

リビング アカデミーは、45歳以上の方の“学校”です

リビング アカデミー

2025年度



おかげさまで
10周年を迎えました

学生に戻ってみませんか？
緑のキャンパスが待っています



いくつになっても **仲間** はできる



JIYU
自由学園

10万平方メートルの緑豊かな[教室]を満喫してみませんか



リビングアカデミー(LA)は、自由学園創立者の「一生学び続ける姿勢が大切である」・・・という思想の基に創設され、おかげ様で今年創設10年目を迎えます。

人生100年時代・・・その人生の中で、何人の人と出会い、知人となり、友人となるでしょうか？
又どんな仲間ができるのでしょうか？

LAで出会う人々は、多くの社会経験を経て人生の後半に、新たな知人・自分自身・知識・経験との出会いを求めて集います。自身の持つ力を出しあうことで、様々な経験をし、LA生活の中で多くの仲間ができます。仲間と力を合わせてLAを創っていき、自分たちだけのためだけでなく、少しでも社会に役立てることを目指しましょう！ 緑のキャンパスで、多くの仲間が待っています!!

ご自身の新たな可能性を見つけてみませんか？

リビングアカデミー
リーダー 石川 章代

リビングアカデミーの「リビング」は、「生活の中にこそ教育がある」という創立者の思想に基づいています。

ー リビング アカデミーの学生生活 ー

みんなの日(必須)

「みんなの日」の紹介は、P2,3にあります。

月に一度全員が集まり、共に一日を過ごします。
視野を広げる「教養講座」と、「午後の集い」などを通して
多くの方と交わり、互いに刺激を受け新たな発見をしながら自分自身の生活の幅を広げます。

選択クラス(費用は別途)

詳しい内容は、P4～10にあります。

興味あるクラスを選択して登録し、受講する講座です。
複数の科目を受講できます。これまで手を付けられなかった新しい学びを実践してみるチャンスです。
入学願書と一緒に申し込んでいただきます。
*最少開講人数に達しない時は、開講しないことがあります。
*定員を超えた場合は抽選になるクラスもあります。

その他の活動 ——— 仲間と活動の輪を広げ、LA学生生活を豊かにしよう ———

TOPICS 講座 (期中募集、適時開催、有料)

時機を得たテーマを選び、講師を招いてお話していただく予定です。
質疑の時間もあります。

特別企画 (期中募集、有料)

自由学園の施設などを利用した校外活動を計画します。

- 例) ① 名栗の散策／自然観察
② 蕨採り、栗拾い・・・など

最高学部(大学部)科目聴講・明日館(池袋)公開講座の割引聴講

- ※ 最高学部「科目聴講」
- ※ 明日館(池袋)・公開講座の詳しい内容は、明日館にお問合せいただき、パンフレットをご参照ください。

LAはたらき隊 — 社会に役立つ活動の企画と実行

リビングアカデミーの学びや、社会経験を活かして社会に役立つ活動をしします。



最高学部(大学部)棟



自由学園 那須農場でBBQ(2019年)



鷗ヶ島で栗拾い



最高学部「科目聴講」



明日館(池袋)



「キワニスドールを作る会」



「読み聞かせ(絵本大好き)の会」

『みんなの日』

…月に一度 全員が集まり、共に過ごす日です。

プログラム内容によって、時間が変更になる場合があります。

9:30 9:45

12:00

13:30

礼拝

教養講座

生活
体操

昼食

昼休み

午後の集い

解散

教養講座

45歳以上の方の“リベラルアーツ”

教養講座では、「みんなの日」(毎月1回・原則土曜日)の午前中に、私たちの身近にあるテーマをとりあげて、その分野の専門的な知見を有する講師から講義を受けます。また、講師との質疑を交え語り合い、関心を深め、新しい分野についての知識を広げます。

(「教養講座」の年間講座日程と内容は、3ページを参照ください。)

* 希望者は、リモート受講することができます。



生活体操

昼食前に軽く体をほぐします。



昼食

手作りの昼食を全員が一緒にいただきます。仲間と交わる大切なひとときです。



交代で配膳、片づけをします。



午後の集い

午後は、皆の関心あるテーマを探して、学生同士の交流や家族(小グループ)間の懇親などさまざまな活動を行います。



家族(小グループ)ごとに懇親の時間



学びの発表と交流の場「LA祭」の準備



「クリスマスコンサート」

自由学園の教育施設を利用できます

リビング アカデミーの教室、図書館など
(申込みが必要です)

学園全校行事への参加

「体操会」(10月)などへの参加

自主活動

学生同士が呼びかけ合い、グループを作り、教室や設備を使った勉強会、共同制作、校外活動、趣味やスポーツの集まりなどの活動をすることも歓迎します。

「家族」と「協力委員」、「そ・し・あ・る」による生活運営

「家族」

リビング アカデミーの学生は、友と交わりながら学園生活を円滑に過ごすため、10数人ずつの「家族」というグループに分かれて活動します。

「家族長会」「LA協力委員」

学生相互に選出した「家族長」と各行事の運営に協力を申し出た「協力委員」を中心に活動します。みんなの日の午後の時間や、委員主導の活動企画の運営を行います。

「そ・し・あ・る」

「そ(掃除)」・「し(支度)」・「あ(後片付け)」+「する」と呼び、食事の準備や後片付け、講座やクラスの準備、掃除は学生が自主的にを行います。

「教養講座」一年間予定プログラム

* 教養講座の年間プログラムは、2025年1月31日現在の予定です。変更することがあります。

4/19 土 始業式(昼食後、午後の集いがあります)

5/10 土 映画『サステナ・フォレスト ～森の国の守り人たち～』と私たち



川上 敬二郎 TBSテレビ報道局
社会部記者(文科学担当)

かつて人々は森に通り、その恵みを享受してきました。今、放置された森は不健全になり、人々の生活にも獣害や土砂災害のリスクをもたらしています。森は悲鳴を上げています。持続可能な森(サステナ・フォレスト)とは何だろうか？森の国について考える映画の上映会です。

TBSに入社後、「報道特集」ディレクター、「news23」編集長などを経て現職。2003年4～6月「米日財団メディア・フェロー」制度でアメリカ各地の放課後改革を取材、友人と「放課後NPOアフタースクール」を設立。著書に『なぜかじめに巻き込まれる子どもたち』(ポプラ新書・2023年)、『子どもたちの放課後を救え!』(文藝春秋・2011年)など。「TBSドキュメンタリー映画祭2023」で「サステナ・ファーム トキと1%」を初監督。同映画祭2024で本作品を公開。

7/12 土 「楽しく山を歩きましょう」 山歩(さんぽ)～登山のための基礎知識～



夏井 正明 自由学園最高学部特任教授

日本の登山は世界最古の歴史を持っています。近代登山は18世紀頃のヨーロッパが発祥といわれますが、日本は山岳信仰としての登山が昔から行われていました。日本は山国(火山国)で、南北に長く気候条件也多様です。春夏秋冬全国どこへ行っても個性的で素晴らしい山が出迎えてくれます。日本人にとって身近な「山」に親しんでいただければ嬉しいです。山登りが「安全・安心」に行えるヒントを解りやすくお話いたします。

1976年:自由学園最高学部卒
1983年:筑波大学大学院医学科学研究科卒
1995年:日本登山医学会入会
2004年:日本登山医学会評議員
2015年:日本登山医学会理事(現在に至る)

10/18 土 ダイヤモンドビジネス40年を振り返って ーインド駐在で考えたこと



鶴崎 全男 リビングアカデミー学生

仕事で長年関わったダイヤモンドの歴史とその価値についてお話します。

1983年3月法政大学卒業
1983年4月株式会社柏主入社(宝飾品商社)
1988年6月インド駐在
1992年7月帰国、甲府勤務、1996年8月本社に異動、2020年2月定年退職
2024年12月現在、再雇用として品質管理業務に従事
インド駐在中はダイヤモンドバイヤーとして主に日本(本社)に、現地で買付したダイヤモンドを輸出していた。

12/6 土 賢明な寛容～事例と実行～



樋野 興夫 順天堂大学名誉教授
新渡戸稲造記念センター長、恵泉女学園理事長

【『人間として行為の継続の大切さ』&『ビジョン』は人知・思いを超えて進展する & 『人生は開いた扇のよう』】を痛感する日々である。人生邂逅の三大法則は、『良い先生、よき友、良い読書である』と考える。『遠い過去を知らずして、遠い未来は語れなし』である!

順天堂大学医学部病理・腫瘍講座教授。医学博士。癌研究会研究所、米国アインシュタイン医科大学、Fox Chase Cancer Centerなどを経て現職。「がん哲学外来」を設立。高松宮妃癌研究基金学術賞、保健文化賞、朝日がん大賞、長興又郎賞。

2/21 土 農林水産業と土地利用



蔵治 光一郎 東京大学大学院農学生命科学研究科 教授

今私たちの住む地球で何が起きているのか。
農林水産業と土地利用の観点からお話します。

1965年東京都生まれ、東京大学農学部林学科卒業、東京大学大学院博士課程修了、博士(農学)。東京工業大学講師、東京大学准教授を経て2017年より現職。編著書に「長良川のアユと河口堰 川と人の関係を結びなおす」(農山漁村文化協会、2024)など。

6/14 土 思想しつつ、生活しつつ、祈りつつ



勝田 茅生 日本ロゴセラピスト協会会長

私の母は自由学園の16回卒業生でした。母の在学当時、羽仁もと子先生は溢れるほどの愛のエネルギーで学園生を指導し、戦争の直前だったにもかかわらずまなざしを世界に向けて新しい企画を次々と実現させておられたようです。先生の人生モットー「思想しつつ、生活しつつ、祈りつつ」について、意味を軸にする心理治療ロゴセラピーの立場から考察してみたいと思います。

1945年生まれ。上智大学哲学科大学院卒業後、1970年ドイツ・バイエルン州の奨学金を得てミュンヘン大学留学。1977年音楽教育者資格を取得後、30年間公共音楽施設で母子の情操教育グループ指導。1997年からエリザベート・ルーカスのもとで、ヴィクトール・フランクル創設のロゴセラピーを勉強。2001年ロゴセラピスト資格取得後、ロゴセラピー入門セミナーを日本で開設して今日にいたる。息子二人。ドイツ在住。

9/6 土 関東大震災と羽仁もと子



森 まゆみ 作家・編集者

関東大震災にあたり、自由学園園長だった羽仁もと子は、「生活即実践」と学園の生徒を町に出し、本郷区のミルク配りや本所区大平小学校で、給食事業を始めます。また、「婦人友」1923年11月号では、災害のどさくさで大杉栄や伊藤野枝、甥の幼い橘宗一が殺された甘粕事件について、識者の意見を求め48人の意見を載せました。当時として希有のことでした。

1954年生まれ。早稲田大学卒業後、出版社を経て、地域雑誌『谷中・根津・千駄木』を創刊。『隅外の坂』(中公文庫、芸術選奨文部大臣新人賞)、『彰義隊追憶』(新潮文庫)、『青鞥の冒険』(集英社文庫、紫式部文学賞受賞)。不忍池地下駐車場反対運動、赤レンガの東京駅保存など、地域の環境、建築物の保存・活用にも携る。2024年4月に「じよばりの人——羽仁もと子とその時代」著書その他多数

11/15 土 L A祭



私たちが日ごろ学んでいることを互いに紹介し合う他、皆が触れ合うプログラムを用意して、互いに交流する日です。
「LA協力委員会」「家族長会」が中心となり、皆のアイデアを取り入れて、午前、午後を通した選択クラスの展示や、ワークショップ、懇親の集いなどを計画します。

1/17 土 たえば家族はどんなことで悩んでいるの?



松坂 政広 自由学園 TLP宗教主任

家族がどんなことで悩んでいるかを普遍的に訊ねてみたいと思います。ユーチューブでA Iが問いかけたことに回答させていた3つのケースをとり上げて、皆さんと対話させていただけたらと思います。親の養育態度、嫁姑関係、思春期の親子関係など、共に問いかけてえたらと思います。

1959年東京都生まれ。フラー神学大学院心理学部結婚家族学科修了、結婚・家族学博士(Ph.D.)。2024年3月、上野の森キリスト教会牧師定年退職。元東京神学校博士課程教授、元東京基督教大学非常勤講師、JTI宣教神学校神学部長、CLI家族主任講師。

3/28 土 町の歌に聴くウィーンの精神



田辺 秀樹 一橋大学名誉教授

パリにシャンソンがあるように、ウィーンにはウィナーリーダー(Wienerlieder)という都市の庶民的な歌の文化があります。それらの歌を紹介しながら、そこに色濃く現われているウィーンの精神についてお話します。

1948年東京生まれ。専門はドイツ文学・音楽文化論。著書に「モーツァルト」(新潮文庫)、『モーツァルト、16の扉』(小学館)、『やさしく歌えるドイツ語の歌』(NHK出版、訳書に『俺の人生まるごとスキャンダル、グダは語る』(筑摩学芸文庫)ほか。近年は「酒席ピアニスト」として演奏活動も行っている。2016年、ピアノ・ソロによるデビューCD「ウィーン、わが夢の町」(N&F)をリリース。

* 教養講座は、一般にも公開することがあります。

「選択クラス」 “始める” から “深め・高める”

自然と

① 野草 土曜・6回(内見学1回) 10:00～15:30

季節のめぐりの中で、自由学園内外に生育する野草のようすを観察し、さらに室内での講義およびスケッチなどを通して学びます。
野草とその生育環境や他種の生きものとのつながりから自然への理解を深めていきましょう。



受講料: **33,000 円** 定員: 12名 (最少開講人数: 8名)

※ 受講料に、昼食代/資料コピー代を含みます。
※ 別途、道具・文具代がかかります。
※ 見学会は、別途特別講師料、交通費、昼食代がかかります。

* 日程: ① 4月 26日 ② 5月 24日 ③ 7月 5日
④ 9月 13日(見学) ⑤ 10月 4日
⑥ 3月 7日

* 講師:
中村 弘和

元 武蔵野大学
非常勤講師



南雲 八恵

自由学園
最高学部講師



② 樹木 2年目以上 全5回 10:00～14:30

〈講義〉土曜・3回 〈見学〉木曜・2回

樹木 1年目受講生 全7回

1年目の学生は講義が全7回で5月に2回「樹木基礎」の授業があります
※日程:5月17日(10:00～14:30) 5月31日(9:30～15:30)
その後は2年目以上のクラスに合流します。

植物園栽培現場の目線で、藻類から樹木への進化や、光合成を土台とする生態系、人の植物利用の歴史をお伝えします。そして植物管理の実際を通じて、これからの人と樹木の間を考えます。



樹木 2年目以上
受講料: **29,000 円** (最少開講人数: 6名)
樹木 1年目受講生
33,000 円 (最少開講人数: 2名)

※ 受講料に、昼食代(見学日を除く)/テキスト代を含みます。

* 日程: 〈講義〉 ① 6月 21日 ② 10月 25日 ③ 2月 14日
〈見学〉 ④ 11月 13日 ⑤ 3月 12日

* 日程は見学先の都合により変更する場合があります。
* 2回の見学の行き先は、相談の上決めます。

* 講師: **二階堂 太郎** 国立科学博物館
筑波実験植物園
育成管理室



③ 野鳥 水曜(木曜を含む)・6回

初回は座学とキャンパス、近隣河川で観察。以降は観察地に出向き探鳥を行います。都市公園、河川、干潟、草原、湖沼、高原等に出かけ、環境の多様性が生物多様性に繋がっていることを観察します。

注) 毎回、数キロの野外の歩行があります。
集合・解散時間は観察地によって変わります。
※ 校外観察会では別途交通費と宿泊・昼食代がかかります。



受講料: **30,000 円** 定員: 15名 (最少開講人数: 12名)

※ 受講料に、資料・コピー代などを含みます。

* 日程: ① 4月 30日(水) ② 5月 14日(水)
③ 10月 8日(水) ④ 12月 3日(水)～4日(木)
⑤ 1月 14日(水) ⑥ 2月 4日(水)～5日(木)

雨天の場合は、延期します。
※ 4回目と6回目は一泊二日になります。

観察地: 渡良瀬遊水地、秋ヶ瀬公園・彩湖、奥日光(1泊)、
宮ヶ瀬湖、大洗海岸・銚子漁港(1泊)を予定。
都度状況を見て変更することもあります。

* 講師: **中村 一也**

日本野鳥の会 東京 元幹事 (元東京代表)



親しむ

④ 俳句を楽しむ 水曜・10回 14:00～16:00

自然ゆたかな自由学園の広大なキャンパスを背景に、日常の営み、自身の思いを季語に託し、十七文字の詩をつくります。
俳句という『人生の大きな遊び』を共に楽しみましょう。



受講料: **24,000 円** 定員: 8名 (最少開講人数: 6名)

* 日程: ① 5月 7日 ② 6月 4日 ③ 7月 2日
④ 9月 3日 ⑤ 10月 1日 ⑥ 11月 5日
⑦ 12月 3日 ⑧ 1月 14日 ⑨ 2月 4日
⑩ 3月 4日

* 講師: **竹本 悠**

法政大学 日本文学科卒「世阿弥能楽論」専攻
「河新人賞」受賞、「河」同人、「俳人協会」会員
2012年「河賞」受賞、「銀河集」同人



装う

⑤ スウェーデン刺しゅう 金曜・8回



10:00 ~ 15:00

シンプルなステッチを重ねていくと、まるで織物を織るように刺しゅうが出来ます。色を選ぶ時間はとても楽しく、好きな色合わせで刺せば、世界に1つの作品になります。毎回1作品出来る充実した時間です。



学生作品

受講料: **52,000 円** 定員: 8 名 (最少開講人数: 6 名)

※ 受講料に、昼食代/材料費を含みます。

* 日程: ① 5月 9日 ② 6月 13日 ③ 7月 11日
④ 9月 12日 ⑤ 10月 10日 ⑥ 11月 7日
⑦ 12月 5日 ⑧ 2月 13日

* 講師: **五十嵐 富美** スウェーデン刺しゅう作家
自由学園卒業後、同工芸研究所勤務。1991年タピストリー作家シーラ・ヒックス氏に学ぶ。帰国後、母校で染織指導。スウェーデン刺しゅう講師。著書に「スウェーデン刺しゅうの図案帖100」グラフィック社、「スウェーデン刺しゅうハンドブック」日本ヴォーグ社など。



⑥ 北欧に伝わる 編物技法 ノールビンドニング 火曜・8回



10:00 ~ 15:00

針一本と手の指だけ使って、毛糸を縫うように編む、北欧に伝わる技法です。ほどけにくく、フェルト化したり刺繍をほどこしたりするのに適しています。リストウォーマーやミトン作りを通して基礎を学び、帽子やマフラー、セーターなどにも挑戦していただけます。

受講料: **33,000 円** 定員: 8 名 (最少開講人数: 5 名)

※ 受講料に、昼食代を含みます。

※ 編み針とミトン用毛糸の代金を別途徴収します。

* 日程: ① 9月 9日 ② 9月 16日 ③ 10月 28日
④ 11月 25日 ⑤ 12月 23日 ⑥ 1月 27日
⑦ 2月 24日 ⑧ 3月 17日

* 講師: **神谷 珠子** 自由学園 生活工芸研究所
自由学園卒業後、スウェーデンのテキスタイル専門学校で学ぶ。現地織物工房にて研鑽。自由学園生活工芸研究所勤務。



⑦ 着物リメイク 金曜・10回

10:00 ~ 16:00

着物をほどこ、洗い、綺麗に整えてから制作します。デザインを選び、ご希望のサイズで作ります。工夫満載のパターンで、初めての方も無理なく仕上げられます。残布で作る小物もお楽しみ頂けます。



受講料: **38,000 円** 定員: 18 名 (最少開講人数: 12 名)

※ 受講料に、昼食代を含みます。別途材料費が必要です。

※ 定員を超えた場合、継続者が優先となります。

* 日程: ① 5月 16日 ② 6月 20日 ③ 7月 18日
④ 9月 12日 ⑤ 10月 17日 ⑥ 11月 21日
⑦ 12月 19日 ⑧ 1月 16日 ⑨ 2月 20日
⑩ 3月 13日

* 講師: **羽山 みな子** アトリエ・フィル代表
2001年アトリエ設立。展示会・オーダー受注開始。ドラマやタレントの衣装協力・TV出演など多数。著書「今着たい服が作れる着物メイクスタイルブック」他



⑧ 北欧の手仕事

期中募集する予定です。
詳細は未定です。

* 講師: **安 はるか**

自由学園で学んだことを礎に、ヤマナシヘムスロイドにて北欧刺繍などを学びデンマークギルドのディプロマを取得。東京等の各教室と地方での講習会でも指導。楽しい雰囲気大切にしています。



新 ⑨ 染色 ※準備が整い次第、募集する予定です。

自然豊かな学園のフィールドからデザインをもらい、そこから生活を彩るテキスタイルを染織を中心に学んでいきます。クッション地、スツール地、マフラー、ラグなどを制作予定です。

* 講師: **石川 愛** 自由学園最高学部染織非常勤講師

東京都東久留米市アトリエ「紙と糸」幼児造形講師。自身の主宰する東京都東大和市『湖畔スタジオ』にてスウェーデン織りを中心とした北欧テキスタイル教室開講。



住まう

⑩ 木工カトラリー 水曜・8回

10:00～15:30



学生作品

カトラリーは、食事に使う道具です。「箸」や「スプーン」を手軽な木工道具(小刀、丸ノミ)で作ります。木のあたたかさや削る感触を楽しみ、身近な暮らしの道具を作って使う喜びを感じていただけます。

受講料: 57,000円 定員: 8名 (最少開講人数: 4名)

※ 受講料に、昼食代を含みます。
※ 材料費、テキスト代は別途。

* 日程: ① 5月 14日 ② 6月 11日 ③ 7月 9日
④ 9月 10日 ⑤ 10月 8日 ⑥ 11月 12日
⑦ 1月 21日 ⑧ 2月 18日

* 講師: 山下 純子 いろはに木工所・代表
家具や木工小物を制作・販売。共立女子大学
家政学部生活美術学科卒業。平塚職業訓練
校木工科修了後木工作家・井崎正治氏に師事。



⑪ 木工ろくろ 火曜・8回

(ウッドターニング)

10:00～16:00

丸く削る木工ろくろ(旋盤)でボールペン、小皿などの身近な小物を作りながら、基礎を安全に学びます。作品はプレゼントに喜ばれます。



学生作品



受講料: 49,000円 定員: 6名 (最少開講人数: 3名)

※ 受講料に、昼食代/材料費を含みます。

* 日程: ① 5月 27日 ② 6月 10日 ③ 7月 8日
④ 9月 30日 ⑤ 10月 14日 ⑥ 11月 11日
⑦ 12月 9日 ⑧ 1月 20日

* 講師: 伊藤 真穂 maholz マホルツ工房・代表
自由学園卒業後ドイツへ留学。Werner Wolfgang
氏に師事。木工玩具職人の資格を取得。ドイツ「ヴ
ェントウントキューン社」木製人形修理担当。



⑫ レザークラフト 金曜・8回

10:00～16:00

レザークラフトは、ただ一枚の革が、いろいろな形に変化していく過程が大変楽しい手芸です。もちろん出来上がった作品は、手塩にかけた賜物です。製作する作品は、手縫いで、身近に置いて楽しく使える逸品になると思います。



受講料: 49,000円 定員: 8名 (最少開講人数: 6名)

※ 初めて受講される方は初期費用がかかります。
※ 受講料には、昼食代/初回・2回目までの材料費を含みます。

* 日程: ① 4月 25日 ② 5月 23日 ③ 6月 27日
④ 7月 25日 ⑤ 9月 26日 ⑥ 10月 24日
⑦ 11月 28日 ⑧ 12月 12日

* 講師: 高津 行秀 練馬区手工芸作家連盟理事
野谷久仁子氏に師事。
ねりま区手工芸公募展・練馬区長賞受賞。
練馬区手工芸作家連盟会員。



⑬ 陶芸 水曜・木曜・10回

13:30～16:30



世界にひとつの自分の器を作ってみませんか? 玉作り、手捻りにタタラ作りなどの技法や土の扱い方から釉掛けの方法などなど基本から丁寧に学べます。作って楽しい、観て楽しい、使って楽しい陶芸の時間をどうぞ。

受講料: 68,000円 定員: 6名 (最少開講人数: 6名)

※ 受講料に材料費を含みます。
※ 定員を超えた場合、継続者が優先となります。

* 日程: ① 4月 23日 ② 4月 24日
③ 6月 25日 ④ 6月 26日
⑤ 7月 23日 ⑥ 7月 24日
⑦ 10月 1日 ※ ⑧ 10月 8日
⑨ 10月 9日 ⑩ 10月 15日

※ ⑦素焼きの窯詰めのため、授業時間は1時間程度になります。

* 講師: 中島 美静
現自由学園美術陶芸非常勤講師
明星大学造形芸術学部陶芸科研究生修了
2008年築窯以降作家活動
京王百貨店新宿展、日本橋高島屋、青山桃林堂、
寛土里ほか、国内外のギャラリー、百貨店にて個展。



「選択クラス」 いずれも少人数クラスで、経験がなくても講師は親身に指導します。

健康に

⑭ 身体を知る・動かす・作る 土曜(木曜含)・10回

午前クラス 10:00 ~ 12:00 午後クラス 13:30 ~ 15:30



デンマーク体操を元に、音楽に合わせて楽しく、基本的な(伸ばす、曲げる、振るなど)動作を通して正しい姿勢を保つこと、柔軟性や筋力を身に付け、心も身体もしなやかに健康になることを目指します。

* 講師：古川 幸子 デンマーク体操クラブ・アンセル
自由学園卒業。デンマークオレロップ及びビヴォー体操学校卒業。2年のデンマーク留学を経て、帰国後40年あまり一般体操の指導。



渡邊 恭子 デンマーク体操クラブ・アンセル
自由学園卒業。デンマークオレロップ体操学校卒業。横浜YMCAデンマーク体操クラブ、中高校に指導。



各クラス
受講料：23,000 円 定員：20 名 (最少開講人数：12 名)

- * 日程：
- ① 5月24日 ② 6月7日 ③ 7月26日
④ 9月13日 ⑤ 10月16日(木) ⑥ 11月1日
⑦ 12月18日(木) ⑧ 1月24日 ⑨ 2月14日
⑩ 3月7日
- ① 5月17日 ② 6月28日 ③ 7月19日
④ 9月20日 ⑤ 10月4日 ⑥ 11月22日
⑦ 12月13日 ⑧ 1月31日 ⑨ 2月28日
⑩ 3月14日

⑮ 気功 土曜・月1回コース (金曜含) 月2回コース

10:00 ~ 12:00

気功を続けてきたことにより健康を取り戻し・維持している体験を通して、健身気功を正確に学び伝えます。
気功を知って、理解し、続けることで健康を維持してゆくことをいっしょに学びませんか？



受講料：月1回 21,000 円 月2回 42,000 円 (最少開講人数：各9名)

* 申込み人数によっては、クラスの変更をお願いすることがあります。

* 使用用具代などは別途徴収します。

* 日程

〈Aクラス〉

- ① 5月31日 ② 6月28日 ③ 9月19日 ④ 9月27日 ⑤ 10月25日
⑥ 11月22日 ⑦ 12月27日 ⑧ 1月31日 ⑨ 2月28日 ⑩ 3月6日(金)

〈Bクラス〉

- ① 5月17日 ② 6月21日 ③ 7月5日 ④ 9月20日 ⑤ 10月4日
⑥ 11月8日 ⑦ 12月3日 ⑧ 1月10日 ⑨ 2月7日 ⑩ 3月14日

※月2回コースは、A、Bクラス両方にご参加ください。

* 講師：森田 道子 日本スポーツクラブ協会認定
マスターインストラクター
国際健身気功技術等級四段、国際健身気功指導員 及び 審判員、
全日本少林寺気功協会認定指導員、日本健身気功普及協会副会長、
所沢支部長、NHK学園、スポーツクラブ、公民館などで気功指導



音と色と書

⑯ 元気にコーラス 火曜・20回

10:00 ~ 11:30

初心者の方も経験のある方も、合唱曲を歌うことを通して一人では出せない声の重なりと響きを楽しみます。
作曲者の背景にも触れ、曲の持つ意味を感じながら歌いましょう。



受講料：26,000 円 定員：24名 (最少開講人数：14名)

※ 受講料に楽譜代を含みます。

* 日程：

- ① 4月22日 ② 5月13日 ③ 5月20日 ④ 6月3日
⑤ 6月17日 ⑥ 7月1日 ⑦ 7月15日 ⑧ 9月2日
⑨ 9月16日 ⑩ 10月7日 ⑪ 10月21日 ⑫ 11月4日
⑬ 11月18日 ⑭ 12月2日 ⑮ 12月16日 ⑯ 1月13日
⑰ 1月27日 ⑱ 2月10日 ⑲ 2月24日 ⑳ 3月10日

* 講師：落合 一成 声楽家・ハイバリトン

自由学園最高学部卒業。エリザベト音楽大学演奏学科声楽専攻卒業。「ヘルノカラーレ」指導者。所沢市民オペラ会長。CTShoot代表。日本グレゴリオ聖歌学会会員。全日本オペラネットワーク運営委員。



⑰ オカリナ演奏を楽しもう ♪

月曜・各クラス15回

入門クラス 13:15 ~ 14:45

アンサンブル 15:00 ~ 16:30 (経験者)



癒しの楽器オカリナで、楽しく演奏してみましょう！
演奏の経験がない方も楽譜が苦手な方も、まずは「楽しむ事」を第一に、チャレンジしてみませんか？
子供の頃歌った懐かしい童謡、唱歌から、映画音楽、流行歌まで幅広く楽しめる楽器ですよ。

楽器はオカリナAC管を使用します。お持ちでない場合は、入門用オカリナ(1,100円)を初回に購入できます。

各クラス
受講料：37,000 円 定員：15名 (最少開講人数：6名)

※ 受講料にテキスト代を含みます。

- * 日程：
- ① 4月21日 ② 5月19日 ③ 6月2日
④ 6月16日 ⑤ 7月7日 ⑥ 9月1日
⑦ 9月29日 ⑧ 10月6日 ⑨ 10月20日
⑩ 11月10日 ⑪ 12月1日 ⑫ 12月15日
⑬ 1月19日 ⑭ 2月2日 ⑮ 3月2日

* 講師：Nao オカリナ Duo うらら 主宰

オカリナ奏者／ナイトオカリナ楽団メンバー
NHK文化センター講師／明日館公開講座講師



⑱ フランス美術＊巨匠の輝き

近・現代のフランス美術は巨匠が 火曜・8回 14:00～16:00

輩出し、燦然と輝いています。ヨーロッパを席卷したナポレオンの遠征は、フランスの文化・芸術を興隆させ、特に美術好きのナポレオン皇帝が収集した名画の数々は、以降のフランス美術を輝かせました。この講座では印象派前後の“輝ける巨匠たち”の名作を巨大映像で徹底紹介、詳しく解説します。



アンゲル オダリスク



ダヴィッド ナポレオンの戴冠式

受講料：25,000円 定員：20名（最少開講人数：6名）

＊日程：① 5月13日 ② 6月10日 ③ 7月8日
④ 9月9日 ⑤ 10月14日 ⑥ 11月11日
⑦ 12月9日 ⑧ 1月13日

＊講師：谷岡 清 美術評論家

東京都生まれ。1960年東京大学文学部美学美術史学科を卒業後、日本経済新聞社に入社。世界の美術を取材。1997年同社を退職し、「彩美社」を設立。2008年NPO美術教育支援協会・理事長に就任。



⑲ 生活に生きる書道 月曜・4回

～揺るぎない本物の美しさを知る～ 10:30～12:00

自分の字に気づきを得ることが、自身の字を磨く第一歩。そのための1番の導き手が中国古典法帖です。その法帖の文字の美しさこそ、本物の手書きの味わいであることは、いつの世も変わることはありません。楷書、行書、草書の古典名品の解説と実践、篆書、隸書～文字の原点に立ち返る～の4回講座です。



受講料：14,000円（最少開講人数：4名）

持ち物：半紙用の中筆、筆記用具

※筆をお持ちでない方は、講座当日に実費にてお買い求めいただくこともできます。お申込み時にお伝えください。1本2,500円前後です。

＊日程：

① 6月9日 ② 9月8日 ③ 12月8日 ④ 3月9日

＊講師：平井 澄園 書道師範 圓心書道教室主宰

自由学園卒業 日本教育書道芸術院 同人会員、第39回東京書作展 大賞・内閣総理大臣賞受賞



飾る

⑳ お花を飾る 木曜・各コース4回

10:00～12:00

自然のお花や植物の良さを生かし、季節の彩りを感じる、お花の「基本」を学びます。楽しくお花と向き合う時間を過ごしましょう。四季折々の自由学園のお花も花材です。クリスマスリース等も作ります。



キャンパス内「新天地」のお花

各コース
受講料：26,000円 定員：8名（最少開講人数：3名）

※受講料にお花代を含みます。（追加で徴収する場合もあります）

＊日程：春期コース ① 4月24日 ② 5月15日
③ 6月19日 ④ 7月3日
秋期コース ① 9月18日 ② 10月16日
③ 11月20日 ④ 12月18日

※春、秋期 両コース受講も可能です。

＊講師：小林 亮子 自由学園明日館公開講座講師

自由学園卒業。アメリカ・フランスに留学、国内外で花を学ぶ。生け花小原流師範。テーブルコーディネーター資格取得・会員
リプトン・ブルックボンド認定コーディネーター
<https://ryoko-kobayashi.jp/>



㉑ ステンドグラス

水曜・16回 13:30～16:00

自宅にステンドグラスを飾ってみませんか？

ガラスの切り方から始めて、色ガラスが織り成す本格ステンドグラスを丁寧にご指導します。



学生作品

受講料：32,000円 定員：8名（最少開講人数：6名）

※始めて受講される方は初期費用がかかります。

※材料費は別途徴収します。

＊日程：

① 5月7日 ② 5月28日 ③ 6月4日 ④ 6月25日
⑤ 7月2日 ⑥ 7月23日 ⑦ 9月3日 ⑧ 9月17日
⑨ 10月1日 ⑩ 10月15日 ⑪ 11月5日 ⑫ 11月19日
⑬ 12月3日 ⑭ 12月17日 ⑮ 1月14日 ⑯ 1月28日

＊講師：落合 京子 アトリエブーケ・主宰

1984年ステンドグラス作家 酒井秀子氏工房にて制作を始める。1996年ガラス工房 落合・アトリエブーケ設立。2023.3月まで朝日カルチャー立川講師、元日本貴金属粘土協会会員。



食する

②② イタリアン 水曜・8回 10:00～14:30

一般的になったイタリアン料理ですが、調理過程でほんの少しポイントを丁寧にする事で、出来上がりの味わいが全く違います。シェフの経験に裏打ちされたポイントを学びます。



受講料: **61,000 円** 定員: 6 名 (最少開講人数: 5 名)

※ 受講料に、材料費・光熱費などを含みます。

* 日程: ① 5月28日 ② 6月25日 ③ 7月23日
④ 9月24日 ⑤ 10月22日 ⑥ 11月26日
⑦ 12月10日 ⑧ 1月28日

* 講師: **近藤 芳郎** 元 池袋「文流」オーナーシェフ

1974年「文流」に入社。イタリア研修後、
1984年取締役総料理長、1999年独立。
辻クッキングスクール、テレビ等でイタリア料理講師。



②③ からだに寄り添う発酵ごはん

月曜・10回 10:00～14:00

年齢と共に「たべること」への悩みが増えていませんか？
発酵食を取り入れ、楽しく健康になりましょう。
効果的な摂り方を学び、季節ごとの発酵食を作ります。



各クラス
受講料: **50,000 円** 定員: 8 名 (最少開講人数: 6 名)

※ 申込み人数によっては、クラスの変更をお願いすることがあります。
※ 受講料に、材料費・光熱費などを含みます。

* 日程: **<Aクラス>**

① 5月12日 ② 6月2日 ③ 7月7日 ④ 9月1日 ⑤ 10月6日
⑥ 11月10日 ⑦ 12月1日 ⑧ 1月19日 ⑨ 2月2日 ⑩ 3月2日

<Bクラス>

① 5月12日 ② 6月16日 ③ 7月28日 ④ 9月22日 ⑤ 10月6日
⑥ 11月17日 ⑦ 12月8日 ⑧ 1月26日 ⑨ 2月9日 ⑩ 3月16日

* 講師: **塚原 浩子** 管理栄養士

病院栄養士、料理研究家の助手を経て市役所栄養
相談員、自家製酵母の料理教室を不定期で開催
最高学部・生活経営研究実習講師。



②④ 薬膳料理を身近な食材で

月曜・6回 10:00～14:00

夏至、秋分、冬至、春分は薬膳で一番大事な陰陽の節目です。
二十四節気が巡るときに、身近な食材で体調を整える食事を
作りましょう。



各クラス
受講料: **43,000 円** 定員: 8 名 (最少開講人数: 6 名)

※ 申込み人数によっては、クラスの変更をお願いすることがあります。
※ 受講料に、材料費・光熱費などを含みます。

* 日程: **<Aクラス>**

① 4月21日 ② 6月23日 ③ 8月18日
④ 10月20日 ⑤ 12月15日 ⑥ 2月16日

<Bクラス>

① 4月28日 ② 6月30日 ③ 8月25日
④ 10月27日 ⑤ 12月22日 ⑥ 3月9日

* 講師: **植木 もも子** 料理研究家・管理栄養士

自由学園卒業、家政学院大学卒業、国際中医師・国際中
医薬膳管理師。「毎日の食事が健康を作り、人生」を作る」
をモットーに活動。
NHKをはじめTV出演、「薬膳の作り置き」「薬膳おむすび」
等著作多数



使う

②⑤ 自分のスマホを使いこなそう

月曜・水曜 各2回 9:30～11:30

「スマホを購入して間もない方に、基本操作と主要アプリの使い方をき
ちんと学びます」マンツーマンで個人のレベルに合わせて指導します。

※ スマホは、Android (普通スマホ・らくらくスマホ・BASIO)、iPhoneに対応します。

※ スマホは各自ご持参ください。

新『ちょこっと相談コース』を開設
月1回開催・月曜 30分迄/一人
9:30～11:30

スマホ(Android、IOS)、パソコンのちょっ
とした悩みを解決する30分のちょこっ
とクラスです。



春季クラス・秋季クラス
受講料: **12,000 円** 定員: 4 名 (最少開講人数: 1 名)
ちょこっと相談クラス
1,500 円 定員: 8 名 (最少開講人数: 1 名)

* 日程: 春期コース **<月クラス>** ① 5月19日 ② 5月26日
<水クラス> ① 5月21日 ② 5月28日

秋期コース **<月クラス>** ① 9月22日 ② 9月29日
<水クラス> ① 9月17日 ② 9月24日

ちょこっと相談コース
4月28日 6月23日 7月14日 10月27日
11月17日 12月22日 1月26日 2月9日 3月16日

※ お申込み後、調整をして開始時間をご連絡いたします。(時間は指定できません)
※ 30分以内に問題点を1点も解決できない場合は無料とし、日を改めて相談に応じます。

* 講師: **阿部 一郎** 他・サポートスタッフ

「みんなの日」 土		19	10	14	12		6	18	15	6	17	21	28
		始業式							L A 祭				修業式
「選択クラス」		※ 受講日が重なっているクラスがあります。複数のクラスの受講を申し込まれる方はご注意ください。											
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
自然と	① 野草	土 26	24		5		13	4					7
	② 樹木 2年目以上 1年目受講生	土 17 31 ※1年目のみ	木 21					25	13			14	12
	③ 野鳥	水 30	木 14					8		3 4	14	4 5	
		日帰りの観察会は雨天の場合延期します。											
習	④ 俳句を楽しむ	水	7	4	2		3	1	5	3	14	4	4
装	⑤ スウェーデン刺しゅう	金	9	13	11		12	10	7	5	13		
	⑥ ノールビンドニング 北欧の編み物	火					9 16	28	25	23	27	24	17
	⑦ 着物リメイク	金	16	20	18		12	17	21	19	16	20	13
	⑧ 北欧の手仕事	未定											
	⑨ 染色	月 未定											
住	⑩ 木工カトラリー	水	14	11	9		10	8	12		21	18	
	⑪ 木工ろくろ (ウッドターニング)	火	27	10	8		30	14	11	9			
	⑫ レザークラフト	金	25	23	27	25	26	24	28	12			
	⑬ はじめての陶芸	水 23 24 木 25 26		23 24			1 8 9 15						
健康に	⑭ 身体を知る・ 動かす・作る	土 午前 24 7 木 午後 17 28		19	26		13	16	1	18	24	14	7
	⑮ 気功	Aクラス 土 31 28 19 Bクラス 土 17 21 5					27 25 22	20 13	31 28 14				
							20 4 8	13	10 7	14			
音と色と書	⑯ 元気にコーラス	火	22	13 20	3 17	1 15	2 16	7 21	4 18	2 16	13 27	10 24	10
	⑰ オカリナ演奏を 楽しもう♪ 入門クラス アンサンブル	月	21	19	2 16	7	1	29 6 20	10	1 15	19	2	2
	⑱ フランス美術* 巨匠の輝き	火	13	10	8		9	14	11	9	13		
	⑲ 生活に生きる書道 ～揺るぎない本物の美しさを知る～	金		9			8			8		9	
飾	⑳ お花を飾る	木	春期コース 24 15 秋期コース 18 16	19 3			20 18						
	㉑ ステンドグラス	水	7 28	4 25	2 23		3 17	1 15	5 19	3 17	14 28		
食	㉒ イタリアン	水	28	25	23		24	22	26	10	28		
	㉓ からだに寄り添う 発酵ごはん	Aクラス 月 12 2 Bクラス 月 12 16		7 28		1 22	6 17	10 8	19 26	2 9	2 16		
	㉔ 薬膳料理を 身近な食材で	Aクラス 月 21 23 Bクラス 月 28 30		18 25		20 27		15 22		16 9			
	㉕ 自分のスマホを 使いこなそう	月 28 水 21 28	19 26	23 14		22 29	27 17	22	26 9	16			

リビング アカデミーへの入学

登録料: 15,000円(初年度のみ)、年会費: 68,000円(選択クラスの受講料は、別途必要です。)

*リビング アカデミーの在学期間は1年間です。希望される方は、さらに継続することができます。

*入学者を紹介した人、された人には「紹介割引」がございます。お申し出ください。

2025年度 リビング アカデミー学生募集要項

募集人数: 170名

応募資格: 2025年 4月1日現在 満45歳以上の方。

応募方法: 所定の「入学願書」に記入の上、郵送にて提出してください。

応募書類: 1.入学願書(リビング アカデミー所定のもの)
2.選択クラス受講申込書 * 応募書類は返却いたしません。

応募期間: 2025年 2月15日(土) ~ 3月15日(土)

* 定員に余裕があるときは、随時入学可能です。

発表: 3月21日(金)より、順次「入学決定通知」を郵送いたします。

入学手続: 登録料、年会費、選択クラス受講料を2025年 4月11日(金)までに納入していただきます。

* 納入方法については、「入学決定通知」とともにご案内します。

お問い合わせ、入学願書の
ご請求はこちらへ

電話/Fax:

042-428-3876

9:00~17:00(日、祝日を除く)

e-mail: la@jiyu.ac.jp

URL : www.jiyu.ac.jp/la/



リビング アカデミー学生の特典

1. 学生証・バッジを交付します

自由学園キャンパスへの入構証を兼ねています。

2. 自由学園の教育施設を利用できます

- ① 最高学部(大学部)の公開講義の割引聴講
- ② リビング アカデミー施設の利用
- ③ 記念図書館の利用
- ④ 自由学園 明日館公開講座の割引受講

3. 自由学園の全校行事に参加できます

- ① 「体操会」(10月)などへの参加
 - ② その他、様々な全校行事への参加
- * 参加方法など詳細は、入学後にご案内します。

- 注意事項
- ・校内は全面的に禁酒・禁煙です。指定場所以外での飲食はご遠慮ください。
 - ・自家用車での通学はできません。※ 健康上お差し支えある方は、応募時にご相談ください。
 - ・写真・映像の撮影は、良識の範囲でお願いします。撮影後に写真などをご利用の際は、肖像権・個人情報にご配慮ください。

交通案内 西武池袋線「ひばりヶ丘」駅下車 徒歩8分



JIYU

学校法人 自由学園

〒203-8521 東京都東久留米市学園町1-8-15
リビング アカデミー