

# 文京アカデミア講座

2025年度 **前期**

申込  
期限

**3月27日(木)必着**

この春も多彩な講座が勢ぞろい  
学びの気持ち、満開に

## 〈春からはじまる講座〉のご案内

- P4 文学
- P5 文学／歴史・社会
- P6 歴史・社会／自然科学
- P7 芸術
- P8 芸術／暮らし
- P9 語学
- P10 芸術／健康・スポーツ
- P11 アカデミア講座(中級)
- P12 区民プロデュース講座
- P13 講座を作ってみませんか?
- P14 資格取得キャリアアップ講座
- P15 今後の予定
- P16 生涯学習フェア
- P17 お申込みの際のお願い
- P18 講座の申込方法
- P20 シビックシネマサロン



こちらからも  
ご覧になれます。



# 文京アカデミア講座のご案内

## アカデミア講座一覧

曜日	時間	掲載頁	講座番号・講座名	回数	定員	受講料	教材費	会場
月	10:30～12:00	p10	<b>30</b> <体イキイキ・心ワクワク!>なじみ深い曲で踊ってみましょう!	5回	20名	5,000円		アカデミー文京
	14:00～15:30	p8	<b>20</b> はじめての将棋入門～「観る将」から「指す将」へ最初の一手～	5回	16名	4,700円		アカデミー文京
火	10:30～12:00	p6	<b>11</b> 鈴木大拙と禅(ZEN)の思想 一今を生きる大人が忘れてしまったもの	4回	30名	3,200円		アカデミー文京
	10:30～12:00	p10	<b>28</b> 暮らしに活かす古武術の知恵 姿勢と動きづくりのヒント	6回	25名	4,400円	1,600円	アカデミー文京
	13:00～14:30	p6	<b>8</b> 西洋思想の流れ ープラトニズムから現代まで	5回	30名	3,300円		中央大学
	14:00～15:30	p8	<b>19</b> 大正ロマンの画家・竹久夢二の魅力	4回	30名	3,200円	1,200円	アカデミー文京 ほか
	14:00～15:30	p12	<b>32</b> 老化予防のための歌唱トレーニング	4回	10名	4,000円	1,000円	アカデミー文京
	14:00～15:30	p12	<b>35</b> 経絡フィットネスでボディメイク	4回	16名	2,500円	500円	アカデミー文京
水	9:30～11:00	p8	<b>18</b> 初歩からはじめるオカリナ♪	6回	15名	7,300円	1,100円	東邦音楽大学
	10:00～12:00	p7	<b>14</b> 彩墨書入門	6回	20名	3,600円	A:3,800円 B:7,200円	アカデミー文京
	10:30～12:00	p4	<b>1</b> マーガレット・ミッチェル「風と共に去りぬ」(1936)からアメリカ社会を知る	4回	30名	3,600円		アカデミー文京
	10:30～12:00	p8	<b>22</b> 知るほどハマる!ドイツ食文化探訪	4回	30名	4,100円		アカデミー文京
	11:00～12:30	p4	<b>2</b> 幽霊譚で学ぶ中国文化	5回	30名	2,800円		日本女子大学
	13:30～15:30	p7	<b>13</b> 音楽で味わう聖書の言葉	5回	30名	2,700円		放送大学
	14:00～15:30	p5	<b>5</b> 噺家の女房が語る落語の魅力	5回	30名	3,600円		アカデミー文京
	14:00～15:30	p8	<b>21</b> 大切な写真から作る「一枚の自分史」	4回	14名	2,900円	500円	アカデミー文京
	14:00～15:30	p10	<b>29</b> やさしいフィットネスダンス ～心も体も元気に～	5回	25名	4,000円		アカデミー文京
	15:30～17:00	p9	<b>25</b> 『小澤征爾さんと、音楽について話をする』を英語で読む	3回	15名	3,700円		東邦音楽大学
	18:30～20:00	p9	<b>24</b> 日常英会話初級編 ～会話の広げ方～	8回	14名	9,200円	600円	東洋大学
水 ※6/21 のみ土	6/4,7/2 10:30～12:00 6/21 公演鑑賞(15:30開演)	p10	<b>31</b> <宝生会協力講座>ふかぼり能楽入門～杜若～(公演チケット付)	3回	20名	3,000円	5,000円 (公演チケット代)	6/4,7/2 宝生会春日教室 6/21 宝生能楽堂
木	10:00～12:00	p12	<b>33</b> 色鉛筆で彩る浮世絵師・巴水の世界	5回	15名	2,700円	1,000円	アカデミー文京
	10:30～12:00	p7	<b>15</b> フランス印象派と響き合う浮世絵 ージャポニズムの150年	6回	30名	4,800円	1,000円	アカデミー文京
	14:00～15:30	p6	<b>9</b> 激動の世界 いま何が起きているか	5回	30名	4,000円		アカデミー文京
	14:00～15:30	p13	<b>36</b> タオルと椅子de楽々フィットネス	4回	15名	2,700円		アカデミー文京
	14:00～16:30	p7	<b>16</b> 木曾檜でつくる仏像 一心を休めて円空仏を彫る	3回	14名	4,300円	2,700円	アカデミー文京
	14:30～16:00	p6	<b>12</b> 数学が文化と交差するところ	4回	30名	3,100円		アカデミー文京
	18:30～20:00	p5	<b>3</b> 鳥屋重三郎時代の江戸文芸	3回	30名	2,400円		アカデミー文京
	18:30～20:00	p11	<b>M1</b> 日常英会話中級編 ～幅広い表現を身につけよう～	8回	14名	9,200円	600円	東洋大学
金	10:30～12:00	p5	<b>6</b> 魅力いっぱい!イギリス文化を楽しもう	5回	30名	3,400円		アカデミー文京
	10:30～12:00	p9	<b>23</b> 海外旅行で使える英語	8回	20名	8,800円		跡見学園女子大学
	10:30～13:30	p12	<b>34</b> さあ 野菜を食べてしあわせになろう	4回	16名	2,500円	5,500円	アカデミー茗台
	13:30～15:30	p5	<b>4</b> 内裏へGO!ー清少納言がみた内裏ー	3回	30名	1,700円		日本女子大学
	14:00～15:30	p6	<b>10</b> マリーニアントワネット ～華麗なる生と革命の試練～	4回	30名	2,700円		アカデミー文京 ほか
	14:00～15:30	p7	<b>17</b> フランス近代美術の光と闇	3回	30名	2,000円		アカデミー文京
	14:00～15:30	p9	<b>26</b> 旅に役立つフランス語	6回	15名	7,200円		アカデミー文京 ほか
土	10:00～11:30	p9	<b>27</b> スペイン語と日本語の対照言語学入門	3回	30名	2,500円		拓殖大学
	10:30～12:00	p5	<b>7</b> 【東京大学史料編纂所協力講座】「景色の日本史ー絵図・古写真から探るー」	5回	40名	3,000円		アカデミー文京

## 会場案内

大学等で行う講座については、入口に会場を掲示します。

	会場名	所在地	TEL	交通案内
1	アカデミー文京/ 文京シビックホール (文京シビックセンター)	春日1-16-21	5803-1119	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バス「春日駅前」から徒歩0分</li> <li>・東京メトロ丸ノ内線・南北線「後楽園」駅から徒歩1分</li> <li>・都営地下鉄大江戸線「春日」駅から徒歩0分</li> <li>・都営地下鉄三田線「春日」駅から徒歩3分</li> </ul> 
2	アカデミー茗台	春日2-9-5	3817-8306	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・東京メトロ丸ノ内線茗荷谷駅(出入口1)徒歩10分</li> <li>・バス「小石川四丁目」から徒歩3分</li> </ul>
3	跡見学園女子大学 文京キャンパス	大塚1-5-2	3941-7420	<ul style="list-style-type: none"> <li>・東京メトロ丸ノ内線「茗荷谷」駅から徒歩2分</li> </ul> 
4	拓殖大学 文京キャンパス	小日向3-4-14	3947-7595	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・東京メトロ丸ノ内線「茗荷谷」駅から徒歩3分</li> </ul>
5	竹久夢二美術館	弥生2-4-2	5689-0462	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バス「東大構内」から徒歩2分</li> <li>・東京メトロ南北線「東大前」駅から徒歩7分</li> <li>・東京メトロ千代田線「根津」駅から徒歩7分</li> </ul> 
6	中央大学 後楽園キャンパス	春日1-13-27	3817-1715	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・東京メトロ丸ノ内線・南北線「後楽園」駅から徒歩5分</li> <li>・都営地下鉄三田線・大江戸線「春日」駅から徒歩6分</li> </ul>
7	東邦音楽大学 文京キャンパス	大塚4-46-9	3946-9667	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バス「大塚4丁目」から徒歩1分</li> <li>・東京メトロ丸ノ内線「新大塚」駅から徒歩3分</li> <li>・東京メトロ有楽町線「護国寺」駅から徒歩8分</li> </ul> 
8	東洋大学 白山キャンパス雨水会館	本駒込1-10-2	3945-4263	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・都営地下鉄三田線「白山」駅から徒歩5分</li> <li>・都営地下鉄三田線「千石」駅から徒歩8分</li> <li>・東京メトロ南北線「本駒込」駅から徒歩5分</li> </ul>
9	日本女子大学 目白キャンパス	目白台2-8-1	5981-3755	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バス「日本女子大前」から徒歩0分</li> <li>・東京メトロ副都心線「雑司が谷」駅から徒歩8分</li> <li>・東京メトロ有楽町線「護国寺」駅から徒歩10分</li> </ul> 
10	宝生会春日教室	小石川1-1-1 文京ガーデン ゲートタワー204	3868-0050	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・東京メトロ丸ノ内線・南北線「後楽園」駅から徒歩5分</li> <li>・都営地下鉄大江戸線・三田線「春日」駅から徒歩5分</li> </ul>
11	宝生能楽堂	本郷1-5-9	3811-4843	<ul style="list-style-type: none"> <li>・JR「水道橋」駅(東口)から徒歩3分</li> <li>・都営地下鉄三田線「水道橋」駅(A1出口)から徒歩1分</li> </ul> 
12	放送大学 東京文京学習センター	大塚3-29-1	5395-8688	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・東京メトロ丸ノ内線「茗荷谷」駅から徒歩3分</li> </ul>

※一部の大学キャンパスには駐輪場がありません。自転車での来場はお控えください(来場方法の詳細は当選通知に記載いたします)。

## 2025年度前期〈春からはじまる講座〉

文京アカデミア講座では区民の方に様々なことにチャレンジしていただくため、  
 たくさんの方の入門的な講座を実施しています。  
 今期は、文京アカデミーや生涯学習支援者・区内大学・区民・民間教育機関が企画した、  
 魅力あふれる37講座を開講します。

■表示の見方: 講座は分野別に表示しています。分野は、■文学 ■歴史・社会 ■自然科学  
■芸術 ■暮らし ■健康・スポーツ ■語学 ■区民プロデュース ■中級です。

### ●受講に際してのお願い●

- ・当選が確定した後はキャンセルされないようご協力ください。  
やむを得ない事情により受講を取り消す場合は速やかにご連絡ください。
- ・原則として、納入後の受講料・教材費はご返金いたしません。
- ・講座の受講は当選者ご本人に限り、他の方はご入室いただけません。  
(介助等が必要な方は、事前にアカデミー文京までお問い合わせください。)

※やむを得ず講座を中止する場合があります。予めご了承ください。

※緊急のご連絡を電話ですることがあります。申込みの際は必ず連絡の取れる番号をお知らせください。

### 01 マーガレット・ミッチェル『風と共に去りぬ』(1936)からアメリカ社会を知る



『風と共に去りぬ』は刊行直後に大ベストセラーになりました。文学史上、重要な作品ですが、大衆小説と見なされ十分に評価されませんでした。ハリウッド映画は人気を博していますが、原作の内容の全てを伝えできていません。この作品の意味を問い直したいと考えます。

5/ 7 父親ジェラルド・オハラとアイルランド移民  
 5/14 乳母マミーと奴隷制度  
 5/21 タラ農園と先住民チェロキー・インディアン  
 5/28 スカーレット・オハラの真実の姿

- 講 師 / 東京外国語大学名誉教授 荒 このみ
- 日 程 / 5/7・14・21・28
- 曜 日 / 水曜日
- 時 間 / 10:30 ~ 12:00
- 回 数 / 4回
- 定 員 / 30名
- 受講料 / 3,600円
- 教材費 / なし
- 会 場 / アカデミー文京 学習室

### 02 幽霊譚で学ぶ中国文化



『太平広記』『剪灯新話』『聊齋志異』などの説話集に見られる多様な幽霊譚(ゆうれいたん)を通して、中国古来の人生観・死生観、さらには恋愛・結婚・家族観や独自の習俗、日本と中国の幽霊の違いなどを紹介します。

※幽霊譚…幽霊にまつわる話

5/14 中国はなぜ幽霊譚が多いのか  
 5/21 冥婚 人と幽霊の結婚  
 6/ 4 中国版神曲 冥府巡りの物語  
 6/18 『牡丹灯籠』裁判にかけられる幽霊  
 7/ 2 『聊齋志異』人間よりも人間的な

- 講 師 / 日本女子大学国際文化学部教授 三田 明弘
- 日 程 / 5/14・21、6/4・18、7/2
- 曜 日 / 水曜日
- 時 間 / 11:00 ~ 12:30
- 回 数 / 5回
- 定 員 / 30名
- 受講料 / 2,800円
- 教材費 / なし
- 会 場 / 日本女子大学 目白キャンパス

### 03 蔦屋重三郎時代の江戸文芸



「江戸っ子」が誕生し、江戸の独自の文化が華開いた18世紀後半、これが蔦屋重三郎の活躍した時代です。本講座では、木版印刷による出版文化の隆盛によって、この時代の人々に楽しまれた文芸のさまざまなを紹介しします。

5/29 江戸文化の開花と戯作のはじまり  
6/19 天明狂歌の大流行  
7/10 黄表紙の楽しみ

- 講師 / 法政大学文学部教授 小林 ふみ子
- 日程 / 5/29、6/19、7/10
- 曜日 / 木曜日
- 時間 / 18:30 ~ 20:00
- 回数 / 3回 ● 定員 / 30名
- 受講料 / 2,400円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 学習室

### 04 内裏へGO！—清少納言がみた内裏—



平安時代の内裏を探検してみませんか。本講座では『枕草子』の記述を軸に、内裏の建物について解説します。パースナルとまではいきませんが、間取り図では気が付かない三次元の世界にも入ってみましょう。

※2024年度後期とは内容が異なります。

5/ 9 五節(ごせち)の舞姫の行事を中心に  
6/13 原子(定子妹)の東宮妃となる記述を中心に  
7/11 「清涼殿の丑寅の隅の」の記述を中心に

- 講師 / 日本女子大学リカレント教育課程担当講師 一文字 昭子
- 日程 / 5/9、6/13、7/11
- 曜日 / 金曜日
- 時間 / 13:30 ~ 15:30
- 回数 / 3回 ● 定員 / 30名
- 受講料 / 1,700円 ● 教材費 / なし
- 会場 / 日本女子大学 目白キャンパス

### 05 噺家の女房が語る落語の魅力



落語は、江戸～明治初期の大衆の暮らしが、笑いと涙と人情で語られています。落語の演目や粋なセリフ、江戸時代の庶民の暮らし、地名と古地図など、落語の楽しみ方をわかりやすくお伝えします。

5/14 古典落語や時代劇に出てくる言葉  
5/21 落語で垣間見る江戸時代の庶民の暮らし  
5/28 落語に登場する地名を古地図でみよう  
6/ 4 気軽に行ける身近な大衆芸能場・寄席の楽しみ方  
6/11 大根多を深読み！もっと楽しむ多彩な落語

- 講師 / 江戸文化研究執筆家 櫻庭 由紀子
- 日程 / 5/14・21・28、6/4・11
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 14:00 ~ 15:30
- 回数 / 5回 ● 定員 / 30名
- 受講料 / 3,600円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 学習室

### 06 魅力いっぱい！イギリス文化を楽しもう



ロイヤルファミリーからビートルズ、くまのプーさんまで、イギリスで暮らしてきた講師がその文化を深掘りし、イギリスの魅力的な素顔を紹介しします。様々なテーマや切り口を変え、写真や図版満載でわかりやすく、時にはクイズを交えてイギリスの「今」を伝えます。

5/16 住んでわかるちょっと不思議な生活習慣  
5/23 歴史でたどるロイヤルファミリー物語  
5/30 医療費無料のすごい社会システム  
6/20 イギリスで生まれた言葉、英語そして文学  
6/27 イギリスは美味しい?! イベントと食文化

- 講師 / ロンドン大学ゴールドスミスカレッジ 大学院修士課程修了 ワトソン 環
- 日程 / 5/16・23・30、6/20・27
- 曜日 / 金曜日
- 時間 / 10:30 ~ 12:00
- 回数 / 5回 ● 定員 / 30名
- 受講料 / 3,400円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 学習室

### 07 【東京大学史料編纂所協力講座】「景色の日本史—絵図・古写真から探る—」



薩摩国日置北郷下地中分絵図  
(東京大学史料編纂所所蔵、重要文化財)

昔の人々はどのような景色を見て生活していたのでしょうか。歴史学においては、絵図や古写真など、さまざまな史料を用いることで、過去の景観を探っています。本講座では、「景色の日本史」に挑む最新の研究成果をお話しします。

5/17 中世鎌倉の寺社の風景  
5/24 鎌倉幕府の訴訟制度と荘園絵図  
5/31 洛中洛外図屏風の骨格  
6/ 7 築城の風景—天下普請と大名たち—  
6/14 幕末・明治の風景写真からわかること

- 講師 / 東京大学史料編纂所教授 高橋 慎一郎 ほか
- 日程 / 5/17・24・31、6/7・14
- 曜日 / 土曜日
- 時間 / 10:30 ~ 12:00
- 回数 / 5回 ● 定員 / 40名
- 受講料 / 3,000円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 学習室

# 08 西洋思想の流れープラトニズムから現代まで



一見、難しそうな西洋思想ですが、勘所を押さえ整理してみれば、実にすっきりとその全体像が見えてきます。時代精神や芸術にも言及し、楽しくお話しします。初心者も大歓迎です。

- 5/20 「哲学の起源」と「プラトニズム」をめぐってーソクラテス、プラトン、そしてハイデガーー
- 5/27 「近代理性」の確立ーデカルト、パスカル、ヴェルサイユ宮殿ー
- 6/10 「啓蒙」から「進歩」へールソー、ヴォルテール、ナポレオン3世のパリ大改造ー
- 6/24 世紀末の大転換点ーニーチェ、マルクス、フロイトー
- 7/ 1 戦乱を越えてー実存主義、構造主義、その後ー

- 講師／中央大学名誉教授 加賀野井 秀一
- 日程／5/20・27、6/10・24、7/1
- 曜日／火曜日
- 時間／13:00～14:30
- 回数／5回 ● 定員／30名
- 受講料／3,300円 ● 教材費／なし
- 会場／中央大学 後楽園キャンパス

# 09 激動の世界 いま何が起きているか



世界情勢が流動的ないま、何が起きているのか、その背景と日本への影響について理解を深めます。世界はどこへ向かうのか、長く海外特派員を務めた講師が、各国の現場の声に触れてきた経験をもとに世界と日本の現在・今後を紐解きます。

- 5/22 アメリカ・トランプ政権と世界
- 6/ 5 ウクライナ危機と中東紛争
- 6/19 欧州の右傾化と移民・難民問題
- 7/ 3 今も燃えるテロの脅威
- 7/17 リーダーなき世界

- 講師／NHK専門解説委員 二村 伸
- 日程／5/22、6/5・19、7/3・17
- 曜日／木曜日
- 時間／14:00～15:30
- 回数／5回 ● 定員／30名
- 受講料／4,000円 ● 教材費／なし
- 会場／アカデミー文京 学習室

# 10 マリー＝アントワネット ～華麗なる生と革命の試練～



華麗な宮廷での栄光とフランス革命という苦難の時代を生き抜いたマリー＝アントワネット。彼女の可憐な少女時代、母としての愛、ファッション、革命への挑戦を、多面的に探求していきます。

- 6/ 6 アントワネットがフランス王太子妃になった外交革命
- 6/13 アントワネットの王太子妃時代～王妃時代前半
- 7/11 首飾り事件～革命勃発
- 7/18 革命と戦ったアントワネット

- 講師／近世西洋史とファッションの案内人 ベルサイユのばら同好会主宰 安瞳 麗
- 日程／6/6・13、7/11・18
- 曜日／金曜日 ● 時間／14:00～15:30
- 回数／4回 ● 定員／30名
- 受講料／2,700円 ● 教材費／なし
- 会場／アカデミー文京 学習室 ほか

# 11 鈴木大拙と禅 (ZEN) の思想ー今を生きる大人が忘れてしまったものー

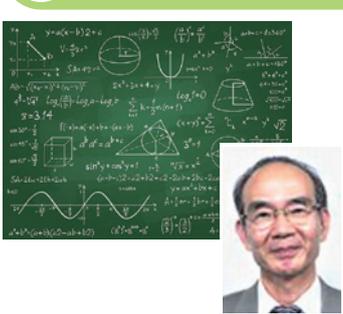


鈴木大拙は、近代日本を代表する思想家であり、世界に禅 (ZEN) と日本文化を伝え広めた世界的な宗教家でもあります。大拙の言葉をたよりに、今なお世界的に強く関心がもたれ、重要度が増している「禅」の考え方や生き方について、わかりやすく解説し考えていきます。

- 6/10 自然のままに自由に生きる
- 6/24 詩の心と機械の心
- 7/ 8 分別(有心)と無分別(無心)
- 7/22 平凡な日常を大切に生きる

- 講師／立教大学教授・西田幾多郎記念哲学館副館長 大熊 玄
- 日程／6/10・24、7/8・22
- 曜日／火曜日
- 時間／10:30～12:00
- 回数／4回 ● 定員／30名
- 受講料／3,200円 ● 教材費／なし
- 会場／アカデミー文京 学習室

# 12 数学が文化と交差するところ



数学は様々な文化と交差しています。かつて音楽は数学の一分科でした。また、芸術家が見つけた美の陰には数学が潜んでいます。英雄ナポレオンは数学が得意で、多くの数学者と交流しました。“掛け算”が実は感動のかたまりだったことについて解説します。

- 5/22 音楽と数学の不思議な関係
- 6/12 芸術家が見つけた美の数学
- 6/26 英雄ナポレオンと数学者たち
- 7/10 “たかが掛け算”にこんな感動が！

- 講師／東京海洋大学名誉教授 中村 滋
- 日程／5/22、6/12・26、7/10
- 曜日／木曜日
- 時間／14:30～16:00
- 回数／4回 ● 定員／30名
- 受講料／3,100円 ● 教材費／なし
- 会場／アカデミー文京 レクリエーションホール ほか

## 13 音楽で味わう聖書の言葉



本講座では、聖書(福音書)の言葉のなかから、とくに登場人物であるイエス、ペトロ、マリアそしてマグダラのマリアについての表現を、キリスト教音楽と聖書の言葉の両面から味わいます。  
※2024年度後期と同様の内容となります。

5/ 7 音楽で表現される聖書(福音書)の言葉  
5/14 J.S. バッハの《マタイ受難曲》  
5/21 J.S. バッハの《ヨハネ受難曲》  
5/28 マリアの賛歌  
6/ 4 マグダラのマリアとキリストの復活

- 講 師 / 放送大学客員教授 永原 恵三
- 日 程 / 5/7・14・21・28、6/4
- 曜 日 / 水曜日
- 時 間 / 13:30 ~ 15:30
- 回 数 / 5回 ● 定 員 / 30名
- 受講料 / 2,700円 ● 教材費 / なし
- 会 場 / 放送大学東京文京学習センター

## 14 彩墨書入門



墨で書いた古典の書に色彩を加えたモダンな芸術作品、それが「彩墨書」です。墨の力強さに彩りを加えることで、文字への想いをより強く、自由に表現します。本講座では、彩墨書の創始者である講師が、その秘伝の技法を丁寧に指導します。アーティスト気分でも楽しみましょう。

5/14 書の歴史・各書体について・彩墨書とは  
5/21 墨による表現(点・線・面)・色彩について  
5/28 色彩による書の表現の変化  
6/ 4 漢字のアレンジ法・色彩の入れ方  
6/11 彩墨書作品の創作にチャレンジ  
6/18 作品の完成・作品鑑賞

- 講 師 / 墨趣会主宰・産経国際書会理事 沈 強
- 日 程 / 5/14・21・28、6/4・11、18
- 曜 日 / 水曜日 ● 時 間 / 10:00 ~ 12:00
- 回 数 / 6回 ● 定 員 / 20名 ● 受講料 / 3,600円
- 教材費 / A:3,800円またはB:7,200円の選択制  
A…顔彩、梅皿、画仙紙 B…A+書筆、彩色用中筆、墨汁
- 会 場 / アカデミー文京 アトリエ

## 15 フランス印象派と響き合う浮世絵 —ジャポニスムの150年—



1867年、パリ万博に出品された日本の美術作品は“東洋趣味(ジャポニスム)”と人気を集め、フランス印象派に大きな衝撃を与えました。本講座では、6人の印象派アーティストが魅了された江戸の浮世絵師とその作品の結びつきについて、わかりやすく紹介します。

5/15 印象派のリーダー・マネと印象派の歴史  
5/29 印象派の名付け親「印象・日の出」と「睡蓮」のモネ  
6/12 葛飾北斎の「北斎漫画」を模写した「踊り子」のドガ  
6/26 ルノワールの女性像と喜多川歌麿の美人画  
7/10 富嶽三十六景に学び故郷の山を連作したセザンヌ  
7/24 歌川広重の「名所江戸百景」を写したゴッホ

- 講 師 / 元慶應義塾大学大学院講師 鈴木 隆敏
- 日 程 / 5/15・29、6/12・26、7/10・24
- 曜 日 / 木曜日
- 時 間 / 10:30 ~ 12:00
- 回 数 / 6回 ● 定 員 / 30名
- 受講料 / 4,800円 ● 教材費 / 1,000円
- 会 場 / アカデミー文京 学習室

## 16 木曾檜でつくる仏像 —心を休めて円空仏を彫る—



どなたでも彫ることができる仏像、「円空仏」を彫ってみませんか。香り豊かな檜から仏像が生まれる過程では、静かで穏やかな時間が流れ、心落ち着くひとときを過ごせます。世界に一つ、自分だけの円空仏を作りましょう。

5/15 円空仏の紹介・道具の説明と制作の流れ・彫刻指導(1)  
5/22 彫刻指導(2)  
5/29 彫刻指導(3)・まとめ・作品の集合写真撮影

- 講 師 / 彫刻師 林 雄一
- 日 程 / 5/15・22・29
- 曜 日 / 木曜日
- 時 間 / 14:00 ~ 16:30
- 回 数 / 3回 ● 定 員 / 14名
- 受講料 / 4,300円 ● 教材費 / 2,700円
- 会 場 / アカデミー文京 アトリエ

## 17 フランス近代美術の光と闇



フランス近代美術の名作を、その時代の歴史や社会の変遷とともに読み解きます。華やかなロココ美術、ナポレオンのイメージ戦略、ロマン主義と写実主義の誕生から印象派によるアートの革新まで、18世紀後半から19世紀の激動の時代と芸術を学びます。

5/16 フランス革命と美術  
5/23 激動のフランス19世紀と美術  
5/30 印象派～前衛芸術の登場

- 講 師 / 東洋大学教授 増子 美穂
- 日 程 / 5/16・23・30
- 曜 日 / 金曜日
- 時 間 / 14:00 ~ 15:30
- 回 数 / 3回 ● 定 員 / 30名
- 受講料 / 2,000円 ● 教材費 / なし
- 会 場 / アカデミー文京 学習室

## 18 初歩からはじめるオカリナ♪



柔らかい音色が特徴のオカリナ。音を出しやすい楽器なので、初めて楽器を演奏する方も安心して始められます！オカリナを楽しく学びながら曲を演奏しましょう。  
※教材費には楽器「アルトC調」と使用楽譜を含み、全員共通でご購入いただけます。  
※楽器の色指定や注文後のキャンセルはできません。

5/21 オカリナの歴史・呼吸法・持ち方・姿勢 指使い①左手の練習  
6/ 4 指使い②右手の練習 やさしい曲の演奏  
6/18 ロングトーンの練習「春の小川」の練習  
7/ 2 指使い③低音、高音「月の光に」の練習  
7/16 指使い④半音の上げ下げ(♯、b)「よろこびの歌」の練習  
7/30 「オーラリー」の練習 おさらい会

- 講師 / 東邦音楽学校講師  
田中 美紅
- 日程 / 5/21、6/4・18、7/2・16・30
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 9:30 ~ 11:00
- 回数 / 6回 ● 定員 / 15名
- 受講料 / 7,300円 ● 教材費 / 1,100円
- 会場 / 東邦音楽大学 文京キャンパス

## 19 大正ロマンの画家・竹久夢二の魅力



2024年に生誕140年を迎えた文の京ゆかりの文化人、画家・竹久夢二。「夢二式美人」を描き、恋多き画家として知られる夢二の人生と画業を振り返ると共に、知られざる足跡や多彩な美の世界に迫ります。最終回は竹久夢二美術館(文京区弥生)を見学します。

6/17 竹久夢二の生涯と芸術  
6/24 竹久夢二の旅と関東大震災の表現  
7/ 1 竹久夢二の詩、文京ゆかりの地について  
7/ 8 竹久夢二美術館見学

- 講師 / 竹久夢二美術館学芸員  
石川 桂子 徳重 美佳
- 日程 / 6/17・24、7/1・8
- 曜日 / 火曜日
- 時間 / 14:00 ~ 15:30
- 回数 / 4回 ● 定員 / 30名
- 受講料 / 3,200円 ● 教材費 / 1,200円(入館料)
- 会場 / アカデミー文京 学習室 ※7/8は竹久夢二美術館

## 20 はじめての将棋入門 ~『観る将』から『指す将』へ最初の一手~



「対局中のおやつ」「勝負めし」が話題となっている将棋。興味を持ったなら、次は実際に指してみませんか？全くの初心者を対象に、駒の持ち方・動かし方、ルールを優しく丁寧に指導します。講師による指導対局や受講生同士での対局も楽しみましょう。

5/19 駒の動き方をマスターする  
6/ 2 将棋のルールを覚える  
6/16 実際に将棋を指して対戦する  
6/30 詰みの形を覚える  
7/14 攻め方と囲い方をマスターする

- 講師 / 指導棋士四段  
西村 尚通
- 日程 / 5/19、6/2・16・30、7/14
- 曜日 / 月曜日
- 時間 / 14:00 ~ 15:30
- 回数 / 5回 ● 定員 / 16名
- 受講料 / 4,700円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 レクリエーションホール

## 21 大切な写真から作る「一枚の自分史」



いま静かなブームの「自分史」。作ってみたいけれど、どこから始めていいのかわからない。そんなあなたの大切な写真を一枚お持ちください。「一枚の写真」の中の大切な思い出を手がかりに、「一枚の自分史」(約1,000文字)を作るところから、始めてみませんか？

5/28 自分史の基本  
6/11 素材の集め方  
6/25 「一枚の自分史」の作り方  
7/ 9 作品の完成、自分史の活かし方

- 講師 / 自分史活用推進協議会認定  
自分史活用アドバイザー 小矢野 正夫
- 日程 / 5/28、6/11・25、7/9
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 14:00 ~ 15:30
- 回数 / 4回 ● 定員 / 14名
- 受講料 / 2,900円 ● 教材費 / 500円
- 会場 / アカデミー文京 アトリエ

## 22 知るほどハマる！ドイツ食文化探訪



ドイツの食材や料理は日本でも長く広く親しまれています。しかし、その魅力の奥深さについて、どのくらいご存知でしょうか？パンやハム・ソーセージ、菓みに乳製品、そしてビールやワインなど、ドイツの食卓に欠かせない食べ物を通じて、奥深いドイツ食文化の世界をお伝えします。

6/18 パン  
6/25 ハム・ソーセージ類  
7/ 2 菓子・乳製品  
7/ 9 ビール・ワイン

- 講師 / ドイツパン・食文化ライター  
森本 智子
- 日程 / 6/18・25、7/2・9
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 10:30 ~ 12:00
- 回数 / 4回 ● 定員 / 30名
- 受講料 / 4,100円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 学習室

## 23 海外旅行で使える英語



【対象: 中学卒業レベル、TOEIC®350点から500点程度】本講座では、海外旅行をする際の様々なシーン(外貨の両替、レストランでの注文、迷子になったとき、助けを求め等)で使える表現に焦点を当てます。外国人講師と一緒に、英語を楽ししく学びましょう。

※講座内容は2024年度後期と異なります。

5/9	飛行機での会話	6/13	おすすめの観光地について質問する
5/16	入国手続きで聞かれる質問に答える	6/27	車をレンタルする
5/30	タクシーで目的地を伝える	7/4	道を尋ねる
6/6	ホテルのチェックイン	7/11	お土産を買う

- 講師 / 跡見学園女子大学文学部准教授 アダム・クリstofファー
- 日程 / 5/9・16・30、6/6・13・27、7/4・11
- 曜日 / 金曜日
- 時間 / 10:30 ~ 12:00
- 回数 / 8回
- 定員 / 20名
- 受講料 / 8,800円
- 教材費 / なし
- 会場 / 跡見学園女子大学 文京キャンパス

## 24 日常英会話初級編 ~会話の広げ方~



【対象: TOEIC®L&R400点程度(単語で会話ができるレベル)】本講座では、様々なシーン別の会話練習にチャレンジし、1~3文程度の文章を話せるようになることを目指します。特に、会話を広げるための追加の質問(フォローアップクエスチョン)などを重点的に扱います。

※2024年度講座とは内容が異なります。

※授業は全て英語で行います。

5/14	オリエンテーション、自己紹介	6/11	おすすめのお店
5/21	自身の住まいについて	6/18	身近な相談事
5/28	買い物について	6/25	自身の意見を伝える
6/4	道案内や場所についての説明	7/2	世界の都市について

- 講師 / 東洋大学英語講師 Marie Yanai (※変更になる可能性があります。)
- 日程 / 5/14・21・28、6/4・11・18・25、7/2
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 18:30 ~ 20:00
- 回数 / 8回
- 定員 / 14名
- 受講料 / 9,200円
- 教材費 / 600円
- 会場 / 東洋大学白山キャンパス 浦水会館

## 25 『小澤征爾さんと、音楽について話をする』を英語で読む



【対象: 英検準二級から二級程度もしくはTOEIC®400点から550点程度】小澤征爾氏と村上春樹氏の対談集『小澤征爾さんと、音楽について話をする』の英語版(Jay Rubin訳)である、Absolutely on Musicを読みます。みなさんに訳読していただきながら、構文や単語の意味の説明をします。共に二人の語りを英語で楽しみ、音楽についての知識を深めてゆきましょう。

※本講座は和訳・音読・リスニングを行います。

＜取り扱う内容＞

「最初にブラームスのピアノ協奏曲第一番」パーンスタイン・演奏前のスピーチ ほか

- 講師 / 東邦音楽大学講師 増淵 千幸
- 日程 / 5/21、6/4・18
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 15:30 ~ 17:00
- 回数 / 3回
- 定員 / 15名
- 受講料 / 3,700円
- 教材費 / なし
- 会場 / 東邦音楽大学 文京キャンパス

## 26 旅に役立つフランス語



【対象: 入門~初心者】フランス語が片言でも話せると、旅の印象は大きく変わります! パリ旅行のいくつかのシチュエーションで、旅するように学びながら、役立つ表現を習得しましょう。ネイティブの講師が丁寧に指導しますので、安心してご参加ください。

※講座内容は2024年度前期と概ね同様となります。

5/23	カフェで
5/30	パン屋で
6/6	ショッピングをする
6/13	レストランで
6/20	移動する
6/27	道を尋ねる

- 講師 / 東京日仏学院(アンスティチュ・フランセ東京)講師 マガリ・ポレーズ
- 日程 / 5/23・30、6/6・13・20・27
- 曜日 / 金曜日
- 時間 / 14:00 ~ 15:30
- 回数 / 6回
- 定員 / 15名
- 受講料 / 7,200円
- 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 アトリエ ほか

## 27 スペイン語と日本語の対照言語学入門



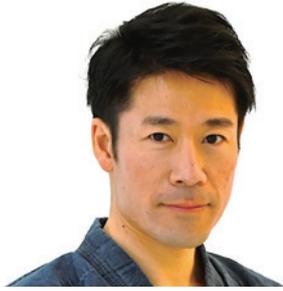
複数の言語を比べて、相違点や共通点を明らかにするのが「対照言語学」と呼ばれる分野です。スペイン語と日本語を比較して、言語間の意外な共通点を発見しましょう。

※本講座はスペイン語を学ぶ講座ではありません。スペイン語に触れたことがない方でもご受講いただけます。

6/7	スペイン語の文字と発音 愛称表現と「お・み」ことばの対照言語学入門
6/14	スペイン語の動詞の仕組み カツオノエボシと café con leche — 複合語の対照研究入門
6/21	スペイン語の数詞 — 富士三鷹三茄子 — 助数詞の対照言語学入門

- 講師 / 拓殖大学外国語学部教授 安富 雄平
- 日程 / 6/7・14・21
- 曜日 / 土曜日
- 時間 / 10:00 ~ 11:30
- 回数 / 3回
- 定員 / 30名
- 受講料 / 2,500円
- 教材費 / なし
- 会場 / 拓殖大学 文京キャンパス

## 28 暮らしに活かす古武術の知恵 姿勢と動きづくりのヒント



古武術を学ぶだけではなく、古武術に根付く身体の使い方のコツを楽しく身につける講座です。「長時間楽に保てる姿勢」や「楽に歩き、歩みが進む方法」など、日常生活に活かせる古武術の知恵を、実際に自分の身体で実践していきましょう。

5/20 姿勢や歩き方  
5/27 重たい物の運び方  
6/ 3 緊張の取り方、呼吸法  
6/24 古武術を暮らしに活かす方法  
7/ 1 身体の不調の整え方①  
7/ 8 身体の不調の整え方②、自宅での運動方法

- 講師 / 身体教育家・東京藝術大学非常勤講師 林 久仁則
- 日程 / 5/20・27、6/3・24、7/1・8
- 曜日 / 火曜日
- 時間 / 10:30 ~ 12:00
- 回数 / 6回 ● 定員 / 25名
- 受講料 / 4,400円 ● 教材費 / 1,600円
- 会場 / アカデミー文京 レクリエーションホール

## 29 やさしいフィットネスダンス ~心も体も元気に~



初心者も大歓迎の楽しみながら踊る講座です。前半はバレエの要素を取り入れた動きで体幹を鍛え、後半は軽快な音楽に合わせて楽しくダンス！陽気で明るい講師と一緒に、爽快な汗をかきましょう。心も体もすっきりし、きっと達成感をえられるはずです。

《毎回の流れ》  
ポルドブラ(体の軸を作るストレッチ)、ウォーミングアップ、振り付け

- 講師 / フィットネスインストラクター 木原 啓貴
- 日程 / 5/28、6/4・11・18・25
- 曜日 / 水曜日
- 時間 / 14:00 ~ 15:30
- 回数 / 5回 ● 定員 / 25名
- 受講料 / 4,000円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 レクリエーションホール

## 30 &lt;体イキイキ・心ワクワク!&gt;なじみ深い曲で踊ってみましょう!



なじみのあるポピュラー音楽に合わせて、楽しく踊ってみませんか。経験豊富な講師が明るく丁寧に指導しますので、ダンス未経験者も大歓迎です。日常であまり使わない筋肉をストレッチし、ダンスを通して身体が喜ぶ瞬間を体感しましょう。

《使用予定曲》 ※変更になる場合があります  
Cyndi Lauper  
「Girls Just Want to Have Fun」

- 講師 / 金田誠一郎演劇塾主宰・NEOスタジオ講師 金田 誠一郎
- 日程 / 6/2・9・16・30、7/14
- 曜日 / 月曜日
- 時間 / 10:30 ~ 12:00
- 回数 / 5回 ● 定員 / 20名
- 受講料 / 5,000円 ● 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 レクリエーションホール

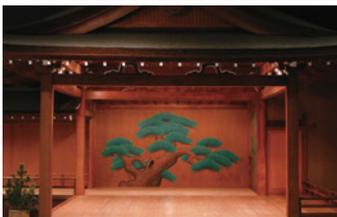
## 31 &lt;宝生会協力講座&gt;ふかぼり能楽入門 ~杜若~(公演チケット付)



文京区の宝生能楽堂にて、およそ100年にわたり能公演を催している宝生会。初夏にちなんだ能「杜若(かきつばた)」を題材に、主演(シテ方)の宝生流能楽師を講師に迎え、事前レクチャー・公演鑑賞・アフター講座でお届けする、能の魅力がたっぷりつまった講座です。

6/ 4 能のあらまし、宝生流「杜若」について  
6/21 能楽鑑賞(宝生会定期公演・午後の部 能「杜若」ほか)  
7/ 2 主演能楽師による質疑応答、能体験

《注意事項》  
公演及びチケット詳細については、初回講座にてお伝えいたします。受講生以外の方と一緒に鑑賞を希望される等のご要望にはお応えいたしかねますので、ご了承ください。6/21の公演では出席をとりません。各自でご鑑賞ください。



- 講師 / 宝生流能楽師 内田 朝陽
- 日程 / 6/4・21、7/2
- 曜日 / 水曜日  
※6/21のみ土曜日
- 時間 / 6/4、7/2 10:30 ~ 12:00  
6/21 公演鑑賞(15:30開演)
- 回数 / 3回 ● 定員 / 20名
- 受講料 / 3,000円
- 教材費 / 5,000円  
(公演チケット代 受講生特別料金)
- 会場 / 6/4、7/2 宝生会春日教室  
6/21 宝生能楽堂

# 文京アカデミア講座（中級）

入門レベルで開講しているアカデミア講座と比較して、レベルの高い中級講座を開催します。ステップアップを目指している方向けの講座です。

## M1 日常英会話中級編 ～幅広い表現を身につけよう～



【対象：TOEIC®L&R550点以上(2～3文で会話ができるレベル)】英語特有の慣用表現を学んだり、短いエッセイを読んでディスカッションをすることを通じて、豊かで幅広い英語表現を身につけることを目指します。

※2024年度講座とは内容が異なります。

※授業は全て英語で行います。

5/15	オリエンテーション、自己紹介	6/19	ディスカッション①
5/22	アドバイスを求める		「おすすめの観光地」
5/29	相手を励ます	6/26	日本食について
6/ 5	live を使った句動詞	7/ 3	ディスカッション②
6/12	go を使った句動詞		「世界の食習慣」

- 講師 / 東洋大学英語講師  
Marie Yanai (※変更になる可能性があります。)
- 日程 / 5/15・22・29、6/5・12・19・26、7/3
- 曜日 / 木曜日
- 時間 / 18:30～20:00
- 回数 / 8回
- 定員 / 14名
- 受講料 / 9,200円
- 教材費 / 600円
- 会場 / 東洋大学白山キャンパス 浦水会館

## LINE 公式アカウント「友だち追加」はお済みですか？

アカデミー文京 学習推進系のLINE公式アカウントでは、アカデミア講座に関する最新の情報(募集開始のお知らせや二次募集のお知らせなど)や緊急連絡(中止・延期)などのニュースを中心に配信しています。

この機会に、右のQRコードまたはID検索[@713uvvgn]から「友だち追加」をして、ご活用ください！

※「友だち追加」を行うには、事前に「LINE」アプリをインストールする必要があります。



## 文京 e ラーニング講座

〈いつでも、どこでも、だれでも、好きな時に好きなだけ見て聞いて学べる〉

文京アカデミア講座や講演会の一部をインターネット上で視聴できます。この番組は当財団と日本女子大学が協働して企画・制作・運営しています。現在、多彩なジャンルの33講座を好評配信中です。

### 2023年度収録 配信中講座

#### 特別公開講座

教えてお釈迦様 幸せをいただく方法  
一般若心経に学ぶー

講師：法相宗大本山薬師寺 管主 加藤朝胤 / 時間：90分

#### 大学プロデュース特別公開講座(学長講演会)

企業におけるDXの変遷と課題—会計情報システムをてがかりに—

講師：中央大学国際経営学部教授 / 学長 河合 久 / 時間：58分

会員登録・年会費の必要はありません

### 2024年度収録 配信中講座

#### 大学プロデュース特別公開講座(学長講演会)

膝の痛みに対する日常のケアと予防管理

講師：文京学院大学学長 福井 勉 / 時間：57分

### 配信予定講座

#### 特別公開講座

竹久夢二から始まる“かわいい”日本のカルチャー

講師：金沢湯涌夢二美術館副館長 高橋 律子



文京アカデミーHPより  
ご覧になれます。

無料で好きな  
時間に視聴可能！



PCの場合：文京アカデミー HP トップ画面▶「文京 e ラーニング - 講座・催し物」でサイト内検索▶文京 e ラーニング - 講座・催し物

※ご不明点は日本女子大学生涯学習センター [03-5981-3755 (平日9:00～17:00)] までお問い合わせください。

# 区民プロデュース講座

区民プロデュース講座は、地域に根ざした生涯学習の実現を目指して、区民の皆さまに企画立案いただき、文京アカデミーが主催する講座です。

## 32 老化予防のための歌唱トレーニング



アンチエイジングに効果的な歌唱法をカラオケ機器を用いて学びます。その歌唱法は嚥下機能や呼吸機能が向上するというデータもあります。また、ご自宅での反復練習が可能です。課題曲は「上を向いて歩こう」他、おなじみの曲をご用意してお待ちしております。

5/13 脳とからだの動きについて／「ふるさと」を歌おう  
5/20 「上を向いて歩こう」を歌おう  
5/27 「昴」を歌ってみよう  
6/ 3 おさらいの会～みんなで作表～

- 講師／ミュージックサイエンス指導士 黒澤 康子
- 日程／5/13・20・27、6/3
- 曜日／火曜日
- 時間／14:00～15:30
- 回数／4回 ● 定員／10名
- 受講料／4,000円 ● 教材費／1,000円
- 会場／アカデミー文京 レクリエーションホール

## 33 色鉛筆で彩る浮世絵師・巴水の世界



大正・昭和期に確立した新版画の旗手・川瀬巴水の作品を、塗り絵で楽しんでみませんか。下絵があるので絵心がなくても大丈夫です。版画技法の彩りを、色鉛筆を使って工夫しながら再現します。作品の細部にまで目を凝らすことで、叙情豊かな巴水の世界をより深く味わうことができるでしょう。

5/15 色鉛筆の基本  
5/29 「ざら摺り」を学ぶ  
6/12 「空摺り」を楽しむ  
6/26 代表作「芝増上寺」を塗る  
7/10 季節や天候をアレンジ

- 講師／大人の塗り絵インストラクター 福永 あずさ
- 日程／5/15・29、6/12・26、7/10
- 曜日／木曜日
- 時間／10:00～12:00
- 回数／5回 ● 定員／15名
- 受講料／2,700円 ● 教材費／1,000円
- 会場／アカデミー文京 アトリエ

## 34 さあ 野菜を食べてしあわせになろう



野菜の旬や鮮度の見極め方、おいしい食べ方などを学んだ「ぶんきょう野菜大使」が野菜の美味しさや魅力を皆さまにお伝えします。健康的に野菜を手軽に食べられるアイデアをご紹介します。もっともっと野菜が食べたくなる美味しい講座です。

5/23 野菜をもっと食べるには ウドと豚肉の爽やか炒め ほか  
6/13 野菜でSDGs きゅうりとチキンの夏カレー ほか  
6/27 江戸東京野菜を知ろう 初夏のお豆のホットサラダ ほか  
7/11 腸活で夏バテ予防 カラダよろこぶ具だくさん味噌汁 ほか

- 講師／ぶんきょう野菜大使 中田 文恵 葛西 富子 ほか2名
- 日程／5/23、6/13・27、7/11
- 曜日／金曜日
- 時間／10:30～13:30
- 回数／4回 ● 定員／16名
- 受講料／2,500円 ● 教材費／5,500円
- 会場／アカデミー茗台 実習室

## 35 経絡フィットネスでボディメイク



フィットネスで美しい姿勢の作り方、簡単に効果的な体のシェイプアップ&セルフケアの方法を学びます。また、数ある気功法の中から、身体を引き締め、バランスを整えるものを厳選しました。ゆったりとした動作と呼吸で基礎代謝を高め、脂肪燃焼をサポートします。

6/10 美しい姿勢の作り方/意識をもって気を巡らす  
6/17 簡単セルフケア/気の運行で基礎代謝を促す  
6/24 気になる部位の引き締め方/動功で脂肪を溜めない  
7/ 1 呼吸と運動で脂肪燃焼/精油を運動に活用する

- 講師／トレーナー 亀梨 淳之介 気功指導 はーろんまみ
- 日程／6/10・17・24、7/1
- 曜日／火曜日
- 時間／14:00～15:30
- 回数／4回 ● 定員／16名
- 受講料／2,500円 ● 教材費／500円
- 会場／アカデミー文京 レクリエーションホール

## 36 タオルと椅子de楽々フィットネス



日頃から何か運動しなければと思いつつ、適切な方法がわからないままついついおろそかになっているのではないのでしょうか。本講座では、椅子に座ったままタオル一本で気楽に、衛生的に実行できる筋トレやストレッチを学びます。体調維持や肩こり、腰痛予防、フレイル防止に役立つことでしょう。

7/3 タオルの持ち方・体慣らし  
7/10 脚の悩み解消  
7/17 肩こり・腰痛予防  
7/24 全身エクササイズ・復習

- 講師 / 介護予防運動指導員・健康講座講師  
石田 京子
- 日程 / 7/3・10・17・24
- 曜日 / 木曜日
- 時間 / 14:00～15:30
- 回数 / 4回
- 定員 / 15名
- 受講料 / 2,700円
- 教材費 / なし
- 会場 / アカデミー文京 レクリエーションホール

## 講座を作ってみませんか？

文京区民の皆様からご提案いただいた講座を「区民プロデュース講座」として実施しています。講師は申請者ご本人でもお知り合いの方でも構いません。あなたの周りの素敵な講師をご紹介します。会場の確保や受講生の募集などは当財団が行います。魅力あふれる企画をお待ちしています。

採用予定数：計10企画程度

講座実施時期：2025年度後期(2025年10月～12月)・後期II(2026年1月～3月)の平日・日中



### 申請者の応募資格

文京区内在住・在勤・在学者(15歳以上、中学生を除く)、または区内で活動しているサークル・NPO・個人・団体  
※申請者が上記資格を満たしている場合、講師は区外の方でも可能です。

① 申請書・企画書をアカデミー文京窓口(文京シビックセンター地下1階)に提出

受付日時：平日9:00～17:00

※受付時に内容の確認を行うため、郵送やメールではご提出いただけません。  
時間に余裕を持ってご提出ください。

※初めて応募される方は事前相談のご利用を推奨します。詳細は以下をご覧ください。



② 4月4日(金)17:00(時間厳守)

❗ 応募される前に、必ず募集要項をご覧ください。

※募集要項は、アカデミー文京・地域アカデミー窓口にてお受け取りください。

文京アカデミーHPからもダウンロードできます。→<http://www.b-academy.jp/manabi/>



▲詳細はこちら

## 「区民プロデュース講座」企画のための相談ができます

区民プロデュース講座に初めて応募される方、募集要項に分かりにくい箇所がある場合など、企画書のご提出前にぜひ一度ご相談ください。文の京生涯学習司(区認定資格有資格者)が企画書の書き方などをお手伝いします。お気軽にご相談ください。

① 毎週水曜日 10:30～13:30(受付は13:00まで) ※4月2日は13:30～16:30になります。  
毎週木・金曜日 13:30～16:30(受付は16:00まで)

※相談場所は文京アカデミー生涯学習相談窓口(文京シビックセンター地下1階)です。

※1回の相談時間は30分程度です。

② 事前予約制

アカデミー文京学習推進係へお電話ください。

③ アカデミー文京 学習推進係 TEL 03-5803-1119(平日 9:00～17:00)



～募集要項をよくお読みいただいた上で事前相談にお越しく下さい。～

① 申込 ② 締切 ③ 日時 ④ 問い合わせ先

# 資格取得キャリアアップ講座

区内大学で開講する講座に文京区民枠を確保し、資格取得やキャリアアップを支援します。  
受講生には受講料の割引があります。

(区民割引は文京アカデミーにお申込みいただかないと適用できません。)

## 申込について

- 対象／文京区内在住・在勤・在学者(15歳以上、中学生を除く)
- 申込方法／公益財団法人文京アカデミーホームページからお申込みください。

<https://www.b-academy.jp/manabi/>

※オンデマンドコンテンツは受講にEメールのやり取りが必須のため、Web申込みに限らせていただきます。

なお、Eメールアドレスはキャリア(携帯)メールではなく、PCで使用可能なメールアドレスをご登録ください。

※ホームページは、各締切日(下記表参照)の23:59まで受付

- 定員／各講座10名(定員を超えた場合は、抽選)  
※申込者が最低履行人数に満たないときは、開講されない場合があります。
- 申込に関するお問い合わせ／アカデミー文京 学習推進係 TEL 5803-1119(平日9:00~17:00)

## 講座開設／日本女子大学生涯学習センター

- 会場／表の★はオンデマンドコンテンツ  
※オンデマンドコンテンツについて:リアルタイムの講座ではなく、各自の都合でご視聴いただく形式です。
- 講座・ガイダンスについてのお問い合わせ／日本女子大学生涯学習センター TEL 5981-3755(平日9:00~17:00)  
※各講座ごとに事前無料ガイダンスがあります。ご参加をお勧めします。  
※詳細は日本女子大学公開講座ホームページ <https://jwullc.sa-advance.com/>

講座名	講師	日程	時間	受講料	締切
★TOEIC・英検 攻略アプリ!	株式会社 サインウェブ	6/1(日)~10/31(金)	視聴期間中いつでも (回数制限なし)	13,500円 (区民割引前15,000円)	5/16(金)
世界遺産検定3級 対策講座	NPO法人 世界遺産アカデミー 認定講師	5/29(木)、6/5(木)、 6/12(木)、6/19(木)、 7/10(木) <sup>※1</sup>	15:10~16:40	12,600円 (区民割引前14,000円) テキスト代込 検定料別	5/12(月)
★消費生活アドバイザー 試験対策講座2025	LEC 消費生活アドバイザー 専任講師	5/26(月)~12/31(水)	視聴期間中いつでも (回数制限なし)	20,700円 (区民割引前23,000円) テキスト代込 <sup>※2</sup> 検定料別	5/8(木)

※ 受講の取り消し(キャンセル)は、申込締切日から起算して3日以内となります。ご連絡のない場合は、後日受講料を請求させていただきます。

※ 検定は各自での申込となります。

※ 1 7/10(木)は、検定試験を実施します。日本女子大学を会場として団体割引価格で受験できます。検定試験の申込方法詳細は、講座を受講していただく方へ別途ご案内します。

※ 2 本講座で用いる公式テキスト「2025 消費生活アドバイザー資格試験公式テキスト①~④」(一般財団法人 日本産業協会発行)は、別途ご購入ください。

## 今後の予定

文京アカデミーでは下記のような人気講座を随時開催しています。  
詳細は文京アカデミー広報紙スクエア、区報ぶんきょうの募集記事をご覧ください。

### パソコン講座

シビックセンター前、文京ガーデンエリア内にある専門学校で行うパソコン講座です。講師と助手学生が丁寧にわかりやすく指導します。

#### パソコン超入門／エクセル入門 (使用OS:Windows10)

【パソコン超入門】は、パソコンの基本的な操作方法とそれに必要な知識を学び、ファイル管理やインターネット閲覧、文字の入力方法などを習得します。\*初めてパソコンに触れる方・初心者の方向け

【エクセル入門】では「エクセル2019(表計算ソフト)」の基本操作を学び、ビジネスでも家庭でも役立つ便利な表やグラフを作成します。\*キーボード入力とマウス操作ができる方向け

講座名	日時	受講料	教材費
パソコン超入門	5月13日(火)～15日(木) 15:10～17:20	3,800円	1,400円
エクセル入門	5月20日(火)～22日(木) 15:10～17:20	3,800円	1,100円

講師 読売理工医療福祉専門学校講師 麻生裕之  
対象 文京区内在住、在勤、在学者(15歳以上、中学生を除く)  
定員 各25名(抽選) 締切 4月9日(水)必着  
会場 読売理工医療福祉専門学校(文京区小石川1-1-1)  
詳細 文京アカデミースクエア3月号、区報ぶんきょう3月25日号(予定)



▲申込はこちら

### 特別公開講座

#### 『【舞台芸術対談】文の京は交差点～和の文化か、洋のアカデミーか～』

文京アカデミア講座で大人気の講師2人が夢の共演! 1日限りの特別対談をどうぞお楽しみに。

日時 5月31日(土) 14:00開演(予定)  
会場 文京シビックホール小ホール  
講師 元NHKエグゼクティブアナウンサー 水谷 彰宏、音楽プロデューサー 坂田 康太郎  
詳細 文京アカデミースクエア3・4月号 \*3月5日(水)から申込開始



▲申込はこちら

### 2025年度 ぶんきょう歌壇・俳壇

毎日の生活のひとこまを短歌や俳句で表現してみませんか

	応募期間	発表(スクエア/区報)
第1回	4月5日(土)～5月9日(金)	7月号/6月25日号
第2回	6月25日(水)～7月18日(金)	9月号/9月10日号
第3回	9月5日(金)～10月10日(金)	12月号/12月10日号
第4回	12月5日(金)～2026年1月9日(金)	3月号/3月10日号

#### 〈選者(予定)〉

・歌壇/大下 一真(第1回・第3回)、寺尾 登志子(第2回・第4回)  
・俳壇/松澤 雅世(第1回・第3回)、佐怒賀 正美(第2回・第4回)

※発表掲載号は変更になる場合があります。  
予めご了承ください。

#### 〈応募要項〉

対象 文京区内在住・在勤・在学の方

応募方法 はがきに、①作品(1枚に2首・句以内、題材は自由、未発表作品に限る) ②種別(歌壇・俳壇を明記)  
③住所(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名も) ④氏名(ふりがな) ⑤年齢 ⑥電話番号  
を明記し、以下へ

【応募・お問い合わせ先】 〒112-0003 文京区春日1-16-21  
アカデミー文京 学習推進係 TEL 5803-1119(平日9:00～17:00)

入場  
無料

— 一間こえてくる春の風。出会いの季節の訪れとともに  
新しい楽しみを見つけてみませんか。 —

令和7年  
文京アカデミー

# 生涯学習フェア

## 展示・サークル紹介

絵画や生け花などの作品展示や活動内容、文京アカデミア講座を紹介します！

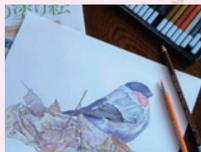
日時:3月4日(火)・5日(水) 10:30~17:00 会場:ギャラリーシビック/アートサロン(文京シビックセンター1階)  
問合せ:<展示・サークル紹介>学習推進係 03-5803-1119(平日 9:00~17:00)

### ギャラリーシビック



#### アトリエマルディ (サークル紹介・絵画)

アカデミー音羽にて、アクリル絵具での裸婦デッサン、クロッキー等を行っています。



#### 塗り絵アート サークル(絵画)

第3火曜日(10:00~12:00)シビックセンター会議室等。風景、名画、人物、動植物等各自好みの絵画を、指導者のアドバイスを楽しく受けて塗っています。



#### ハート&ヘルス サークル(華道)

原則毎月第一木曜日(10:00~12:00)アカデミー千石ほか  
花って、まるで自然がくれた宝物。花の魅力と出会いながら、楽しんでいっています。



#### NMC古流いけばな クラブ(華道)

毎月第3土曜日(10:30~12:30)アカデミー湯島和室。異業種交流会(NMC)の分科会として開催。生活空間に花を飾りましょう。季節先取りの花を古流盛花の手法で活け込みます。



#### 絵本づくり文京 (創作絵本)

例会では絵本作りのワークショップや各自創作中の絵本についての相談・作品発表会及び講師による絵本作りの解説や説明を受けます。



#### 木版画刀彩会 (木版画)

例会毎月第2土曜日。木版画を創って楽しむ会です。木版画といえば浮世絵ですが私たちはそれにこだわることなく自由に描き、彫り、摺っています。

### アートサロン



#### 文京ふるさと歴史館 友の会(サークル紹介)

平成3年10月に、文京ふるさと歴史館の協力団体として発足。歴史館を中心に、文京区内外の史跡巡り、講演会、バス見学会、研究発表会などを行っています。



#### 陶磁研究やまぼうし会 (陶芸)

当会は、70名の会員を擁し、アカデミー湯島の施設を活動拠点にして、毎週金曜日を会員の自由活動日としています。東京藝大陶芸教室の関係者からご指導を受けています。毎年1回会員による作品展をシビックセンターで開催します。



#### 文京区高齢者大学 生の会(サークル紹介)

当会は、いきいきアカデミア(高齢者大学)のOBOGを主体とする高齢者の生涯学習と親睦のための社会教育団体で月1回の文学分科会のほか、文学散歩、史跡巡り、社会科見学、講演会、修学旅行、年2回の懇親会等を行っています。



#### 文京バードカービング クラブ(彫刻)

毎月第2第4火曜日の2回、アカデミー文京のアトリエほかで、日本バードカービング協会副会長の水上先生の指導のもと、木片を彫刻、彩色して鳥のモデルを作成します。(午前、午後の2クラスあり)



#### かぶこう会(サークル紹介)

講師を招いて月2回の例会(水曜日10時より90分)。月額会費1,500円。会場は原則シビックセンター学習室。当会は発足以来20年目。歌舞伎を中心に日本の伝統文化、伝統芸能を学び、鑑賞会も実施し、会員同士の交流も盛んです。



会場の様子  
(昨年度)

## 舞台発表

楽器演奏やダンスなど、さまざまなサークル団体が日頃の活動の成果を発表します！

日時:3月4日(火)・5日(水) 10:30~17:00 会場:文京シビックホール 小ホール(文京シビックセンター2階)  
問合せ:<舞台発表> 施設管理係 03-5803-1100(9:00~17:00)

### 3月4日(火)

時間	参加団体	内容	活動曜日・場所
11:00~	文京区日本舞踊普及会	日本舞踊	日・火 アカデミー文京・向丘
11:10~	ケ アロハ フラの会	フラダンス	火・金 アカデミー文京・向丘
11:40~	文京アカデミア ヴィオラの会	ヴィオラ演奏	金 アカデミー文京ほか
— 休 憩 —			
13:00~	秋田の文化を学ぶ会	秋田県無形文化財 盆踊り	1回/月・不 定日 アカデミー文京
13:20~	詩吟國鳥会	詩吟	土 アカデミー湯島
13:50~	あんさんぶる・みゆう	弦楽四重奏	土 アカデミー音羽
14:20~	尺八サークル 文京竹の音会	尺八・笛演奏	火・水 アカデミー文京
14:40~	東京バラライカ・アンサンブル 音羽グループ	バラライカ演奏	日 アカデミー音羽
15:10~	愛唱会	合唱	木 アカデミー向丘

### 3月5日(水)

時間	参加団体	内容	活動曜日・場所
11:00~	童謡・唱歌・抒情歌を歌う会 「桔梗」	合唱	月 アカデミー茗台
11:25~	エアロ土筆会	エアロビクス	水 アカデミー文京
11:35~	ハイビスカス	フラダンス	月 アカデミー音羽・茗台
— 休 憩 —			
13:00~	lau le'a	フラダンス	金 アカデミー向丘
13:30~	モアナウクレレ	ウクレレ演奏	土 アカデミー向丘
14:00~	ムジカ・アニーモ	弦楽アンサンブル	水・土 アカデミー音羽
14:30~	白山フラフレンズ	フラダンス	金 アカデミー千石・向丘
15:05~	コール メゾフォルテ	合唱	日 アカデミー湯島・向丘
15:35~	こーろ・しおん	合唱	土 アカデミー茗台
16:05~	文京混声合唱団	合唱	水 アカデミー湯島・茗台

※上演時間は各団体により異なります。各団体の終演予定時刻は、施設管理係(03-5803-1100/9:00~17:00)までお問合せください。

# お申込みの際のお願い

## ① 必ず講座日程、内容の確認をお願いします。

お申込みの際は、講座日程・内容・受講に必要な要件等を必ず本冊子または公益財団法人文京アカデミーホームページでご確認の上、お申し込みください。

(講座の内容は、現在掲載できるものだけを記載していますので、各回の内容が入っていない講座もあります。)

## ② 講師の都合等により、日程・内容を変更する場合があります。

## ③ 定員に満たない場合は開講しない講座もあります。

## ④ 定員を超えて受け入れる場合があります。

各講座とも定員を設定していますが、お申込み多数の場合は、総合的な判断のもと増員することがあります。

## ⑤ 当選後の受講のキャンセルにはご注意ください。

申込者数の多い講座は、抽選で当選・落選を決定しています。当選が確定した後はキャンセルされないようご協力ください。

当選通知が届いた時点で、やむを得ず受講を取り消す場合は速やかに電話にてご連絡ください。

受講料の支払いがないことをもって受講キャンセルとはみなしません。

## ⑥ 1講座につき、お1人様1件のみのお申込みとなります。

2件目以降のお申込みは無効となります。

### 往復はがきでお申込みの際の注意点

- ・往復はがき1枚につき1講座1名分でお申し込みください。
- ・お申込みの際、消せるボールペン(フリクションボールペン)は使用しないでください。摩擦により字が消えてしまう恐れがあります。

### 受講料・教材費の納入

受講の当選通知が届きましたら受講料・教材費をお支払いください。お支払いは、口座振込またはアカデミー文京窓口(文京シビックセンター地下1階)支払いとさせていただきます。お振込の場合、お支払い金額に過不足がないよう事前にご確認の上、期日までに指定の銀行口座へお振込をお願いいたします。振込手数料は、ご負担をお願いいたします。アカデミー文京窓口でのお支払いは当選通知に記載の期間中の平日19時まで(土曜日は17時まで)とさせていただきます。現金のみのお取り扱いとなります。おつりが出ないようにご協力ください。指定の期日までに納入がない場合は、受講いただけないことがありますので、ご注意ください。(振込先・納入期日は当選通知に記載します。)

なお、教材は講座の初回以降にお渡しいたします。

### 保育つき講座について

「保育つき」の講座では、3歳から6歳の未就学児の保育を行います(定員3名、年齢は開講日を基準)。保育希望の方は、朱書きで「保育希望」、幼児の氏名(ふりがな)・性別・生年月日をはがきに記入してください。ホームページからのお申込の場合は「保育希望欄」に入力してください。(無料)

### 手話通訳つき講座について

「手話通訳つき」の講座について、手話通訳が必要な場合は、申込時に「手話通訳希望」と明記してください。(無料)

### インターネットでお申込みの際の注意点

文京アカデミーからの受講案内等のメールは、各受講生にシステムから一斉送信されます。ご使用されているメールの設定によっては、迷惑メールとして認識されてしまう等の理由でメールを受け取れない事があります。

文京アカデミーのメールのドメイン[b-academy.jp]を受信できるように設定してください。

お申込み後に「申込受付完了」のメールが届かない場合は、迷惑メールフォルダをご確認ください。迷惑メールフォルダにも不着の場合は、当落メールが届かない可能性がありますので、電話でお問い合わせください。

### 受講の取消

受講料・教材費は原則としてお返しいたしません。

ただし、転居や病気等やむを得ない事由で、講座開始7日前までに受講の取消をされた方に限りお返しいたします。それ以降の取消については、お返しできませんのでご了承ください。(ご連絡は、平日9時から17時までの受付となります。)

### 受講の際のお願い

・講座の会場への入室は、受講生ご本人に限ります。お子様連れでの受講はできません。(但し、介助が必要な方はアカデミー文京へお問い合わせください。)

・会場が文京シビックセンター内の場合は講座開始の15分前から入室が可能です。(会場が大学の場合は変更になることがあります。)

・会場が大学の場合、駐輪スペースがないことがあります。受講時は公共交通機関を利用してお越しください。

・講座を欠席された場合、授業の進み具合や宿題についてのお問い合わせはご遠慮ください。

# 文京アカデミア講座の申込方法

## ●受講対象

文京区内在住・在勤・在学者(15歳以上、中学生を除く)

## ●受講料・教材費

各掲載ページ参照

お申込みの前に必ずご確認ください。

### インターネットで

(公財) 文京アカデミーHP  
<https://www.b-academy.jp/>

画面上部「講座・催し物」

「講座」

アカデミア講座 前期

申込受付中の講座一覧が表示されますので  
講座名をクリックし、必要事項をご入力ください。



### 往復はがきで

以下の内容をご記入ください。

〈往信の文面〉①講座番号と講座名②住所③氏名(ふりがな)  
④生年月日⑤電話番号⑥在勤者は勤務先名・  
所在地、在学者は学校名をお書きください。

〈往信の宛名面〉〒112-0003 文京区春日1-16-21 B1階  
アカデミー文京 学習推進係

〈返信の文面〉何も記入しないでください。

〈返信の宛名面〉ご自身の郵便番号・住所・氏名

※休講等、緊急のご連絡を電話ですることがあります。必ず連絡のとれる番号をお知らせください。

**！ 申込期限 3月27日(木)必着 インターネットでは同日の23時59分まで受付**

**！ 定員を超えた場合は、抽選で当選・落選を決定します(受講は当選者ご本人に限ります)**

電子メールで当選・落選をお知らせします  
4月4日(金)頃に送信

返信はがきで当選・落選をお知らせします  
4月4日(金)頃に投函

**！ 4月9日(水)までに通知が届かない場合はお問い合わせください**

当選の場合は受講料・教材費を納入してください(振込先・納入期日は、当選通知に記載します)

納入確認ができた時点で受講を確定します(納入確認通知は送りません)

**受講当日**

※受講料の振込領収証を持参してください

## 二次募集

について

締切後、定員に余裕のある講座は二次募集を行います。詳しくは下記へお問い合わせください。

公益財団法人文京アカデミー アカデミー文京 学習推進係

TEL **5803-1119**  
(平日 9:00~17:00)

# 申込はがき（往復はがき）の記入例

85円分の切手をお貼りください。

郵便往復はがき

85円分の切手をお貼りください

返信

※氏名を記入

※ご自分の住所を記入

様

(必ずこの面を内側に折ってください)

- 1 講座番号・講座名
- 2 住所 〒 -
- 3 氏名 ふりがな
- 4 生年月日
- 5 電話番号 - -
- 6 ・勤務先名・学校名  
・所在地

〈返信の宛名面〉

〈往信の文面〉

85円分の切手をお貼りください。

郵便往復はがき

85円分の切手をお貼りください

往信

112-0003

文京区春日一丁目一六番二十一号  
文京シビックセンター地下一階

アカデミー文京 学習推進係 行

※この面には何も記入しないでください

〈往信の宛名面〉

〈返信の文面〉

# シビックシネマサロン 2025年度前期スケジュール

日程	上映作品	申込期間
4月18日(金)	<b>オズの魔法使い(日本語字幕)</b> 1939年/アメリカ/カラー/101分 監督:ヴィクター・フレミング 出演:ジュディ・ガーランド ほか	3/5(水)~4/4(金)
5月5日(月・祝)	① <b>楽しいムーミン一家</b> 2005年/スウェーデン/カラー/25分 ② <b>セロひきのゴーシュ</b> 1998年/日本/カラー/20分 ③ <b>花咲かじいさん</b> 16mmフィルム/1978年/日本/カラー/10分 ④ <b>走れメロス</b> 16mmフィルム/1981年/日本/カラー/20分	4/5(土)~4/23(水)
6月20日(金)	<b>青い山脈</b> 1949年/日本/モノクロ/183分 監督:今井正 出演:原節子 ほか	5/5(月)~6/6(金)
7月18日(金)	① <b>子どもに本を —石井桃子の挑戦Ⅰ「ノンちゃん牧場」</b> 2015年/日本/カラー/35分 ② <b>子どもに本を —石井桃子の挑戦Ⅱ「子どもと文学」</b> 2015年/日本/カラー/49分	6/5(木)~7/4(金)
8月8日(金)	<b>真昼の決闘(日本語吹替)</b> 1952年/アメリカ/モノクロ/84分 監督:フレッド・ジンネマン 出演:ゲイリー・クーパー ほか	7/5(土)~7/25(金)
9月19日(金)	<b>四万十川</b> 16mmフィルム/日本/カラー/109分 監督:恩地日出夫 出演:樋口可南子 ほか	8/5(火)~9/5(金)

**会場** レクリエーションホール(文京シビックセンター地下1階) **費用** 無料

**定員** 各80名(抽選) **開演** 13:30(入場13:10) ※5月5日(月・祝)は10:00開演(入場開始9:40)

**対象** 文京区内在住・在勤・在学者(15歳以上、中学生除く) ※5月5日(月・祝)はどなたでも(小学校低学年以下は保護者同伴のこと)

上記のスケジュールは予定です。申込方法や定員、上映作品は変更になることがあります。

詳しい内容(上映開始時間など)は、財団広報紙「スクエア」に掲載いたしますので、そちらでご確認の上お申込みください。

## 申込方法

往復はがきに①シネマサロン・作品名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥在勤者は勤務先名・所在地・電話番号、在学者は学校名と、返信用にもあて先を明記し下記へ

〒112-0003 文京区春日1-16-21 アカデミー文京 学習推進係

※往復はがき1枚につき1名でお申込みください。 ※鑑賞は当選者ご本人に限ります。

※当日は必ず当選はがき(又は当選メールのプリントアウト)をお持ちください。

なお、入場時の混雑を避けるため、指定席になります。

\*右記二次元コードからもお申込みができます。



(WEB申込はこちらから)

## お問い合わせ

公益財団法人文京アカデミー アカデミー文京 学習推進係  
TEL 5803-1119(平日9:00~17:00)



※お申込みいただいた皆様の個人情報は2024年度前期アカデミア講座の目的以外には使用いたしません。