乱世にあって、誠実に人生を見つめ続けた兼好法師の随筆です。彼は、仏教・儒教・道教の高い教養に基づきながらも決してそれらにとらわれることなく、日本の情緒をいとおしみながら、人生を感じ人生を考えます。彼は、人間と人生が好きで好きでたまらないようです。人生を考えるヒント満載の『徒然草』を楽しみ、人生を楽しみましょう。	3月22日～6月22日	令和4年7月7日・14日・21日・28日 10:30～12:00	8,000円 (全4回)	『徒然草』(岩波文庫) 1,130円+税 [ISBN: 9784003011218] ※各自で 購入 『徒然草』テキストは、全段載ってい れば、何でも結構です。	1	オンライン講座
17	続・インド思想超入門(東海大学)	ヒンドゥー教とは何か、という話からヒンドゥー教の教理の発展まで、神々をめぐる神話や哲人の思想に触れることで、インド人のものの見方や考え方に迫ります。映画やゲームなどのエンタメからインドに関心を持ったら、今度はそういう作品に登場する人々や神々の背景を知ること、より楽しめるようになるでしょう。2021年度後期「インド思想超入門」受講生にもお勧めです。	3月22日～6月15日	令和4年7月1日・8日 19:30～21:00	4,000円 (全2回)	なし	1	オンライン講座
18	ジャズ演奏家の歴史を辿る(東海大学)	ジャズ演奏家の歴史を、時代背景と共に楽しく紹介します。演奏スタイル、楽器、音楽理論など様々な角度から「名演奏家」と言われる所以を丁寧に解説します。ジャズを楽しむのにルールなどはありませんが、歴史に学ぶことでより理解を深めます。これまでの「ジャズを聴く」講座が2022年度から新たに生まれ変わります。一緒にジャズの歴史に飛び込みましょう！	3月22日～5月17日	令和4年5月31日・6月28日・7月26日 19:30～21:00	6,000円 (全3回)	なし	1	オンライン講座
19	漢方講座Ⅲ(東海大学)	現代はストレス社会と言われます。例えば、複雑な人間関係から抑うつ気分、イライラ、動悸、不眠、食欲低下などが現れます。その点、漢方には心身一如、すなわち心と体を密接不可分のものとして捉え、そのパターンを見抜き、心も体もまとめて治療にしようという考え方があります。今回の講座では、ストレス症状に対するそれらを具体例をあげてわかりやすく解説いたします。	3月22日～5月24日	令和4年6月7日 15:00～16:30	2,000円 (全1回)	なし	1	オンライン講座
20	漢方講座Ⅳ(東海大学)	いわゆる「夏負け」は、一昔前までは高温多湿による食欲低下、食事の偏りや冷たい飲食による胃腸機能の低下、大量の発汗などが中心でしたが、冷房が普及した現在は、室内外の大きな温度差によるめまいや頭痛などの自律神経失調症状も現れます。本講座では夏に負けないための漢方薬だけでなく、夏を快適に過ごすための古人の知恵、養生法についても解説したいと思います。	3月22日～6月28日	令和4年7月12日 15:00～16:30	2,000円 (全1回)	なし	1	オンライン講座
21	Aroma Yoga ～ロールオンアロマで肩・首すっきり～(東海大学)	五感に働きかけるアロマテラピーの心地良い香りが漂う空間でリラックスしながらヨガをすることで、アロマとヨガの相乗効果で身体の緊張をほぐしていきます。今回は肩こりにおすすめのロールオンアロマを使って、アロマテラピーによって深くなる呼吸と筋緊張を緩和させるポーズを組み合わせることで肩こり・首こりを軽減していきます。一緒に心も身体もほぐしていきましょう。	3月22日～5月11日	令和4年5月27日 19:30～21:00	3,000円 (全1回)	3,000円(教材費 1,000円含む) ※コミュニケーションを取りつつ、ヨガなど体験しながら学ぶ講座です。カメラとマイクをオンにして動きやすい格好で参加してください。 ※マスク、すっぴんも可 ※受講料は教材費1,000円を含む金額です。 ※開講初日までに事務局より郵送にて材料をお送りいたします。 ※「Aroma Yoga」2講座と「パーソナルカラーメイク&アロマ」の3講座を全て受講された方にはCERTIFICATE(修了書)を贈呈いたします。	1	オンライン講座
22	Aroma Yoga ～腰痛軽減にアロマ?!～(東海大学)	五感に働きかけるアロマテラピーの心地良い香りが漂う空間でリラックスしながらヨガをすることで、アロマとヨガの相乗効果で身体の緊張をほぐしていきます。今回は腰痛におすすめのロールオンアロマを使って、ツボ押ししながら、深くなる呼吸と筋緊張を緩和させるポーズを組み合わせることで腰痛を軽減していきます。一緒に心も身体もほぐしていきましょう。	3月22日～6月8日	令和4年6月24日 19:30～21:00	3,000円 (全1回)	3,000円(教材費 1,000円含む) ※コミュニケーションを取りつつ、ヨガなど体験しながら学ぶ講座です。カメラとマイクをオンにして動きやすい格好で参加してください。 ※マスク、すっぴんも可 ※受講料は教材費1,000円を含む金額です。 ※開講初日までに事務局より郵送にて材料をお送りいたします。 ※「Aroma Yoga」2講座と「パーソナルカラーメイク&アロマ」の3講座を全て受講された方にはCERTIFICATE(修了書)を贈呈いたします。	1	オンライン講座

※講座によっては最少催行人数が設定されています。
※講座受講の申し込みはシブカツ窓口・往復はがき・マイページにて受け付けています。
※最新の講座情報はシブカツウェブサイト (<https://www.shibuya-shibukatsu.jp/>) で順次公開しています。



渋谷ハチコウ大学 講座一覧

(注) オンライン講座は、メールにて講座招待メールをお送りいたしますので、メールアドレスの登録が必須となります。
受講にあたり、PC等デバイスの準備、通信環境、アプリケーションのダウンロード等が必要です。

No	講座タイトル	内容	申込期間	講座日程	受講料	材料費	単位/1 回出席あ たり	会場
23	パーソナルカラーメイク&アロマ(東海大学)	自分の肌色に合った色を見つけ、メイクやファッションに取り入れる事ができる今大注目のパーソナルカラー。ディズニープリンセスや芸能人を例に分かりやすい解説付きで講師と一緒にセルフ診断していきます。また、パーソナルカラーやアロマメイククラフトに基づくメイクとアロマ&ハーブを活かした美容アドバイスなどを取り入れて中から外から美しさをアップデートしていきましょう！	3月22日～7月13日	令和4年7月29日 19:30～21:00	3,000円 (全1回)	3,000円(教材費 1,000円含む) ※コミュニケーションを取りつつ、アロマメイククラフト(アロマチーク)作りなど体験しながら学ぶ講座です。ぜひカメラとマイクをオンにして参加してください。 ※マスク、すっぴんも可 ※受講料は教材費1,000円を含む金額です。 ※開講初日までに事務局より郵送にて材料をお送りいたします。 ※「Aroma Yoga」2講座と「パーソナルカラーメイク&アロマ」の3講座を全て受講された方にはCERTIFICATE(修了書)を贈呈いたします。	1	オンライン講座
24	気象予報士によるお天気講座1(東海大学)	毎日の天気は、私たちの安全や快適な生活に大きく影響します。肌で感じる寒さや暑さ、風、雨などの気象現象が、なぜ起きるのか、どうして変化するのか、そのしくみについて説明します。この講座では、数式使いません。気象を学ぶのは初めて、でもお天気に興味があるという方に、毎日の天気予報をより楽しく、より深く理解できるようお話しします。	3月22日～5月25日	令和4年6月8日・22日・7月6日・20日・8月3日(予備日) 15:00～16:30	8,000円 (全4回)	『イラスト図解よくわかる気象学 第2版』(ナツメ社) 2,400+税 [ISBN: 9784816360862] ※テキストは各自で購入	1	オンライン講座
25	デンマークの光の世界ようこそ!(東海大学)	緯度の高い北欧、デンマークには独特の自然光があり、屋内の光の使い方にも影響を与えてきました。低い太陽光が一年中斜めに差し込み、特に夏は、太陽が沈んだ後も淡いトワイライト(薄明)が街と部屋を満たします。そこでは日常生活を心地よく、美しく過ごすための照明文化が発達してきました。そんな国で生まれたランプや照明の面白さを、美しい写真で紹介いたします。	3月22日～6月6日	令和4年6月20日・27日 18:00～19:30	4,000円 (全2回)	なし	1	オンライン講座
26	ー日本・東洋文化探訪シリーズ第二弾ー 中央アジア仏教美術入門(聖心女子大学)	中央アジアは、西域とも呼ばれます。中国から見て、西にある地域という意味です。そこを貫く通商の道はシルクロードと呼ばれ、私たちは、その美しい名前にロマンを感じてきました。インドに生まれた仏教は、その道を通して、東洋に伝わりました。 19世紀末から20世紀初めに行なわれた探検や調査によって、そこに栄えた文化や文化財が再び着目されました。未知の地域に、素晴らしい文化の痕跡が残ることによりやく気づいたのです。また敦煌莫高窟での大量の文書の発見は、いやが上にも関心を高めました。「敦煌学」という新しい学問まで生み出しました。 今回の講座では、中央アジアの美術がもつ様々な歴史的、美的問題を取り上げ、その価値を知り、その美を味わうための新たな視点を手に入れたいと思います。 第1回(6月2日) 中央アジア美術概観 各地の代表的な遺跡を取り上げ、その調査者や収集品、その価値付けを行ないます。アフガニスタン、西域南道、西域北道、敦煌などを取り上げます。 第2回(6月16日) 西域北道の石窟壁画の画題・年代・信仰的背景 西域北道の代表的な石窟寺院であるキジル石窟、クムトラ石窟などを取り上げ、その壁画を概観します。壁画の主要な画題、石窟や壁画の年代、仏教信仰の状況などの考察を通じて、その美術の特質を明らかにします。	4月1日～5月20日	令和4年6月2日・16日 13:00～14:30	3,000円 (全2回)	なし	1	オンライン講座
27	来て見て知ろう!フレイル予防 ～元気の秘訣は食事から～	人生100年時代と言われる今、「フレイル」予防がとて大切でです。毎日元気に過ごすため、今日から実践できる食事のお話しをします。 【主な内容】 ・フレイルについて ・バランスの良い食事の摂り方 ・自分に必要なたんぱく質について	5月6日～5月20日	令和4年5月27日 1500～1600	無料	なし		渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)
28	シブヤの天気	天気というのは、実は山一つ、川一線で変化があります。地形と気象は表裏一体のものなのです。渋谷を取り巻く地形をもとに、渋谷の春夏秋冬の天気の特徴を分かりやすくお話しします。近年は、気象による災害も増えています。何をするにもまず気象について判断し、味方につけて行動することは大変重要です。台風前のこの時期、いざという時のために必要な気象知識をお伝えします。	5月13日～5月27日	令和4年6月9日 1500～1600	無料	なし		渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)
29	戦後の地域社会は多様性を受け入れてきたのか(青山学院大学)	現代社会は自分と「異質なものを」受け入れようとし、不寛容な社会であるとしばしば言われているが、地域社会が「異質なものを」をどのように受け入れるのか、ということは何の時代においても大きな課題であった。本講座では、第二次世界大戦後の地域社会が「異質なものを」にどのように向き合い、また、「異質なものを」が地域社会とどのようにかかわっていったのか、ということ、日本、アメリカ、イギリス、西ドイツを事例に考える。	5月10日～5月24日	令和4年6月11日・6月18日・6月25日・7月2日・7月9日 11:00～12:30 ※第1回のみ講義時間10分延長(11:00～12:40)	無料	なし	1	青山学院大学 青山キャンパス17号館3階17311教室、他

※講座によっては最少催行人数が設定されています。

※講座受講の申し込みはシブカツ窓口・往復はがき・マイページにて受け付けています。

※最新の講座情報はシブカツウェブサイト(https://www.shibuya-shibukatsu.jp/)で順次公開しています。



[シブカツウェブサイト]