

京急百貨店の新しい学び場×あそび場×集い場

コトノワ Vol.13

2021年7月～9月

春夏号[第2弾]

COTONOWA

[上大岡から広がる交流拠点「コト」の“WA”]



P8 水彩スケッチ



その道のプロから知る・学ぶ



P8 食品サンプル教室

あなたの心がときめく

“好き”がきっと見つかる!

特集

P13
オンライン講座で『おうち時間』
充実!

P14・P15
親子で楽しく学べる!
夏休みスペシャル講座♪



P14 ポニーふれあい体験



P2 スケルトン・カヤック体験

気軽に楽しめる1DAY講座も充実



COTONOWA公式Instagram (official_cotonowa)
“フォロー”お待ちしております♪
https://www.instagram.com/official_cotonowa/



COTONOWA公式Facebook
“いいね”お待ちしております♪
<https://www.facebook.com/cotonowa.keikyu/>

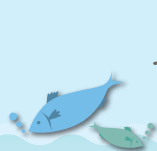


KEIKYU

京急百貨店・上大岡駅

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

電話: 045-848-1111 (代表)
横浜市港南区上大岡西1-6-1 〒233-8556



京急沿線の魅力が つまった オリジナル講座特集



講座番号

13-01

NEW!

現地集合

ホテル京急油壺 観潮荘×COTONOWA特別企画

1DAY

油壺温泉

ホテル京急油壺 観潮荘

大人気!「透明な海」を「透明なカヤック」から覗く絶景! スケルトン・カヤック体験&特選まぐろ丼ランチで油壺エリアを 満喫しよう! ~小網代湾を一望できる油壺温泉の割引チケット付き~

- 予約がとれないほど大人気の「スケルトン・カヤック」!三浦市油壺地区の胴網海岸周辺の30分コースを体験!
乗船前に操作教習もごさいますので、初めてでも安心してご体験いただけます。
- スケルトン・カヤックを満喫したあとは、『ホテル京急油壺 観潮荘』のレストラン「潮彩」の特選まぐろ丼をご堪能♪
さらに疲れた身体に・・・小網代湾を一望できる油壺温泉の割引チケットもプレゼント!!



日時:7月9日(金)、7月10日(土)

各日①午前11時~午後1時 ②午前11時30分~午後1時30分

③正午~2時 ④午後12時30分~2時30分

会場:ホテル京急油壺 観潮荘 三浦市三崎町小網代1152および胴網海岸

集合場所:ホテル京急油壺 観潮荘1階フロント前ロビー

アクセス:バスでお越しの方:京急線三崎口駅より油壺マリンパーク行き~

『油壺マリンパーク』または『油壺』下車

お車でお越しの方:ホテル京急油壺 観潮荘駐車場をご利用ください。

受講料:各回1組 税込6,600円(お一人様 税込3,300円)

※3名様の場合は1組2名様とお一人様の2枠でお申込ください。

定員:各回 2組4名様 計8組16名様 持ち物:汚れてもよい服装、タオル

注意事項:●1艇2名様でのご利用となります。

原則として、2名様の合計体重が150キロ以下に限りま。

●お子さまもご参加可能でございますが、小学生以下のお子さまは必ず、保護者様とペアでの参加をお願いいたします。

●1名様、および3名様でのお申込も可能ですが、ほかのお客様とご一緒に1艇2名様でのご利用となります。あらかじめご了承ください。

●風や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。



講座番号

13-02

現地集合

弘明寺で楽しく学ぼう!!

酒博士が主宰する大人の酒塾、発酵塾 in みうら湯 ~発酵食を食べて免疫力をアップしよう~

- 弘明寺商店街にある『酒学工房川松屋』と『みうら湯弘明寺店』のコラボ講座を開催。
講座の前にみうら湯の温泉に入ることができる入館チケットがセットです。
- 発酵食には免疫力UPの効果が!!講座の前半は発酵食についてのお話し、後半ではみうら湯の食事処『みうら亭』のおすすめメニューと発酵食に合うお酒を堪能しながら楽しく学びましょう!

※写真はイメージです。



弘明寺かんの通り商店街
『酒学工房 川松屋』店主

かわまつ まさ たか
川松 正孝

東京農業大学大学院農業研究科修士課程修了。
「醸造学」、「発酵学」を学んだのち、
国税庁醸造試験所研究者として酒類の研究に
取り組む。

日時:9月13日(月) 午後5時~6時30分

会場:黒湯天然温泉 みうら湯 弘明寺店(神奈川県横浜市南区中里1丁目25-1)

アクセス:・京急線弘明寺駅 徒歩7分 ・横浜市営地下鉄ブルーライン弘明寺駅 徒歩7分

受講料:税込5,500円 定員:8名様※20歳以上のお客様

※当日は開店後いつでもご入館いただけます。みうら湯に来館時に、フロントにてお名前をお伝えください。

タオルと館内着をお貸しいたします。(一度退館された場合、再入館はできません)

※講座後にはご入浴できません。必ず講座前にご入浴いただき、会場に午後4時50分にお集まりください。

10F リヴァージュ ... 昼間に京急百貨店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 ... 夜間に京急百貨店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。

オンライン

... Zoomを使ってご自宅などからオンラインで参加となります。



講座番号
13-03
10F リヴァージュ
現地集合

三浦半島食彩ネットワーク×COTONOWA特別企画

三浦半島の食を体験しよう!!

おいしいをつなごう! 三浦半島

食彩NETWORK

1DAY

第1弾

水産加工製造の プロに学ぶ

～粕漬け・味噌漬けの作り方講座～

- 三浦半島食彩ネットワークによる水産加工講座を初開催!
- 京急百貨店地下1階に店舗をもつ、漬け魚の専門店『羽床総本店』が、粕漬・味噌漬の作り方を紹介します。

ご試食
付き!



三浦半島食彩ネットワーク
羽床総本店 店主
やま もと ひろし
山本 浩司

日 時:7月20日(火)
午後4時～5時30分
受講料:税込**3,850円**、別途教材費 税込**1,100円**
会 場:京急百貨店10階=パンケトルーム・リヴァージュ
定 員:12名様

第2弾

三浦野菜の収穫& 野菜の漬物づくり体験

～現地で学ぶ本物の味～

- 三浦市の山崎農園にて旬の野菜を収穫!!
- 三浦野菜の収穫体験と漬けものづくりがセットになった特別講座を開催。
- 作った漬物はお持ち帰りできます。



三浦半島食彩ネットワーク 山崎農園
やま ざき ひろし
山崎 和喜



三浦半島食彩ネットワーク
羽床総本店 店主
やま もと ひろし
山本 浩司

日 時:8月31日(火) 午後1時～3時
受講料:税込**3,850円**、別途教材費 税込**1,100円**
場 所:山崎農園(三浦市三崎町小網代)
集合場所:京急線三崎口駅改札前
※集合後、現地までバス移動。
※別途バス代がかかります。
定 員:12名様
持ち物:エプロン、お持ち帰り用の容器
※汚れても良い服装でお越しください。

第3弾

地産地消、 「おいしい」料理教室

～三浦の粕漬け・味噌漬けを味わう～

- 三浦半島の食材を知り尽くしたクッキングコーディネーターが羽床総本店の粕漬け・味噌漬けを使って料理教室を開催♪
- 作った料理はお持ち帰りいただけます。ぜひ三浦半島で採れた魚のすばらしさを体験してみてください。

ご試食
付き!



三浦半島食彩ネットワーク料理教室
a la maison主宰
ふじ もと よう こ
藤本 洋子

日 時:9月21日(火)
午前10時15分～午後12時15分
受講料:税込**3,850円**
別途教材費 税込**1,100円**
会 場:京急百貨店10階=パンケトルーム・リヴァージュ
定 員:12名様 持ち物:エプロン、タオル

羽床総本店

美味しい食事で健康を。大正十二年に創業。三浦市海外町に本店をかまえ、神奈川県で7店舗を展開。漬け魚を作り続け、魚を食すという文化を守り、安心・安全で本当に美味しい魚をお届けします。



創業大正十二年
羽床総本店
三浦市

三浦半島食彩ネットワーク



三浦半島の農家・漁家・水産業・飲食店など業種と世代の垣根を超えて構成された団体です。三浦半島の「おいしい」を広く知ってもらうことを目的に活動しています。 <http://miura-shokusai.net/>

→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。

お問合せ | 京急百貨店 TEL 045-848-1111(代表) | <https://cotonowa.jp/> | お申込方法は裏表紙をご覧ください。掲載写真はイメージを含みます。

COTONOWA | 3



“はじめて”が体験できる

美味しい講座特集



講座番号
13-04
10F リヴァージュ

果物のある“美味しい”暮らし♪ 新宿高野企業コラボ教室

新宿高野フルーティーライフ教室

TAKANÔ
SHINJUKU TOKYO
SINCE 1885

1DAY



新宿高野チーフパティシエ
すずき まさお
鈴木 雅夫

- フルーツの可能性は無限大！
老舗フルーツ専門店「新宿高野」と企業がコラボレーション♪旬のフルーツをさまざまな楽しみ方で味わいましょう。
- 毎回ともに新宿高野チーフパティシエによる実習と試食・ティータイム付き。
- コラボ企業のこだわりやフルーツの品種の特徴、味わい、食べ方などたくさんの知識も学べます。

気軽に
できる
1DAY講座

お土産
付き

日時：下記参照
受講料：各回 税込5,500円
定員：各回 12名様
持ち物：エプロン、タオル



7月で使用する「桃」のイメージです。

※写真はいずれもイメージです。

TAKANÔ × 創業歴三年 山田をまんじゅう
SHINJUKU TOKYO SINCE 1885 協力：株式会社山田屋

フルーツと和菓子のコラボレーション スイーツで楽しむ山田屋まんじゅう

- 京急百貨店地下1階の食品売場でそれぞれ人気の「新宿高野」と「山田屋」が初のコラボレーション♪
- 旬のフルーツと山田屋人気商品の山田屋まんじゅうで使用している餡を使ったオリジナルスイーツをご堪能いただけます。
- 旬のフルーツと和のコラボレーションをお楽しみに♪



テーマフルーツ：桃(山梨県)、ハーコートあんず(長野県千曲市)

日時：7月8日(木) 午後1時～2時30分

TAKANÔ × 山田屋
SHINJUKU TOKYO SINCE 1885

協力：ハスカップファーム山口農園

大北海道物産展連動企画 厚真町産ハスカップ×フルーツを愉しむ

- 2020年9月に開催したコラボレーションを再び。京急百貨店「大北海道物産展連動」の特別講座です♪
- ハスカップの名産地「北海道・厚真町」のハスカップを使用したオリジナルスイーツをアフタヌーンティー形式でお楽しみいただきます。
- 今こそ味わいたい、北海道の魅力を存分に満喫しましょう♪



※いずれも2020年9月に実施時の写真です。

テーマフルーツ：ぶどう3種(長野県)

日時：9月25日(土)
午後2時～3時30分

夏休みイベント
親子で楽しむ
フルーティーライフ教室を
開催します♪



詳細はP15へ



講座番号
13-05
10F リヴァージュ

風味豊かなハーブやいろいろなスパイスを使って楽しく学ぶ 朝岡スパイスセミナー

朝岡スパイス株式会社



※過去に実施した際の講座の様子



スパイスマスター
まつおか みき お
松岡 幹夫

- スパイスマスターから学ぶ、スパイスの上手な使い方は活用法のヒントにも。
- ご試食つき♪一つ一つの香りから楽しめるスパイスの魅力体験。

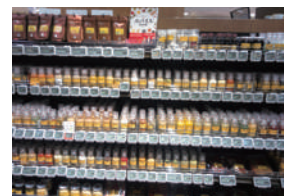
7月24日(土) カレー粉づくり、夏野菜カレー実演

カレーパウダーに欠かせないクミン、コリアンダー、カルダモン、ターメリックなど、香りの体験と活用法を学びます。皆さんが作ったオリジナルカレーパウダーを使って夏野菜カレーの実演、試食も行います。オリジナルカレーパウダーはお持ち帰りいただけます。

日時：午前10時15分～午後12時15分
受講料：税込3,300円(材料費含む)
定員：12名様(対象年齢 小学生以上) 持ち物：エプロン、タオル



※写真はイメージです。



京急百貨店
地下1階=食品売場では、
朝岡スパイスの商品を
多数取り揃えております。

10F リヴァージュ … 昼間に京急百貨店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 … 夜間に京急百貨店10階=つといの場・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。 オンライン … Zoomを使ってご自宅などからオンラインで参加となります。



1DAY

講座番号
13-06
10F リヴァージュ旬の食材を美味しく味わう /
「発酵ケチャップ」づくり薬膳・発酵料理家
国際中医薬膳師
食べごと研究所
主宰やまだ なみ
山田 奈美

8月31日(火) 発酵ケチャップ

米麹を使って作る発酵ケチャップを初開催。砂糖は一切使用せず、米麹が発酵することにより甘さが出ます。誰でも簡単に作ることができるオリジナル発酵ケチャップを普段の生活に取り入れましょう♪

日 時:午後10時30分～正午

受講料:税込3,630円、別途教材費 税込880円 定 員:16名様

持ち物:エプロン、タオル、ケチャップ持ち帰り用瓶(200ml程度)、

おろし金、包丁



※写真はイメージです。

講座番号
13-07
10F リヴァージュ

1DAY

港北区大倉山の人気野菜店

「大野菜」による旬の野菜セミナー

- 京急百貨店地下1階の食品催事で定期的に出店、横浜市港北区大倉山の野菜店「大野菜」による講座を開催♪
- 「四季を楽しむ旬の野菜」をテーマに、地元神奈川県で採れる野菜のこだわりや試食、今すぐ使える野菜の見分け方など要注目です!

株式会社大野菜
おおの せいじ たかし
大野 誠次・喬史大野菜の
お土産付き

野菜テーマ:夏の定番野菜(茄子など)

日 時:8月22日(日) 午前10時30分～11時30分

受講料:税込1,650円(材料費含む)

定 員:12名様 持ち物:タオルもしくはハンカチ

講座番号
13-08
10F リヴァージュOK 途中
受講可

→ 継続

シニアソムリエによる
ワインの謎に迫る
[中級講座]

- 3回で学ぶ連続講座です。各回テーマごとにそれぞれのワインの造り方、代表的なブドウ品種、有名なワイン産地、そして料理との併せ方や楽しみ方についての座学とテイスティング。各回の終盤には軽食と共にワインを飲みながら楽しむ時間をご用意しています♪
- 毎回テーマに沿ったワイン4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。

日本ソムリエ
協会認定
シニアソムリエ
いざわ じげのり
伊澤 成典

連続講座 ワイン中級講座

日程	テーマ
7月3日(土)	エレバージュ…樽熟成の意味と効果
8月7日(土)	テロワール…生産地が与える特徴
9月4日(土)	マリアージュ…実践的ワインセレクト

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 7名様

講座番号
13-09
10F サンティエ

連続

酒匠が教える!
～全国津々浦々～

日本酒を巡る

SSI認定 酒匠
日本酒学講師 唎酒師
JSA認定
SAKE DIPLOMA
日本発酵文化協会 認定講師

ハタヤマナツコ

- 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。



日 時:7月2日(金)、8月6日(金)、9月3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

→ 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。

| お問い合わせ | 京急百貨店 TEL 045-848-1111(代表) | <https://cotonowa.jp/> | お申込方法は裏表紙をご覧ください。掲載写真はイメージを含みます。

COTONOWA | 5



たくさん見つけよう、**元気**になれるコト 講座特集



講座番号
13-10
10F リヴァージュ

自分自身の健康を理解する／

1DAY

健康食品専門店AFCによる健康セミナー



協力：株式会社エーエフシー

- 日本全国で健康セミナー、相談会を実施している健康食品の専門家による「今、気になる」健康についてのセミナーを開催♪
- ベジメーター、AGEs測定器などを使用したその場ですぐわかる健康チェックも実施いたします。



株式会社日本予防医学
研究所
主任研究員
福田 嗣幸

8月6日(金) テーマ：食品表示を知ろう

- 栄養成分や原材料、アレルギーなど食品に関わる様々な“表示”について解説します。
- 自分の今の健康状態をチェックする測定会も実施します。
- 過去に参加経験のある方は、前回の結果と比較できます。



日時：午前10時15分～11時45分 受講料：税込**1,980円**
定員：12名様 持ち物：希望者のみ、過去の測定会の結果



※写真はAGEs測定器の実施イメージです。



野菜足りてますか？
指1本で簡単チェック



ベジメーター



講座番号
13-11
10F リヴァージュ

1DAY

薬膳を知ろう！ くらしの健康薬膳

- 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。



※写真はイメージです。



薬膳教室
Kazen代表
国際中医薬膳師・
中医薬膳營養師
かみむら けいこ
上村 佳子

日程	テーマ
7月30日(金)	薬膳から考える肌づくり
9月9日(木)	簡単薬膳ヘルスチェック ～舌を見てみよう～

日時：各回 午後1時～2時30分
受講料：各回 税込**3,300円**、別途教材費 税込**1,100円** 定員：各回 12名様
持ち物：タオル



講座番号
13-12
10F リヴァージュ

1DAY

あの人がおしゃれ!と言わせる パーソナルカラー診断

パーソナルカラー診断【基礎編】

7月25日(日)・9月12日(日)

似合う色は、あなたの印象力をアップさせます!実際にドレープ(色の布)を当てた診断、色の効果、活用方法を学びます。
※簡易診断(シーズン診断のみ)となりますことご了承ください。
※7月と9月は同内容です。

パーソナルカラー診断【実践編】

9月26日(日)

カラーカードや雑誌を使ったワーク形式で4シーズンの違い、色の組合せのコツなどを学びます。日々のコーディネートをおしゃれに♪
※パーソナルカラー診断【基礎編】受講者様が対象です。



イメージコンサルタント
すずき まなみ
鈴木 真奈美

イメージコンサルティング
サロン「RoseAura」代表
顔タイプアドバイザー1級

日時：各回 午前10時15分～11時45分
受講料：各回 税込**4,950円** 定員：各回 4名様
持ち物：「実践編」・・・のり、はさみ



講座番号
13-13
10F リヴァージュ

無印良品グッズでスッキリ！／ 整理収納とお掃除講座

- 各回、京急百貨店5階の「無印良品」協力の講座です。整理収納アドバイザーが無印グッズを最大限活用して、整理収納・お掃除を楽しくレクチャーします。
- 日々の生活を快適に、楽しく過ごすきっかけにどうぞ♪

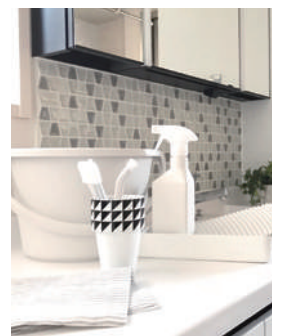
日程	時間	テーマ
7月19日(月)	午前10時15分～ 11時45分	キッチン整理と収納
8月23日(月)		いざという時の防災・備蓄
9月27日(月)		物の手放し方・フリマアプリ活用講座

受講料：各回 税込**2,600円** 定員：各回 12名様

無印良品

協力：

整理収納
アドバイザー
おおき さとみ
大木 聖美



10F リヴァージュ …昼間に京急百貨店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 …夜間に京急百貨店10階＝つづいの場・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。 オンライン …Zoomを使ってご自宅などからオンラインで参加となります。



講座番号

13-14 \ 花のある暮らし Vivo /

(10F リヴァージュ)

プリザーブドとドライで楽しむフラワー教室



Vivoフラワーデザイン
スクール主宰(NFD公認校)
たけうち けい こ
武内 啓子

Vivoフラワーデザイン
スクール主宰(NFD公認校)
プリザーブドフラワー
インストラクター



7月16日(金) カラフルな夏(額立て付き)



8月20日(金) ワインカラーのドーム



9月17日(金) 美しい花図鑑

作品イメージ

日 時: 各回 午前10時15分～午後12時15分 受講料: 各回 税込2,750円、別途教材費 税込2,750円 定 員: 各回 10名様
持ち物: なし(手ぶらでお越しください)

- 玄関やリビングにも素敵なインテリアになります。
- フランス生まれで、生花に特別な加工をして美しい状態を長年保ちます。
- 長く飾っていただくためのラッピング付きでギフトにも♪



講座番号

13-15 \ 愛らしい /

(10F リヴァージュ)

ミニ盆栽ワークショップ

- 大きな自然を写すミニ盆栽を仕立てましょう。初心者大歓迎です。
- 季節によって花も咲かせる盆栽の姿を愛で、自然を感じませんか。
- 9月はメンテナンス講座を開催♪過去に葉住先生の講座で仕立てたミニ盆栽をご持参いただき、皆さんで状態を確認・メンテナンスをいたします。



盆栽ギャラリー
Boncio 代表
は す み な お み
葉住 直美

日程	テーマ
7月4日(日)	ピラカンサス(箱庭風寄せ植え)
9月19日(日)	メンテナンス(草花盆栽のお土産付き♪)

※写真はイメージです。
※気候や素材の育成状況により一部内容を変更する場合がありますのでご了承ください。

日 時: 各回 午後2時～3時30分 受講料: 各回 税込2,750円、別途教材費 税込3,300円 定 員: 各回 12名様
持ち物: 作品持ち帰り用袋(各回共通) 9月19日(日)お持ちのミニ盆栽(高さ20cm程度)お一人様3点まで



7月4日(日) ピラカンサス(箱庭風寄せ植え)



9月19日(日) メンテナンス(盆栽イメージ)



講座番号

13-16 私を知る色彩のメッセージ
オーラソーマ®
カラーセラピー

(10F リヴァージュ)

- オーラソーマ®のボトル達に現れる美しい色彩。その全ての色を創り出す基本の三原色。ブルー・イエロー・レッドのメッセージを各回丁寧に伝えます。
- 各回テーマごと、それぞれ基礎的な内容になります。色が好きな方、自分自身をもっと知りたい方、カラーセラピーに興味がある方など、お気軽にご参加ください♪



講座内では全119種類のボトルの中から好きなカラーボトルをお選びいただけます♪

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1,100円
定 員: 各回 12名様

日程	テーマ
7月9日(金)	色の成り立ち・ブルー
9月10日(金)	イエロー・レッド



1DAY



SilentColor代表
ASIACT認定
オーラソーマ®
ティーチャー
むら きみ
木村 ふさ美



講座番号

13-17 星座とアロマの講座
月星座編・フレグランス編

(10F リヴァージュ)



一般社団法人
エッセンスオブヒール
アロマセラピスト
認定ファシリテーター
しら さか さと み
白坂 聡美

- 月星座編は太陽星座との違いや月が私達にどのような影響を与えているのか、アロマを使った月の満ち方を学んでいきます。香りのクラフト作りも体験していただきます。
- フレグランス編では出生時のホロスコープを見ながら自分の星座の香りを1つ1つ重ね、自分だけのホロスコープフレグランスを作成します。

日程	テーマ
7月5日(月)	月星座と香りで自分を知る ※2021年4月・6月と同内容
9月3日(金)	ホロスコープフレグランスを創る



日 時: 各回 午前10時15分～正午
受講料: 各回 税込3,300円
別途教材費 税込660円(月星座編)、税込1,100円(フレグランス編)
定 員: 各回 10名様 持ち物: スマートフォンもしくはタブレット
※月星座編・フレグランス編それぞれホロスコープの作成に生年月日・出生時間・場所が事前に必要となります。

…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。

お問合せ | 京急百貨店 TEL 045-848-1111(代表) | <https://cotonowa.jp/> | お申込方法は裏表紙をご覧ください。掲載写真はイメージを含みます。

COTONOWA | 7

“わたし”がもっと高まる時間を過ごそう☆



講座番号 13-18 連続
アート&カルチャー 10F リヴァージュ

→継続→ キラキラ光る美しさ 初めてでも描ける
水彩スケッチ

- 雑貨など身近なモチーフを下書きせずにペンで描き、透明水彩絵の具で着色。
- 8月は「野外スケッチ」を実施!横浜市市庁舎周辺の景色を描きましょう。

● 初めて参加される方は、初回のみお道具の貸出もできます。気軽にご参加ください!

講師作品

日 時: 7月9日(金)、[外] 8月20日(金)、9月10日(金)
午前10時15分～午後12時15分
受講料: 3回セット 税込9,900円、別途教材費 税込1,100円
定 員: 12名様
持ち物: 透明水彩絵の具(20色前後/ウィンザー&ニュートン、ホルベインなど)、水彩紙スケッチブック(SM程度)、筆、パレット、水彩ペン(耐水性)
※お持ちでない方には初回のみ貸出可。
(初回に詳細をご説明いたします)

水彩イラストレーター
POP広告クリエイター
あすけくみこ
足助 久美子

講座番号 13-19 OK途中受講可 連続
アート&カルチャー 10F リヴァージュ

体験 連続
日本大学芸術学部 美術学科卒業 水彩画家
どてうち やすお
堤内 康雄

リアルからラフスケッチ淡彩まで
写真から描く水彩画

- 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、基本デッサンも必要なく、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。

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17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(手ぶらで可)

連続講座 日 時: 7月17日(土)、8月21日(土)、9月18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きます。
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、ゴシック筆(極細筆)、2回目以降初回道具セット

講座番号 13-20 OK途中受講可 OK見学可 連続
アート&カルチャー 10F リヴァージュ

気軽に始める **水墨画**

- 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。

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2日(金)午後1時30分～3時30分
A4サイズの作品を1点お持ち帰り可。
体験受講料: 税込3,850円

日 時: 7月2日(金)、8月6日(金)、9月3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 ※初回体験から受講の場合残り2回分の受講料をお支払いいただきます。
定 員: 12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6,300円)

sumi-e society
奏墨主宰 水墨画家
うら ただし
浦 正

講座番号 13-21 1DAY
アート&カルチャー 10F リヴァージュ

花の折り紙

- お花をモチーフにした作品を中心に折り紙を使って立体的に表現します。
- 折って楽しむだけでなく、飾ったり贈ったりできる作品を作ります。
- 美しく・可愛らしく・面白い折り紙の世界をお楽しみください。

日程	テーマ
7月10日(土)	ひまわり
8月28日(土)	バラのくす玉 12枚組
9月11日(土)	バラのくす玉 24枚組

7月10日(土) ひまわり 作品イメージ

日 時: 各回 午後1時30分～3時30分
受講料: 各回 税込3,850円、別途教材費 税込300円
※3回まとめてお申込の場合、受講料 税込9,900円、別途教材費 税込900円
でお申込いただけます。
定 員: 各回 10名様
持ち物: 7月10日(土) 筆記用具、はさみ、木工用ボンド、スティックのり
8月28日(土) 筆記用具、定規(30cm)、カッターナイフ、カッターマット
9月11日(土) 筆記用具、定規(30cm)、カッターナイフ、カッターマット
作品お持ち帰り用袋(各回共通)

講座番号 13-22 1DAY
アート&カルチャー 10F リヴァージュ

リアルを追求
大人だってときめく食品サンプル教室

- 各回テーマごと、とってもリアルな食品サンプルを作しましょう!
- ご自宅に飾るもよし、プレゼントで差し上げるのもよし、物づくりが好きな方にオススメです。

日程	テーマ
7月16日(金)	カレーライスの小物入れ
9月17日(金)	のり弁小物入れ

※写真はイメージです。

8月は親子で作る食品サンプル教室を開催

一般社団法人 日本食品サンプルアート協会 認定講師取得
とみー
Tommy

日 時: 各回 午後3時～5時 受講料: 各回 税込2,750円、別途教材費 税込3,300円
定 員: 各回 12名様
持ち物: エプロンまたは汚れてもよい服装、タオル、作品持ち帰り用袋

講座番号 13-23 1DAY
アート&カルチャー 10F リヴァージュ

中山みどり認定講師による
羊毛フェルトアート1DAY体験

- 羊毛フェルトアートで大人気!中山みどり認定講師による1DAY講座を開催!
- 子どもから大人まで誰でも気軽にできる初心者向けの講座です。

※写真はイメージです。

midori nakayama
フェルトアート協会
認定講師
ななか
田中 あやこ

中山みどり認定講師。「ウチの子を作りたい」と思われる方へ...中山みどりフェルトアート技法で形にする楽しさをお伝えしています。

【1DAY指人形体験会】
羊毛で小さな指人形を作ります。
柴犬(茶・黒)、プードル(茶色など)、猫(三毛猫など)からお選びいただけます!

日 時: 9月24日(金) 午後1時30分～4時
受講料: 1DAY体験会 税込3,850円 ※教材費含む 定 員: 8名様
持ち物: はさみ

10F リヴァージュ ... 昼間に京急百貨店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 ... 夜間に京急百貨店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。 オンライン ... Zoomを使ってご自宅などからオンラインで参加となります。

講座番号 **13-24** **1DAY**
アート&カルチャー **10F リヴァージュ**

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

日本の四季を愛でる
おもてなしテーブル茶道

- 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けます。
- 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。
- 初めてでも、どなたでも手ぶらで気軽にご参加いただけます。

日程	テーマ
7月6日(火)	七夕
8月3日(火)	水点
9月7日(火)	重陽

日時:各回 午前10時20分～正午
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 **13-25** **1DAY**
教養&スキルアップ **10F リヴァージュ**

役に立つ エレガント マナー講座

- 美しいマナーや話し方が身につくと自信が持て人前で物怖じせず堂々と振る舞えるようになります。心も豊かになり周りの方へ心配りが出来て人間関係もスムーズになります。
- 各回テーマを変えて実施します。どなたでもお気軽にご参加いただけます。
- 7月はフランス料理のテーブルマナーを分かりやすくお伝えします。
- 9月は良い印象を与える美しい話し方をお勉強します。

日程	テーマ
7月31日(土)	テーブルマナーレッスン(実食:ケーキとお飲物)
9月23日(木・祝)	好意を持たれる美しい話し方

日時:各回 午後1時～2時30分
受講料:各回 税込**3,080円**(材料費含む)
定員:各回 12名様

講座番号 **13-26** **1DAY**
教養&スキルアップ **10F リヴァージュ** →継続→

初めてでもわかる 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。

日程	時間	テーマ
7月8日(木)	午後3時30分～4時30分	特別基本講座『感情表現』『お会いできて嬉しいです』など…
7月29日(木)	午後1時30分～2時30分	『お盆休みの過ごし方』『お盆は実家に帰ります』など…
9月9日(木)	午後3時30分～4時30分	『役立つ場面』を手話で『予防接種会場はこちらの病院ですよ』など…

手話技能検定インストラクター
なかがわ **中川 しおり**

受講料:各回 税込**2,750円**、別途教材費 税込**110円**
定員:各回 10名様

講座番号 **13-27** **連続**
教養&スキルアップ **10F リヴァージュ** →継続→

生活が輝く「朗読講座」

導入コース【part II】

- 腹式呼吸を楽しく身に付け、マスクの下だからこそ口をしっかりと動かし、伝わる朗読を一緒に味わいましょう♪

日程	テーマ(テキスト)
8月6日(金)	腹式呼吸のメカニズムと体験(早口言葉 他)
9月3日(金)	腹式発声で詩の朗読を(新川和江「幸福」 他)

朗読家・朗読講師
とうとう か りん
藤堂 叶倫

日時:午後4時～5時30分
受講料:2回セット 税込**7,040円**(教材費含む)
定員:8名様 対象:初心者または基礎から勉強したい方
持ち物:筆記用具、手鏡、飲物

講座番号 **13-28** **体験 連続**
教養&スキルアップ **10F リヴァージュ** OK途中受講可 →継続→

挨拶だっておもてなし ニーハオ!中国語超入門

講座実施イメージ

- 「ポイント学習 中国語初級」の教材を使って、身近な対話の練習をします。
- 中国語の基本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ひとつひとつ丁寧に教えます。
- 初めて学ぶ方、中国語に触れたことがある方など、皆さんで楽しみながら基本的な“おもてなし”をしましょう♪

※継続講座の為、テキストの途中からの参加となります。

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3日(土)午前10時15分～11時30分
「今すぐ使える中国語の挨拶」体験受講料 税込**3,080円**

日程	時間
7月3日(土)、7月17日(土)、8月7日(土)、8月28日(土)、9月4日(土)、9月18日(土)	午前10時15分～11時30分

受講料:6回セット 税込**18,480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5回分の受講料と教材費をお支払いいただけます。

中国語講師
ちんだおじん
覃 道静

定員:8名様 持ち物:筆記用具、ノート

講座番号 **13-29** **連続**
教養&スキルアップ **10F リヴァージュ** →継続→

脳トレに最適!! 女性マージャン入門

- 麻雀は脳トレや友達作りにも役立つ、魅力的な頭脳スポーツ競技のひとつです。
- 初めての方でも気軽に楽しめるように、女性インストラクターがわかりやすく丁寧に指導いたします。

ニューロン麻雀スクール講師
おおたに みき
大谷 美記

日程	時間
7月13日(火)、7月27日(火)、8月10日(火)、8月24日(火)、9月14日(火)、9月28日(火)	午前10時15分～午後12時15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:16名様 持ち物:筆記用具



講座番号
13-30
現地集合

NEW!

COTONOWA5周年特別イベント

能舞台観劇ツアー

※写真はイメージです。

1DAY



シテ方金春流能楽師
なかむら まさひろ
中村 昌弘

- ドラマでも話題になった能舞台の観劇イベントを開催♪
- シテ方金春流能楽師 中村昌弘氏の主演舞台、演目は「角田川」です。
- COTONOWA会員様限定、開場前の国立能楽堂にて当日の公演の見どころや事前セミナーを実施。
初めて能舞台を観劇される方でも安心して楽しむことができる
1DAY現地集合プランです♪



内容	当日スケジュール
国立能楽堂にて受付開始	午前11時～11時15分
事前セミナー	午前11時15分～正午
お昼休憩(お弁当用意あり)	正午～午後12時45分
能舞台観劇	午後1時30分～4時30分※12時45分開場

日時:7月31日(土) 午前11時集合～午後4時30分頃終了予定

受講料:税込9,900円(A席チケット代・お弁当代込)※チケットをお持ちの方は、チケット代を除く、税込3,900円でご参加いただけます。定員:20名様

会場:国立能楽堂(東京都渋谷区千駄ヶ谷4丁目18-1) 集合場所:国立能楽堂1階 展示室入口(午前11時受付開始)

アクセス:JR千駄ヶ谷駅 徒歩5分、都営地下鉄大江戸線 国立競技場駅 A4出口より徒歩5分



講座番号
13-31
現地集合

NEW!

COTONOWA5周年特別イベント

明治座 ブロードウェイ・ミュージカル 「エニシング★ゴーズ」観劇

- 明治座にて現地集合・現地解散プランを初開催♪
- トニー賞3部門を獲得したミュージカル・コメディの最高傑作!!
ブロードウェイ・ミュージカル「エニシング★ゴーズ」
- COTONOWA会員様限定のチケットを明治座特製お弁当付きの
オリジナルプランにてご用意しました。
- 特別なお時間を、ご堪能ください♪

内容	当日スケジュール
明治座にて受付開始	午前11時～正午
ミュージカル観劇	正午～午後3時 ※途中30分の休憩が ございます。食堂にて お弁当をお召し上がり 下さい。



日時:8月14日(土) 正午開演～午後3時頃終了予定※午前11時より受付開始 受講料:税込14,500円(S席観劇チケット・お弁当代込)

定員:20名様 会場:明治座(東京都中央区日本橋浜町2丁目31-1) 集合場所:明治座1階 劇場エントランスホール(午前11時受付開始)

アクセス:都営地下鉄新宿線 浜町駅 A2出口すぐ、都営地下鉄浅草線 人形町駅 A3・A4出口より徒歩7分



講座番号

13-32

現地集合

10F リヴァージュ

山城ガールむつみさんと
行く！

歴史めぐり「出陣のススメ」

- 全国には何万もの城跡があります！埋もれてしまった歴史を掘り起こす旅へいざ出陣！
- 7月は現地集合と座学のセットで開催♪楽しく歴史・城跡を学びましょう。



歴史講師

山城ガール
むつみ

7月27日(火) 上行寺やぐら



9月28日(火) 柄沢神社

日程	テーマ	時間	集合・解散
7月27日(火)	【実践】+【座学】 「いざ、水運の要衝『六浦湊』へ！上行寺やぐらなどを歩こう」	【実践】午前9時集合～正午頃解散 【座学】午後1時15分～2時45分 ※【実践】+【座学】の両方を受講の方は 昼食を各自お持ちください。	【実践】集合：京急線 金沢八景駅 改札前、解散：京急六浦駅 【座学】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(火)	「いざ、村岡城へ！柏尾川を越えて洲崎合戦場へ」	午前10時集合～午後1時頃解散 ※昼食時間はございません。	集合：JR藤沢駅 改札前※バス移動あり 解散：湘南モノレール 湘南深沢駅

受講料：各回 税込3,300円、別途教材費 税込550円

※7月は座学とセットで税込7,370円(【実践】税込4,070円・【座学】税込3,300円)となります。実践のみ・座学のみのご参加可。

定員：各回 15名様 持ち物：スニーカー、帽子、飲物、雨具※靴は必ずスニーカーでお越しください。

※歩行距離は約8km、多少のアップダウンがあります。雨天決行。悪天候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。



講座番号

13-33

現地集合

10F リヴァージュ

実践と座学でわかりやすく学ぶ／

カメラ撮影テクニック

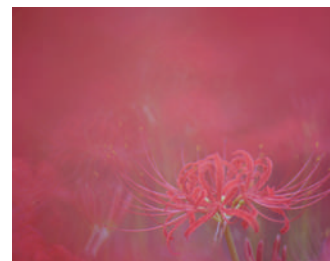
- お持ちのカメラ機能をもっと使いこなせるように撮影のプロが丁寧に解説します。実践では現地でテーマに合わせて撮影テクニックを楽しく学びながら撮影します。初心者大歓迎です。
- お持ちのカメラに搭載された機能を、状況に合った設定にすると、いつもの写真が大きく変化します♪
- 8月は座学を実施。過去に服部先生の実践講座で撮影されたお写真を先生が解説・分析します。

フォトグラファー
はっとり たかの
服部 考規

受講料：各回 税込3,850円 定員：各回 12名様

持ち物：7月・9月 カメラ(スマートフォン可)、歩きやすい靴、
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月の講習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。

7月25日(日) イメージ



9月25日(土) イメージ

日程	テーマ	時間	集合場所
7月25日(日)	【実践】ひまわり畑 (大賀の郷)	午前10時～正午頃	1階 京急線 上大岡駅 改札前
8月29日(日)	【座学】講習会	午後2時～4時 (午後1時30分より受付開始)	京急百貨店10階＝ バンケットルーム・ リヴァージュ
9月25日(土)	【実践】彼岸花 (西方寺)	午前10時～正午頃	横浜市営地下鉄 ブルーライン 新羽駅 改札前



講座番号

13-34

10F リヴァージュ

10F サンティエ

NEW! お金について正しく学ぶ
女性のためのマネープラン

- 「資産運用」について、興味はあるけど難しそう。リスクがあるから始めるのが怖い。将来に向けて老後資金が不安。など色々気になることがあるのではないのでしょうか？
- 各回テーマを設けながら、女性講師による女性に向けたマネープランを気軽に学ぶことができる講座です。

※iDeCoは60歳未満の方が加入できる
制度です。ファイナンシャル
プランナー
おおくぼ のぶこ
大久保 宣子

日程	テーマ
7月10日(土) 昼 10F リヴァージュ	NISA編
7月30日(金) 夜 10F サンティエ	NISA編
9月11日(土) 昼 10F リヴァージュ	iDeCo編

日 時：【昼】午前10時30分～11時30分【夜】午後7時～8時

受講料：各回 税込1,650円 定員：各回 10名様



講座番号

13-35

10F リヴァージュ

歴史的名所(西日本編)

各メディアで活躍する人気講師による
世界一おもしろい日本史

- 大河ドラマ、時代劇、時代小説などを読む時にも役立つ情報がいっぱい！
- 圧倒的な話術で展開される90分を楽しんで学びましょう。
- 改めて学びたい日本全国の歴史的名所を、各回ごと地方を変えて解説します。

日本史講師・著述業
いとう がい
伊藤 賀一

日程	テーマ
7月25日(日)	九州地方
8月22日(日)	四国地方
9月26日(日)	中国地方

日 時：各回 午後1時30分～3時

受講料：各回 税込3,300円 定員：各回 15名様

伊藤賀一さんの最新著書
「進撃の巨人」の言葉
※教材には含まれません。

→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。

| お問合せ | 京急百貨店 TEL 045-848-1111(代表) | <https://cotonowa.jp/> | お申込方法は裏表紙をご覧ください。掲載写真はイメージを含みます。

COTONOWA | 11



講座番号
13-36



ゆるめて～正す／

季節に合わせた骨盤調整

1DAY 連続

1DAY



10F リヴァージュ

- 健康や美容の要である骨盤(カラダの土台)を整えることでカラダを機能的に使うことができます。
- 季節によって変化するカラダに合う、各回テーマごとの1DAY講座です。
- ご自宅でも気軽に実践することができます♪

日程	テーマ
7月1日(木)	熱を放出(発散)しやすいカラダに
8月5日(木)	夏をのりきるカラダ
9月2日(木)	夏に疲れたカラダのケア



b-1STYLIST
ジョン
Jun.

日 時:【昼】各回 午後1時30分～2時30分
受講料:各回 税込2,750円
定 員:各回 8名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル

連続



10F サンティエ

- 男女問わず身体の土台【骨盤】を整えることは大切です。
- 他人と比べるのではなく自分のよい状態を自身の力で引き出し、筋膜にアプローチしながら



骨盤から全身(骨格)を整えます。
身体が変わると気持ちも前向きに!

日 時:【夜】7月9日(金)、7月23日(金・祝)、8月20日(金)、8月27日(金)、
9月10日(金)、9月24日(金) 午後7時30分～8時30分
受講料:6回セット 税込16,500円 定 員:8名様
持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



講座番号
13-37

10F リヴァージュ



体験 連続

バレエの動きを使って癒しのゆったり身体づくり リラクゼーション柔軟教室



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

- 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、無理なく少しずつ自分の身体を整えていきましょう。
- 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。



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1日(木) 午前10時15分～11時30分
体験受講料 税込2,420円

日 時:7月1日(木)、7月15日(木)、8月5日(木)、8月19日(木)、9月2日(木)、
9月16日(木) 午前10時15分～11時30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けます。
定 員:8名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



実施イメージ



講座番号
13-38

10F リヴァージュ



体験 連続

ストレッチプラス+



バレエ講師
ボディーメンテナンス講師
そと やま み のり
外山 美典

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12日(月) 午後3時15分～4時30分
体験受講料 税込2,750円

- 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。

日 時:7月12日(月)、7月26日(月)、8月23日(月)、8月30日(月)、9月13日(月)、
9月27日(月) 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けます。
定 員:10名様 持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



講座番号
13-39

10F リヴァージュ



連続

～仙骨のゆがみを整えて バランスの良い体をつくる～ 背骨コンディショニング



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

- 骨がゆがむことでいろいろな不調を引き起こします。
- 腰痛・肩こり・膝痛・足のしびれ・手の症状でお悩みの方におすすめです。
- ゆるめ・矯正・簡単な筋トレで自分で体を楽にする体操を身につけます。



日 時:7月12日(月)、7月26日(月)、8月23日(月)、8月30日(月)、
9月13日(月)、9月27日(月) 午後1時～2時30分
受講料:6回セット 税込16,500円 定 員:10名様
持ち物:動きやすい服装、飲物、タオル



講座番号
13-40

10F リヴァージュ



連続

笑顔でいきいき♪ スマイル HULA レアレア



フラサークル
Hiwahiwa
Makamaka 主宰

きはら Hi'ilei
としえ

- フラダンスを通じて仲間作りをしませんか? 見学も大歓迎です♪初めての方も、過去に経験のある方も皆と一緒にレッスンをしていきます。
- 基本のステップを中心に、曲の内容を理解しながらゆっくり進めていきますので、どなたでも安心してご参加いただけます。

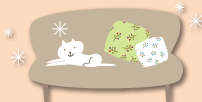
日 時:7月1日(木)、7月15日(木)、8月5日(木)、8月19日(木)、
9月2日(木)、9月16日(木) 午後3時30分～4時40分
受講料:6回セット 税込14,850円 定 員:8名様
持ち物:動きやすい服装(Tシャツ・パウスカート・パレオなど)、
飲物、タオル、筆記用具





新しいコトノワ♪ オンライン講座で

『おうち時間』充実!

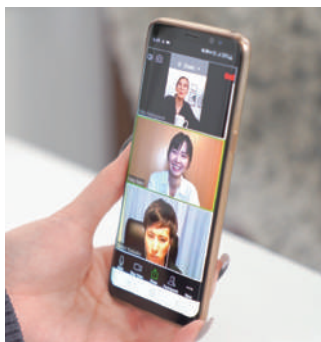


講座番号
13-41
10F リヴァージュ

新しい生活様式を身に着けよう /

- 話題のZoomなど、スマホを使ってオンラインランチやネットショッピングなど、新しい生活スタイルを快適・安心に取り入れましょう。
- スマホを使い慣れない方でも、わかりやすく丁寧にレクチャーします。

スマホでオンライン生活講座



日程	テーマ
7月16日(金)	スマホ活用講座(基本操作から生活に役立つ使い方)
8月20日(金)	LINE講座(LINEの便利な使い方)
9月17日(金)	Zoom講座(スマホでZoomの使い方)

日 時:各回 午後1時~2時30分

受講料:各回 税込**2,750円**、別途教材費 税込**550円** 定 員:各回 6名様
持ち物:ご自身のスマートフォン(7月16日(金)のみ税込**550円**でレンタル可。

※らくらくフォンは、本講座はご受講できません。)

講 師:電創専任インストラクター

※講座番号13-42~44の **オンライン** 講座は実施の前日までにご登録いただいているメールアドレスに、ZoomのID、パスワードをお送りいたします。

講座開始10分前より接続が可能となります。Wi-Fiのご使用など通信環境の良い場所でご参加ください。Zoomでの受講にはパソコン、スマートフォン、タブレットが必要となります。



講座番号
13-42
オンライン

NEW!

仙骨のゆがみを整えてバランスの
良い体をつくる

オンライン! 背骨コンディショニング



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

- 人気の背骨コンディショニングを
オンラインで体験してみませんか?
お仕事終わりの疲れた身体を
整えましょう!

日 時:7月30日(金)
午後7時30分~8時40分
場 所:各ご家庭にて
受講料:税込**2,300円** 定 員:10名様
ご準備いただく物:タオル、飲み物、ヨガマット
(バスタオルも可)、イス



1DAY講座 テーマ:骨のゆがみについて

連続講座

- 骨がゆがむことで筋肉や靱帯も硬くなり腰痛や肩こりを引き起こしやすくなります。
- 肩こり・膝痛・足のしびれ・手の症状でお悩みの方におすすめです。
- ゆるめ・矯正・簡単な筋トレで自分で体を楽にする体操を身につけます。

- ①基本を知りましょう! なぜ骨がゆがむとだめなの?
- ②肩こり編 肩こりは骨のゆがみと筋力不足
- ③腰痛編 腰の痛みは仙骨のゆがみが原因?冷え、むくみ、足のつりを自分で解決する方法
- ④首・肩こり編 朝スッキリ起きたい寝違え撃退
- ⑤股関節編 股関節が硬いと感じるのは骨の歪みに原因があるかも...
- ⑥背骨と自立神経編 骨のゆがみを整え目指す美しい背中

日 時:7月2日(金)、7月16日(金)、8月6日(金)、8月20日(金)、
9月3日(金)、9月17日(金) 午後7時~8時

場 所:各ご家庭にて 受講料:6回セット 税込**13,200円** 定 員:10名様
ご準備いただく物:フェイスタオル、飲み物、ヨガマット(バスタオルも可)
仙骨枕、筋トレ用ゴム(お持ちでない方は各税込**2,000円**にて購入いただけます。
初回時に講師よりご案内いたします)
※ご購入の場合、ご来店またはご配送(別途配送費がかかります)にてお渡しいたします。



講座番号
13-43
オンライン

NEW!

OK途中
受講可

連続

短い文で話してみよう! シンプル英会話

- 日常会話、旅行先でも使える、便利で簡単なフレーズを
少しずつ学んでいきます。

カリキュラム

- ①まずは挨拶から!
- ②身近なことを話してみよう
- ③万国共通、天気の話
- ④3語の文で質問しよう
- ⑤もっと便利な3語文
- ⑥英語でおしゃべりしてみましょう



英語講師
いし ざき
石崎 あみ



日 時:7月15日(木)、7月29日(木)、8月5日(木)、8月19日(木)、9月2日(木)、
9月16日(木) 午前11時30分~午後12時15分
場 所:各ご家庭にて 受講料:6回セット 税込**11,880円**
ご準備いただく物:筆記用具



講座番号
13-44
オンライン

NEW!

連続

オンラインで学ぶ やさしいカードマジック

マジシャン
ひろし
HIROSHI



- 1回の講座でカードマジックを2種類
習得していただけます。
- 初めての方向けに、オンラインでもで
きるマジックを厳選し、習得後は近くの
人はもちろん、ZoomやLINEで遠くの
人にも見せることができます。

日 時:7月26日(月)、8月23日(月)、9月27日(月)
午後2時~3時
場 所:各ご家庭にて
受講料:3回セット 税込**6,600円**
定 員:4名様
ご準備いただく物:メモ、筆記用具、紙のトランプ

→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
13-45
現地集合

NEW!

観音崎京急ホテル×COTONOWA特別企画

観音崎京急ホテル

1DAY

『ポニーふれあい体験』&タイムトライアル『ジムカーナ』どっちも体験! ～観音崎京急ホテル特製カレーランチ&SPASSO割引チケット付き～

●観音崎京急ホテルに今年3月にオープンしたばかり!にんじん等の餌やりや、写真撮影ができる『ポニーとふれあい体験』&ポニーに乗ってタイムトライアル『ジムカーナ』の両方を体験いただけます!さらに、特別に観音崎京急ホテルの特製カレーのランチと当日のみご使用いただけるSPASSOの割引券もセットになったCOTONOWA会員様限定の特別セットです★



日時:7月22日(木・祝) 正午～午後2時(午前11時40分集合) 会場:観音崎京急ホテル 神奈川県横須賀市走水2
集合場所:観音崎京急ホテル 1階フロント前ロビー

アクセス:バスでお越しの方:①路線バス 京急線馬堀海岸駅～観音崎行き～『観音崎京急ホテル』下車

②無料シャトルバス 馬堀海岸駅～ホテル・SPASSO行き(約10分) お車でお越しの方:ホテル駐車場をご利用ください。

受講料:親子1組2名様 税込7,700円(お子さま1名、大人1名) 1組3名様 税込9,900円(お子さま1名、大人2名)

※お子さま2名様に保護者1名様の場合は親子1組2名様分でお申し込みいただき、別途お子さま1名様分(税込5,500円)をご選択ください。

定員:8組16名様 対象:小学生以下(50kg未満)のお子さまと保護者様 持ち物:汚れてもよい服装



講座番号
13-46
現地集合

NEW!

夏休み!親子で学ぼう!

協力:京浜急行電鉄(株)

1DAY

京急ミュージアム「スペシャルツアー」に出発!!



京急ミュージアム
KEIKYU MUSEUM

- 定休日の京急ミュージアムをCOTONOWA会員様だけの貸し切りツアーを開催!!
- 知らなかった電車のヒミツを京急社員が楽しく解説!夏休みの宿題に役立つ京急ミュージアムオリジナルテキストをプレゼント!
- 普段は入ることのできないデハ230形の運転台にて写真撮影&車掌体験付!!

日時:8月24日(火) 午前10時30分～正午

集合場所:京急グループ本社1階京急ミュージアム入口(午前10時15分受付開始)

会場:京急グループ本社1階(横浜市西区高島1-2-8)

アクセス:横浜駅東口から徒歩約7分

受講料:親子1組 税込3,300円 定員:親子15組30名様



※写真はイメージです。



講座番号
13-47
10F リヴァージュ

NEW!

リアルを追求

1DAY

親子でときめく 食品サンプル教室



一般社団法人日本食品
サンプルアート協会
認定講師取得

とみー
Tommy

- 親子でリアルなかき氷の食品サンプルを楽しく作ろう!
- 本物そっくりに仕上げる食品サンプル、親子で熱中すること間違いなし。夏休みの思い出にどうぞ!

日程	テーマ
8月8日(日)	本物そっくりかき氷



「かき氷」
※写真はイメージです。

日時:①午前10時30分～11時30分

②午後1時30分～2時30分

受講料:各回 親子1組 税込1,650円、別途教材費 税込1,100円

定員:①・②各回 親子5組10名様

持ち物:エプロンまたは汚れてもよい服装、タオル、
作品持ち帰り用袋

対象:小学1～6年生のお子さまと保護者様



講座番号
13-48
10F リヴァージュ

NEW!

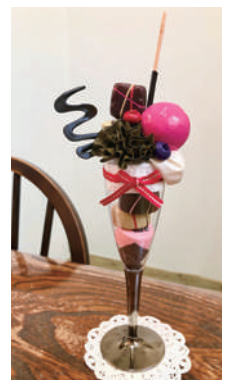
食べられません。ぜ～んぶゴム風船です! バルーンチョコ入り 贅沢パフェ



バルーン装飾&ギフト
ハビバルン代表
バルーンデコレーター、
TBF認定講師
はなわ かよこ

バルーンショップ
ハビバルン代表。
風船と想像を
ふくらませて、
丁寧に制作しています。

- 見慣れたゴム風船が、美味しそうなパフェに!でも食べられません...
- ふくらまない風船でつくるバルーンフラワーの技法と、いろいろなゴム風船を使って素敵なチョコパフェをつくりまします。
- 不思議なバルーンチョコを親子で楽しく作りましょう!



作品のサイズ(高さ30cm)
※写真はイメージです。

日時:8月29日(日) 午前10時30分～正午

受講料:親子1組 税込1,650円、別途教材費 税込2,200円

定員:8組16名様 ※5歳以上のお子さまと保護者様

持ち物:よく切れるハサミ、ニッパー、ペンチ、作品持ち帰り用袋



ママ＆パパ

講座番号

13-49

10F リヴァージュ

新宿高野

TAKANO
SHINJUKU TOKYO
SINCE 1885

※写真はイメージです。

1DAY

新宿高野
チーフパティシエすずき まさお
鈴木 雅夫

親子フルーティーライフ教室

- フルーツ専門店「新宿高野」がフルーツの秘密や楽しさをお伝えします!
- 美味しい試食を食べながら旬のフルーツのお話など自慢したくなるような豆知識など、プロのパティシエから楽しく学びましょう♪
- ひと手間でかわいい♡フルーツカットの実習を通して親子の絆も深まります。



実習イメージ

日時:8月21日(土) 午前10時30分～正午

受講料:親子1組 税込4,400円

定員:親子10組20名様 対象:小学校1年生～6年生のお子さまと保護者様

持ち物:エプロン、タオル



ママ＆パパ

講座番号

13-50

10F リヴァージュ

親子で実践

アンテノールケーキ教室

- 京急百貨店でも大人気の洋菓子店「アンテノール」による親子向けのケーキ教室です♪
- ホールケーキに親子でお好きにアレンジ・デザインした世界にひとつだけのオリジナルケーキを作り、そのまま持ち帰ることができます♪

※写真はイメージです。

ANTÉNOR
PÂTISSIER À KOBE 1966

日時:8月9日(月・祝) 午後1時30分～3時

受講料:親子1組 税込4,400円(材料費含む)

定員:親子10組20名様

対象:小学校1～6年生のお子さまと保護者様

持ち物:エプロン、タオル 講師:アンテノール副工場長



ママ＆パパ

講座番号

13-51

10F リヴァージュ

短期集中! / 小学生プログラミング入門

- あらかじめ用意されたキャラクターを動かす簡単なプログラミングから始めます。
- ゲームやアニメーションなどのプログラミング作品を制作し、プログラミングの方法や考え方を学びます。
- 8月は夏休み特別イベント、ロボットプログラミングを実施します♪

日程	テーマ
7月4日(日)	ブロック崩しゲームを作ろう
8月1日(日)	ロボットプログラミング(午前の部:初めての子、午後の部:経験者の子)
9月5日(日)	記憶力ゲームを作ろう



日時:各回 午前10時15分～午後12時15分

※8月のみ午前の部:午前10時15分～午後12時15分、午後の部:午後1時～3時

受講料:各回 税込3,300円 定員:各回 6名様 ※8月のみ各回 10名様

対象:小学1～6年生のお子さま※保護者同伴可 持ち物:筆記用具、USBメモリ

講師:電創専任インストラクター



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。

| お問合せ | 京急百貨店 TEL 045-848-1111(代表) | <https://cotonowa.jp/> | お申込方法は裏表紙をご覧ください。掲載写真はイメージを含みます。

COTONOWA | 15



講座のお申込方法 6月12日(土)午前10時受付開始

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・スマートフォンのみの対応となります。

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。

※@keikyu-group.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おりません。
座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。

※講座実施7日前までに参加確認が取れない場合、自動キャンセルとさせていただきます。

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。
- くわしくはホームページおよび入会時にお渡しする会員規約をご確認ください。

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。

京急百貨店 TEL 045-848-1111 (代表)

受付時間/午前10時~午後5時

店頭受付 受付時間:午前10時~午後5時

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・ポイント券・各種商品券・クレジットカード払い・オカス友の会お買い物カード・コード決済が選べいただけます。

【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。

※講座実施7日前までに参加確認が取れない場合、自動キャンセルとさせていただきます。

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

店頭もしくは上記お問合せ先へお電話にてお申し出ください。

●キャンセル料

実施日の7日前まで・・・全額返金いたします。

実施日の前日まで・・・一律手数料税込1,100円を頂戴いたします。

実施日当日以降・・・ご返金いたしかねます。

※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お客様は、手数料税込550円を頂戴いたします。

※感染症拡大防止の為、掲載講座の定員・内容の変更および講座が中止となる場合がございます。

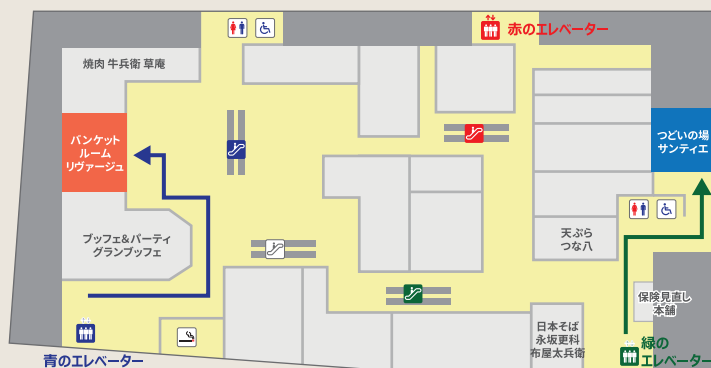
会場ご案内

10F 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 ブッフェレストラン「グランブッフェ」の右隣が会場です。

10F 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より、
会場へ繋がる通路となります。
店内天井看板のCOTONOWAマークが目印です。



2021年5月現在