

COTONOWA

ラインナップがさらに充実!

COTONOWA
スタート
1周年記念

さあ“楽しい”を見つけよう!

さあ“楽しい”を訪ねよう!

講座&教室

お出かけプラン &日帰りバスツアー



◆Columbia X COTONOWA 登山部 登山の基礎や山の楽しみ方を学べます! プロの登山ガイドと行くトレッキングツアー



登山ガイド
eausense/nature 代表
辻本 裕彰
つじもと ひろあき



講座番号
04-56



第4回 紅葉の北八ヶ岳を短時間で満喫! 白駒池・高見石トレッキング

信州有数の紅葉スポット白駒池。コケむした神秘の森が広がる山上湖を歩き、岩峰のピーク「高見石」に上がる初心者向けハイキングです。八ヶ岳デビューにもおすすめです。(標高差約200m、歩行時間約3時間30分)

日 時 / 10月14日(土) 午前7時~午後8時 募集人数 / 35名様
旅行代金 / お一人様 税込 **17,600円** (18歳以上の方) 最少催行人数 / 30名様

行程 午前7時 上大岡駅京急百貨店前 出発... 麦草峠... 白駒池駐車場(2,115m) ... トレッキング開始... 高見石(2,257m)... 白駒池... 白駒池駐車場... 周辺日帰り温泉(入浴休憩)... 午後8時頃 上大岡駅京急百貨店前 到着予定



講座番号
04-57



第5回 有数の富士山絶景スポットへ! 三つ峠登山ツアー

山岳写真家も通いつめるほどの富士山大展望で人気を誇る三つ峠山を登ります。絶景の富士山と紅葉を愛でる初心者向けトレッキングです。(標高差約490m、歩行時間約5時間)

日 時 / 11月11日(土) 午前7時~午後8時 募集人数 / 35名様
旅行代金 / お一人様 税込 **16,800円** (18歳以上の方) 最少催行人数 / 30名様

行程 午前7時 上大岡駅京急百貨店前 出発... 三つ峠登山口(1,294m)... 登山開始... 三つ峠山荘... 四季楽園... 三つ峠山頂(1,785m)... 屏風岩... 三つ峠グリーンセンター(入浴休憩)... 午後8時頃 上大岡駅京急百貨店前 到着予定



講座番号
04-58



第6回 海から登山! 帰りは船で 南房総伊予ヶ岳トレッキング

「房総のmatterホルン」伊予ヶ岳。349mの低山ながら、山頂の眺めは絶景! ロープや鎖場などのアスレチック要素や、帰りは東京湾の船旅も楽しめる、初心者向けアドベンチャー・ハイクです。(歩行時間約3時間30分)

日 時 / 2018年1月27日(土) 午前7時~午後6時30分 募集人数 / 35名様
旅行代金 / お一人様 税込 **17,000円** (18歳以上の方) 最少催行人数 / 30名様

行程 午前7時 上大岡駅京急百貨店前 出発... 東京湾アクアライン~平群天神社 駐車場... 登山開始... 富山分岐... 展望台... 南峰... 平群天神社... 金谷浜辺の湯(入浴休憩)... 金谷港~東京湾フェリー... 午後6時30分頃 上大岡駅京急百貨店前 到着予定



講座番号
04-59



第7回 ながとろ ロウバイ咲き乱れる早春の長瀬宝登山 花を愛でるフラワートレッキング

長瀬アルプスと呼ばれるコースを歩き、約3,000本のロウバイが咲く宝登山を訪れ、国の名勝・天然記念物の長瀬渓谷を散策。早春の自然を満喫できる初心者向けのハイキングです。(標高差約350m、歩行時間約5時間)

日 時 / 2018年2月24日(土) 午前7時~午後7時 募集人数 / 35名様
旅行代金 / お一人様 税込 **16,200円** (18歳以上の方) 最少催行人数 / 30名様

行程 午前7時 上大岡駅京急百貨店前 出発... 萬福寺~トレッキング開始... コナラの森(長瀬アルプス)... 野上峠... 宝登山(蟬梅園)... 宝登山神社... 長瀬石畳散策(天然記念物)... 午後7時頃 上大岡駅京急百貨店前 到着予定 ※温泉の立ち寄りはいりません

お申込者共通特典

ツアーお申込の方は、京急百貨店6階=コロンビアショップにて
税込16,200円以上お買上げの場合、商品本体価格より**10%OFF**。

※ご優待期間:2017年7月27日(木)~2018年2月28日(水)
※ツアーお申込1件につき1回限りとなります。
※セール品は除きます。
※他の優待、クーポンとの併用はできません。

トレッキングツアーお問合せ・お申込窓口

- インターネット... <http://cotonowa.jp/>
- 店頭... 京急百貨店6階=コロンビアショップ
- 電話... 京急観光(株) 外販営業部 担当/池上 TEL03-5767-9718

※他の旅行商品とは異なりますのでご注意ください。

注意事項

※レインウェア・トレッキングシューズなど、トレッキングに適した服装・装備が必要となります。
※気温が低い時期ですので、防寒着・手袋・ニット帽・ネックウォーマーなどをご用意ください。
※装備等のご質問は、京急百貨店6階=コロンビアショップにてお尋ねください。
※昼食の用意はございません。各自ご用意ください。

あなたの日々の食生活に「彩り」を加える、京急百貨店ならではの「本物の食」をテーマにした講座をお楽しみください。

講座番号
04-01
ライフ&リビング
10Fリヴァージュ

果物のある"美味しい"暮らし♪ 新宿高野フルーティライフ教室

- 新宿本店で人気の講座が、オリジナル講座として上大岡に初登場!
- フルーツはもちろん、ケーキや紅茶、特製パフェまで堪能できます!



TAKANO
SHINJUKU TOKYO
SINCE 1885

1885年創業の果物専門店。京急百貨店地下1階にて新宿高野を、1階ではタカノフルーツパーラーを営業中。

フルーツアドバイザー
秋山 智則 あきやま ともりのり
1995年、(株)新宿高野に入社。現在は京急上大岡店店長。お客様との会話を大切にしながら、フルーツの知識や食べ頃をご提供するよう心がけている。

開催日	産地・テーマフルーツ	実習
9月11日(月)	岡山県 ぶどう&桃	ミニケーキづくり
11月10日(金)	信州志賀高原 りんご 和歌山県 柿	フルーツカット
2018年1月15日(月)	長崎県・栃木県 いちご	ミニケーキづくり
2018年2月22日(木)	九州 柑橘(デコボン、せとか)	フルーツカット

日 時/各回 午後2時~3時30分 定 員/各回 20名様
参加費/各回 税込 **5,400円** 持ち物/エプロン、タオル

フルーツ専門店の新宿高野が、産地を選び抜いた旬の果物をテーマに、美味しくしてステキなフルーツライフをご提案します。果物の栽培方法の秘密やこだわり、品種の特徴、味わい、美味しい食べ方などを学び、ミニケーキづくりやフルーツカットの実習も。毎回テーマフルーツを使ったケーキとそれに合う紅茶、新宿高野オリジナルの食材を使った特製パフェもご試食いただけます♪



フルーツ本来の美味しさを生かし、華やかに盛り付けられるカットの方法を学んでみませんか?



タカノオリジナルフーズでパフェを仕立てました。

※写真はイメージです。



※写真はイメージです。くわしくはCOTONOWAホームページをご覧ください。

Basicコース 9月12日(火) 牛乳で仕込んだふんわりやわらかいミルクブレッド。
11月14日(火) ほんのり甘い生地にサクサクビスケット生地をかぶせたサンライズ(メロンパン)。

Seasonalコース

10月10日(火) 歯切れのよいフランスパン生地に安納芋の蜜漬けを巻き込んだ安納芋パン。
12月12日(火) 卵とバターたっぷりの生地にドライフルーツを混ぜ込んだドイツの発酵菓子・シュトレン。
2018年1月30日(火) 酒粕を混ぜ込んだ生地を山型に焼き上げる甘酒食パン。
2018年2月13日(火) ココア入りカンパーニュ生地に甘さ控えめのガナッシュとチョコチップを加えたショコラ・カンパーニュ。

講座番号
04-02
ライフ&リビング
10Fリヴァージュ

ANDERSEN



手づくりしたパンはアンデルセン店舗の本格釜で焼き上げます!

アンデルセン手づくりパン教室

- パンづくりの技術はもちろん、美味しい食べ方や楽しみ方も学べます
- ベテラン講師が丁寧に説明しますので、初めての方もお気軽にどうぞ

(株)アンデルセン商品企画開発室 室長
山崎 隆史 やまさき たかふみ
1988年アンデルセン入社。パン製造職、技術指導職、商品開発職を経て2013年より現職。

日 時/各回 午後6時30分~9時30分
参加費/Basicコース各回 税込 **4,500円**(材料費含む)
Seasonalコース各回 税込 **5,000円**(材料費含む)
定 員/各回 16名様 持ち物/エプロン
※女性の方はかかとの低い靴でお越しください。

講座番号
04-03
教養&スキルアップ

金曜の夜はお酒を学び、味わい、語ろう 女性酎酒師と酒を楽しむ会

- 毎回酎酒師と蔵元が選んだお酒4、5種類を飲みくらべ!
- 地方のグルメも楽しめる物産展とのコラボ企画もあり

SSI認定 酎酒師・国際酎酒師
磯野 カオリ いその かおり
各種パーティでの日本酒ブースのプロデュース、イベント企画開催、セミナー講師などを通し、「日本酒のある暮らし」をご提案しています。

月に一度、金曜日の夜、酎酒師と共に日本酒の楽しみ方を学ぶ特別セミナー。毎月テーマを設け、日本酒と料理のマッチングや蔵元の方を招き、お酒に対する想いを語っていただきます。

日 時/各回 午後7時~9時
定 員/各回 24名様 ※2018年1月26日(金)のみ18名様



講師の村山さんは、深い知識と経験に裏付けられたユニークでわかりやすい語り口も好評です。

チーズ専門店おすすめの逸品たちを食べてくべませんか?参加者にはチーズのお土産も!

9月14日(木) **美味しいチーズの見つけ方** 熟度の違うチーズを実際に食べてくべいただき、自分好みの味を探します。カビによるチーズの熟成と美味しさの関係の話は必聴。

10月12日(木) **世界のチーズ味くらべ** 世界各国のチーズのタイプと、それらのチーズの美味しさにより引き立つ食材との組み合わせをご紹介します。

11月9日(木) **チーズをおしゃれに楽しむ** チーズナイフを使用したカッティングを体験しながら、チーズを手軽に使えるシーンや、料理レシピ、美味しさが長持ちする保存方法をご紹介します。



毎月さまざまな蔵元陣身の酒数種を取り寄せ、お楽しみいただけます。

開催日・参加費	テーマ	会場
9月29日(金) 税込 4,980円	北海道展特別企画 ~国稀酒造と北海道のうまいもん~	10階=バンケットルーム・リヴァージュ
10月27日(金) 税込 4,980円	新潟展特別企画 ~米どころ新潟の地酒と食材を楽しむ~	10階=バンケットルーム・リヴァージュ
12月8日(金) 税込 3,600円	初しぼりを味わう ~バイヤー厳選酒飲みくらべと日本酒レッスン~	10階=バンケットルーム・リヴァージュ
2018年1月26日(金) 税込 6,300円	【石川】常きげんと京料理を楽しむ	10階=京料理 福ろく寿
2018年2月16日(金) 税込 7,300円	冬に楽しむ特別な夜・ 【奈良】春鹿と鯉のコース料理	10階=日本橋 鰻 伊勢定

講座番号
04-04
ライフ&リビング
10Fリヴァージュ



ナチュラルチーズの第一人者 ムッシュ・ムー 村山重信氏による チーズがもっと好きになるセミナー

- 毎回、専門店こだわりのチーズとワインをテイスティングできます
- さまざまな種類のチーズの味わいや、保存方法まで幅広く学べます

チーズプロフェッショナル協会 名誉会長
世界二大チーズコンテスト審査員(東アジア人で唯一)
村山 重信 むらやま しげのぶ
チエスコ株特別顧問。ナチュラルチーズの権威者であり、国内外のコンテスト審査員を務める。TV出演も多数(日本テレビ産にしがやれ、NHKあさイチなど)

日 時/9月14日(木)、10月12日(木)、11月9日(木) 午後2時~4時
参加費/各回 税込 **4,200円**
定 員/各回 24名様
持 物/11月9日(木)のみエプロン

講座番号
04-05
ライフ&リビング
10Fリヴァージュ



現役築地仲卸から学ぶ 中島水産お魚セミナー

- 試食しながら、鮮魚のプロだからこそ知る魚のあれこれを学びます
- 参加者全員に美味しいお魚のお土産をプレゼント!

(有)スズヨネ水産 代表取締役社長
大八木 勝男 おおやぎ かつお
現在の築地市場の前身、日本橋魚河岸の明治時代より鮮魚卸売業を営む仲買4代目。

日 時/9月26日(火)、2018年2月6日(火) 午後1時~2時30分
参加費/各回 税込 **3,240円**
定 員/各回 24名様
※水揚げ入荷状況により内容を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。



9月26日(火)
まぐろの食べくらべ

「きはだまぐろ」「めばちまぐろ」「本まぐろ」などを試食し、天然と養殖、生と解凍の違いや、脂・旬・産地の違いを学びます。



2018年2月6日(火)
あんこう鍋の楽しみ方

この時期に旬を迎える「あんこう」を季節料理の鍋にし、試食しながら旬魚や産地をご紹介します。

講座番号 04-06 **ポイント対象外**

バスツアー

SS1認定 唎酒師・国際唎酒師 磯野 カオリ いその かおり

酒を楽しむ会 特別ツアー

女性唎酒師と行く 紅葉の東京酒蔵めぐり

～小澤酒造と石川酒造～

- 小澤酒造では唎酒師が、唎酒の楽しみ方を指南!
- 酒蔵直営料亭の懐石料理も堪能できる日本酒三昧ツアー

日 時 / 11月19日(日) 午前8時30分～午後5時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **13,900円** 募集人数 / 24名様
 ※小澤酒造での試飲は別途現地にてお支払ください。 最少催行人数 / 20名様
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前にご連絡します

行程 午前8時30分 上大岡駅京急百貨店前 出発…小澤酒造(酒蔵見学・試飲(有料)、ままごと屋にて昼食、渓谷散策)…石川酒造(酒蔵見学・試飲)…午後5時頃 上大岡駅京急百貨店前 解散

バスツアー

04-09 **ポイント対象外**

Sghr Handmade Glasses

芸術の世界を感じる旅 菅原工芸硝子&DIC川村記念美術館ツアー

●職人技の見学と工芸体験、名作美術鑑賞、きらめくイルミネーションと、多彩なジャンルの芸術にふれるアートな日帰りバスツアー

菅原工芸硝子(株) 千葉・九十九里に工房を構え「Sghr スガハラ」ではハンドメイドで独創性あふれるガラス製品をつくっている。

DIC川村記念美術館 17世紀のレンブラントによる肖像画や、ピカソ、シャガールといった西洋近代美術など幅広いジャンルを収蔵。

日 時 / 11月29日(水) 午前7時～午後7時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **14,980円** 募集人数 / 24名様
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前までにご連絡します
 ※制作した作品は後日、配達いたします(配送料含む)。

バスツアー

04-10 **ポイント対象外**

人気食品メーカー タカナシ乳業&鈴廣かまぼこ

親子で工場見学&体験ツアー

●普段食べているものはどうやってできているの? どんな人たちがつくっているの? そんな疑問を解決する親子限定ツアーです

タカナシ乳業 鈴廣かまぼこ

工場見学は、グループ会社のあしがら乳業です。

日 時 / 2018年1月20日(土) 午前8時30分～午後5時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **10,800円** / 親子2名様 税込 **20,000円**(かまぼこ体験はお子さまのみ)
 募集人数 / 12組24名様 最少催行人数 / 10組20名様
 対象 / 小学生のお子さまとその保護者様 服装 / 汚れてもよい服装(バターづくり、かまぼこづくりを体験します)
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前までにご連絡します

※牛乳、乳製品の試食がありますので、参加者様にはアレルギー確認を行っております。※衛生管理状況、当日の健康チェックを行います。

バスツアー

04-07 **ポイント対象外**

いつもの食卓に並ぶ”美味しさ”の舞台裏へ

鎌倉ハム富岡商会 & アサヒビール工場見学ツアー

●伝統の鎌倉ハムと最新鋭のアサヒビール工場をめぐるバスツアー

●お昼は鎌倉の緑豊かなレストランで手作りハムを使ったランチ!

(株)鎌倉ハム富岡商会 明治33年の創業以来、「鎌倉ハム」の技術を受け継ぎ、伝統製法を守り続けている。

日 時 / 10月31日(火) 午前9時30分～午後6時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **9,980円** 募集人数 / 24名様
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前までにご連絡します 最少催行人数 / 20名様

バスツアー

04-08 **ポイント対象外**

138年ぶりの再会! 歌麿の傑作「深川の雪」と「吉原の花」

岡田美術館特別展と最後の箱根ホテル小涌園ランチ

●特別展「館長によるギャラリートーク」開催日の訪館は貴重!

日 時 / 10月11日(水) 午前9時～午後6時 食 事 / ランチbuffet付
 旅行代金 / お一人様 税込 **13,300円** 募集人数 / 24名様
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前までにご連絡します 最少催行人数 / 20名様

行程 午前9時 上大岡駅京急百貨店前 出発…岡田美術館(歌麿大作「深川の雪」と「吉原の花」)滞在約2時間…箱根ホテル小涌園(ランチbuffet)…箱根神社参拝…大涌谷散策…仙石原スキ草原(車窓)…午後6時頃 上大岡駅京急百貨店前 解散

ママ&パパ

04-11

澄み渡る空気ときらめく星空を親子の思い出に

百貨店の屋上で冬の天体観測会

●親子で「冬の星雲の王様」といわれるオリオン大星雲を観測☆

●はまぎん ども宇宙科学館・解説員の楽しくわかりやすい解説付き

はまぎん ども宇宙科学館 プラネタリウム解説員 亀岡 千佳子 かめおか ちかこ

「かわさき宙(そら)と緑の科学館」のプラネタリウム解説員を経て現職。毎日、プラネタリウムでさまざまな人に星や宇宙の話を楽しく語りかけている。

日 時 / 2018年1月13日(土) 午後7時～9時
 会場 / 京急百貨店12階=屋上「青空ひろば」(集合は10階=パンケツルーム・リヴァージュ) ※悪天候の場合は、屋内で星を映してお話しします。
 参加費 / お一人様 税込 **1,500円**
 定員 / 30名様(大人と子どものペア、またはグループでお申込ください)
 持ち物 / レジャーシート

バスツアー

04-06 **ポイント対象外**

SS1認定 唎酒師・国際唎酒師 磯野 カオリ いその かおり

酒を楽しむ会 特別ツアー

女性唎酒師と行く 紅葉の東京酒蔵めぐり

～小澤酒造と石川酒造～

- 小澤酒造では唎酒師が、唎酒の楽しみ方を指南!
- 酒蔵直営料亭の懐石料理も堪能できる日本酒三昧ツアー

日 時 / 11月19日(日) 午前8時30分～午後5時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **13,900円** 募集人数 / 24名様
 ※小澤酒造での試飲は別途現地にてお支払ください。 最少催行人数 / 20名様
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前にご連絡します

行程 午前8時30分 上大岡駅京急百貨店前 出発…小澤酒造(酒蔵見学・試飲(有料)、ままごと屋にて昼食、渓谷散策)…石川酒造(酒蔵見学・試飲)…午後5時頃 上大岡駅京急百貨店前 解散

バスツアー

04-07 **ポイント対象外**

いつもの食卓に並ぶ”美味しさ”の舞台裏へ

鎌倉ハム富岡商会 & アサヒビール工場見学ツアー

●伝統の鎌倉ハムと最新鋭のアサヒビール工場をめぐるバスツアー

●お昼は鎌倉の緑豊かなレストランで手作りハムを使ったランチ!

(株)鎌倉ハム富岡商会 明治33年の創業以来、「鎌倉ハム」の技術を受け継ぎ、伝統製法を守り続けている。

日 時 / 10月31日(火) 午前9時30分～午後6時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **9,980円** 募集人数 / 24名様
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前までにご連絡します 最少催行人数 / 20名様

ママ&パパ

04-11

澄み渡る空気ときらめく星空を親子の思い出に

百貨店の屋上で冬の天体観測会

●親子で「冬の星雲の王様」といわれるオリオン大星雲を観測☆

●はまぎん ども宇宙科学館・解説員の楽しくわかりやすい解説付き

はまぎん ども宇宙科学館 プラネタリウム解説員 亀岡 千佳子 かめおか ちかこ

「かわさき宙(そら)と緑の科学館」のプラネタリウム解説員を経て現職。毎日、プラネタリウムでさまざまな人に星や宇宙の話を楽しく語りかけている。

日 時 / 2018年1月13日(土) 午後7時～9時
 会場 / 京急百貨店12階=屋上「青空ひろば」(集合は10階=パンケツルーム・リヴァージュ) ※悪天候の場合は、屋内で星を映してお話しします。
 参加費 / お一人様 税込 **1,500円**
 定員 / 30名様(大人と子どものペア、またはグループでお申込ください)
 持ち物 / レジャーシート

バスツアー

04-10 **ポイント対象外**

人気食品メーカー タカナシ乳業&鈴廣かまぼこ

親子で工場見学&体験ツアー

●普段食べているものはどうやってできているの? どんな人たちがつくっているの? そんな疑問を解決する親子限定ツアーです

タカナシ乳業 鈴廣かまぼこ

工場見学は、グループ会社のあしがら乳業です。

日 時 / 2018年1月20日(土) 午前8時30分～午後5時 食 事 / 昼食付
 旅行代金 / お一人様 税込 **10,800円** / 親子2名様 税込 **20,000円**(かまぼこ体験はお子さまのみ)
 募集人数 / 12組24名様 最少催行人数 / 10組20名様
 対象 / 小学生のお子さまとその保護者様 服装 / 汚れてもよい服装(バターづくり、かまぼこづくりを体験します)
 ツアーキャンセル / 原則として出発7日前までにご連絡します

※牛乳、乳製品の試食がありますので、参加者様にはアレルギー確認を行っております。※衛生管理状況、当日の健康チェックを行います。

講座番号 04-12 京急観光 POINT 対象外

ちょっと早起きして人気の朝市へGO! 「三崎朝市」&「たまご野の朝市」三浦半島 絶品グルメツアー

- 最寄駅から少し距離のある人気朝市も、上大岡発着バスならたくさんお買物をして楽チン♪
●岩沢ポーター自慢の「つくりたてたまご焼」のお土産付

日時/9月3日(日) 午前6時~11時30分 募集人数/24名様
旅行代金/お一人様 税込 5,600円 最少催行人数/20名様
持ち物/お買物バッグ(海鮮等をお求め予定の方は保冷バッグがあると便利です)
ツアーキャンセル/原則として出発7日前までにご連絡します

行程 午前6時 上大岡駅京急百貨店前 出発...三崎朝市(お買物)...たまご野の朝市(お買物)...森戸神社...午前11時30分頃 上大岡駅京急百貨店前 解散



「たまご野の朝市」を開催する岩沢ポーターは、創業50周年を超える養鶏場。朝市名物「姫様のたまご」TKGは必食!

代名詞のマグロなど水産系約20店舗、青果他約10店舗が並ぶ、三浦でもっとも大きな朝市「三崎朝市」と、地元三浦・湘南の人気店が勢揃いする岩沢ポーターの「たまご野の朝市」をめぐる、COTONOWA限定の朝市グルメツアー。帰りには絶景スポットの「森戸神社」にも立ち寄ります。



昭和電工川崎事業所の夜景。 東亜石油京浜製油所のプラント群の夜景。

京浜工業地帯の先端工場を、内から外から見て・味わう体験ツアー。まずはANAの機内食工場で国内線プレミアムクラスの機内食を実食! 産業廃棄物処理工場で最新鋭の技術を学んだ後は、夜景ナビゲーターによる解説付きで、話題を集める川崎の工場地帯の夜景スポットをバスでめぐります。一日を通して工場の魅力を堪能できる、プレミアムな産業観光ツアーです。

講座番号 04-13 京急観光 POINT 対象外

内側からも外側からも工場を満喫! 話題の川崎工場夜景と産業観光バスツアー

- 幻想的に煌めくイルミネーションのような工場夜景をお楽しみください
●地上でも美味しい! 贅沢なANA国内線プレミアムクラスの機内食が食べられます!

日時/12月15日(金) 正午~午後7時30分 募集人数/24名様
旅行代金/お一人様 税込 9,900円 最少催行人数/20名様
食事/昼食付 ツアーキャンセル/原則として出発7日前までにご連絡します

行程 正午 上大岡駅京急百貨店前 出発...ANA機内食体験(昼食)...フレハ環境(工場見学)...川崎工場地帯夜景見学(バスでのご案内)...午後7時30分頃 上大岡駅京急百貨店前 解散

講座番号 04-14 京急観光 POINT 対象外



女性限定! ドローンフライト体験会

- ミニ講座とインストラクターとのマンツーマンのフライト体験&記念撮影
●撮影した映像を見ながら女子会を楽しめるティータイム付き

日時/9月25日(月)、10月16日(月)、11月13日(月)
A.午前9時30分~正午、B.午後1時30分~4時

会場/セキドDJI横浜ベイサイド店 参加費/各回 税込 3,980円
(神奈川県横浜市金沢区福浦1-5-2) 定員/各回 AB各8名様
横浜市金沢区産業振興センター サービスセンター1階) 最少催行人数/各回 4名様
※悪天候の場合は、体育館で実施。(サンダルやハイヒールはご遠慮いただいております)

講座番号 04-15 京急観光 POINT 対象外



豪華客船 飛鳥II 船内見学会

- 日本を代表するクルーズ客船・飛鳥IIの魅力ガイドがご案内!

日時/12月10日(日) 午前10時~午後2時
アクセス/みなとみらい線日本大通り駅 3番出口より徒歩約7分
旅行代金/お一人様 税込 3,240円 最少催行人数/20名様
ツアーキャンセル/原則として出発7日前にご連絡します。 注意事項:施設の状況により、ツアー当日でも変更および中止する場合がございます。

行程 午前10時 大榎橋旅客ターミナル(横浜市中区海岸通1-1-4) 出発...飛鳥IIへ乗船...軽食・「船旅の魅力について」ご紹介...午後2時頃 下船後、現地解散

講座番号 04-16 京急観光 POINT 対象外

専属ガイド+プロカメラマン記念撮影付き 古都・鎌倉 ペア着物散策

- 鎌倉の街を専属ガイドとめぐるCOTONOWAオリジナルプラン
●プロカメラマンが名所で記念撮影。後日データをプレゼント♪
●今回の特別プランで選べるお着物は100種類以上!

日時/10月7日(土)、2018年2月18日(日) 参加費/1組2名様 (※昼食代別途)
各日ともA・Bの時間帯からお選びください 税込 19,800円

A.午前9時~午後4時 ※身長150cm以下のお子様は+税込1,000円を当日現地でお支払いください。
B.午前10時~午後5時 ※追加オプションをご希望の方はVASARAホームページをご覧の上、追加料金は当日現地でお支払いください。
集合/VASARA鎌倉駅前店(神奈川県鎌倉市御成町12-4 山田ビル1-2F) 定員/各回 A・B各5組10名様

葉山周辺4寺めぐり

9月12日(火) 午後12時30分~5時30分

行程 午後12時30分 京急新逗子駅 集合(※昼食は済ませてご集合ください)...(徒歩)高養寺... (徒歩&バス)新善光寺... (バス)清雲寺... (徒歩)満願寺... (バス)午後5時30分頃 京急北久里浜駅 解散



新善光寺(葉山町)



海南神社(三浦市)

三崎周辺3寺めぐり

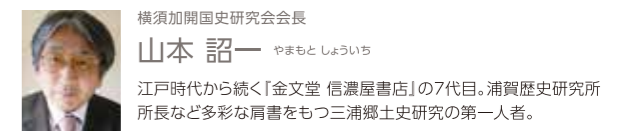
10月4日(水) 午前9時30分~午後2時20分

行程 午前9時30分 京急三崎口駅 集合...(バス)延寿寺...(バス&徒歩)妙音寺...(徒歩&バス)三崎市内(各自昼食)...海南神社集合...午後2時20分頃 現地解散

講座番号 04-17 京急観光 POINT 対象外

9月1日~10月20日は特別ご朱印 三浦半島 秋の七草霊場めぐり

- 前回満員御礼だった山本さんの大人気寺社めぐり第2弾
●秋の七草ゆかりの7つの寺社を2回に分けてめぐります



横須賀開国史研究会会長 山本 詔一 やまもと しょういち
江戸時代から続く「金文堂 信濃屋書店」の7代目。浦賀歴史研究所所長など多彩な肩書をもつ三浦郷土史研究の第一人者。

参加費/各回 税込 3,500円 定員/各回 20名様
※交通費、昼食代別途 最少催行人数/各回 10名様
※9月12日(火)は「葉山女子旅きっぷ」、10月4日(水)は「みさきまぐろきっぷ」のご利用をおすすめします。

講座番号 04-18 京急観光 POINT 対象外



源氏山公園の源頼朝像

紅葉の鎌倉をガイドと行く 源氏山ハイキング

- 紅葉の名所・源氏山の初心者でも登りやすいコースを歩きます
●浄智寺や源氏山公園、銭洗弁天など各所を専属ガイドの解説付きで散策

日時/11月27日(月) 午前11時~午後3時 定員/15名様
参加費/税込 4,080円(昼食代含む) 持ち物/昼食時の敷物、飲み物

行程 午前11時 JR北鎌倉駅駅舎側改札前 集合...徒歩で浄智寺へ...葛原岡ハイキングコースから葛原岡神社へ...源氏山公園(御代川お弁当・休憩)...銭洗弁天...佐助稲荷神社...午後3時頃 JR鎌倉駅 解散

講座番号 04-19 京急観光 POINT 対象外



前回も多くのお客様にご好評いただきました。

横浜歴史探訪 第2回 『街道をゆく 横浜散歩』を手がかりに

- 司馬遼太郎の紀行文「街道をゆく」で描かれた横浜の街を歩く

日時/11月9日(木)、2018年1月18日(木) 定員/各回 20名様
午前10時30分~午後3時10分 ※昼食ご持参の方はパンケットルームをご利用いただけます。

参加費/各回 税込 2,500円 ※交通費、昼食代別途
行程 午前10時30分 京急百貨店10階=パンケットルーム・リヴァージュ 集合...講義...各自昼食...再度集合...京急線改札へ移動...京急線上大岡駅~みなとみらい線馬車道駅...午後1時40分頃から徒歩...馬車道...県立歴史博物館(外観)...横浜赤レンガ倉庫...山下公園...氷川丸...午後3時10分頃 解散

講座番号 04-20
 教養&スキルアップ

小笠原流礼法

連続講座 ふるまい作法講座

- 現代の日常生活でも役立つ 日本人としてのふるまいや作法を学びます
- 鎌倉時代より受け継がれてきた 武家礼法・小笠原流礼法をご体感ください

第1回 11月14日(火)	日常で使う物の持つ役割と機能を大切に扱う
第2回 11月28日(火)	来客時や訪問時、接待時に役立つ和食の作法
第3回 12月12日(火)	年末年始に活躍する物の包み方や結び方

日 時 / 各回 午後2時30分～4時 定員 / 20名様
 参加費 / 3回セット 税込 **9,720円**



弓馬術礼法小笠原流 31世小笠原清忠宗家嫡男
小笠原 清基 おがさわら きよもと

鎌倉時代から継承される流儀を全国の神社などに奉納すると共に、時代に合わせた礼法の普及に努めている。



特別講座 弓道体験会

- 小笠原流の本部教場で礼法や歩射(弓道)・騎射(流鏑馬)を体験します
- 希望者は鎧や装束を着ての写真撮影も可能です

日 時 / 2018年1月13日(土) 午後1時30分～3時30分
 集 合 / 京王線芦花公園駅改札前
 参加費 / 税込 **4,500円** 定員 / 20名様



【老舗訪問】老舗の伝統や技をCOTONOWAだけに特別に解説してもらいます。「にんべん」ではダンにまつわる文化など、「小津和紙」では手漉き和紙の伝統などについて、お店の方に案内＆解説していただきます。
【街散策】ビル街に突然現れる「福德神社」や志賀直哉命名と伝わる老舗銘店など、盛りだくさんのエピソードを交えながら三宅あみさんが日本橋をご案内します。
【舟遊び】日本橋散策の後は、貸切屋形船で約60分の水上散策へ。COTONOWAオリジナルコースで東京湾の景色と、老舗仕出し屋「弁松」のお弁当をお楽しみください。船内は飲み物など、持ち込み自由です。

講座番号 04-21
 現地集合

粹に楽しむ秋の日本橋と舟遊び 老舗へ特別訪問&貸切水上散策

- 普段は聞けない日本橋老舗の歴史やエピソードも必聴!
- 貸切屋形船でCOTONOWAだけの水上散策をお楽しみください



ジャパネスクナビゲーター
三宅 あみ みやけ あみ
 モデル・タレントとしてCMやTV番組に出演しながら、日本文化への理解を深める案内役として、様々なイベントを実施中。

日 時 / 10月5日(木)、11月7日(火) 午前10時～午後1時
 参加費 / 各回 税込 **9,100円**(昼食代、舟運賃含む)
 定員 / 各回 10名様

【行程】午前10時 東京メトロ三越前駅A6出口付近 集合…老舗訪問&日本橋散策…舟遊び(お弁当昼食)…午後1時頃 日本橋船着き場 解散
 ※内容と時間は、天候や潮位により変動することがあります。

講座番号 04-22
 現地集合



ジャパネスクナビゲーター
三宅 あみ みやけ あみ



羽子板市と知られざる浅草探訪

- ガイドブックにも載らないディープな浅草を特別ガイドと共に散策

年末恒例の羽子板市に合わせた浅草訪問。「都内最古の石橋」や縁結びの神「浅草久米平内堂」など、知る人ぞ知る穴場スポットをめぐる約2時間。正午解散なので午後の自由時間もたっぷりです。



日 時 / 12月18日(月) 午前10時～正午
 参加費 / 税込 **2,900円**
 定員 / 16名様

【行程】午前10時 雷門正面の「浅草文化観光センター」前 集合…浅草の街散策…正午頃 浅草寺にて解散

講座番号 04-23
 アート&カルチャー



日本テーブル茶道協会代表理事
神林 浩子 かんばやし ひろこ



モダンに楽しむテーブル茶道

- 普段着で気軽に和の道を体験できるのがテーブル茶道の魅力です

	A.初級編	B.中級編
第1回 10月16日(月)	茶道具の準備、お菓子・抹茶のいただき方	美しい茶巾のたたみ方、お茶碗のあたため方、茶笥の置き方
第2回 11月13日(月)	リビングお点前のブラッシュアップ	美しい手の置き方、茶巾の構え方、茶杓の構え方を学びます
第3回 12月11日(月)	お点前役とお客様役に分かれておもてなし	お点前役とお客様役に分かれて、凛とした美しいお点前を

日 時 / **A.初級編** 各回 午前11時～午後1時 **B.中級編** 各回 午後2時30分～4時30分
 参加費 / A・B各3回セット 税込 **12,960円**(初めてのの方は3,000円相当の茶巾・茶笥・茶碗付、2回目以降の方は、ご自宅でのお点前に役立つ横紙をプレゼント)
 定員 / A・B各 12名様
 持ち物 / AB共に講座に参加済みの方は茶巾・茶笥・茶碗をお持ちください

講座番号 04-24
 アート&カルチャー

真打・林家ぼたんのたくさん笑って健康になる落語の会

- COTONOWAのお客様だけのための90分公演
- 落語初体験の方も、この機会をお見逃しなく
- 落語は難しい?…ご心配無用、ただ笑うだけで大丈夫



落語家
林家 ぼたん はやしや ぼたん
 2002年林家こん平に入門。「笑点」などのアシスタントをつとめながら、2016年真打昇進。同年ロシアで落語公演を行うなど、いま注目の落語家のひとり。

日 時 / 9月5日(火)、11月2日(木) 午前10時30分～正午
 2018年1月18日(木)、2月27日(火) 午後7時～8時30分
 参加費 / 各回 税込 **2,980円** 定員 / 各回 30名様



普段は末広亭、鈴木演芸場、浅草演芸ホール、国立演芸場などで小気味よい斬を披露している林家ぼたんさん。

林家こん平師匠が真打昇進を泣いて喜んだという愛弟子・林家ぼたんさんが上大岡に初登場。むずかしい講釈は抜きにして、COTONOWAのお客様だけをスカッと笑わせる90分の落語の会です。内容は毎回異なりますが、笑いがもたらす免疫力アップの効果は同じ。**大いに笑って身も心もリフレッシュ**してください。仕事帰りに立ち寄れる午後7時開演の回もご用意しました。

講座番号 04-25
 アート&カルチャー



陶工房たまどろ 代表・笠間焼作家
高津 潤一郎 たかつ じゅんいちろう



初心者も経験者も大歓迎! 陶芸教室

- 手ぶらで気軽に①②③のお好きな陶芸体験を楽しめます
- ①手回しロクロでの「紐作り」(湯呑・マグカップ、花器など)
- ②講師が用意した素焼きの作品への「絵付け」体験
- ③粘土遊び感覚の小物づくり(器、アクセサリ、オブジェなど)

日 時 / 9月7日(木)、10月5日(木)、11月2日(木)、12月7日(木)、2018年1月11日(木)、2月1日(木) 午後2時30分～4時30分
 参加費 / 各回 税込 **4,000円**(粘土代、焼成代含む) 定員 / 各回 20名様
 ※追加粘土や焼成オプションは当日講師よりご案内いたします

講座番号 04-26
 アート&カルチャー



盆栽ギャラリー Bonciao 代表
葉住 直美 はすみ なおみ



愛らしいミニ盆栽ワークショップ

- テーブルやデスク上で、凝縮された自然の息吹を感じてみませんか?

10月26日(木) 午前10時30分～正午 A.コケ玉 税込 3,500円 (材料費含む)	10月26日(木) 午後2時～3時30分 B.紅葉盆栽 税込 4,500円 (材料費含む)
11月30日(木) 午前10時30分～正午 C.針金掛け 税込 4,500円 (材料費含む)	11月30日(木) 午後2時～3時30分 D.実もの盆栽 税込 4,500円 (材料費含む)
12月17日(日) 午後2時～3時30分 E.お正月飾り 税込 5,800円 (材料費含む)	2018年2月25日(日) 午後2時～3時30分 F.梅・桜盆栽 税込 5,800円 (材料費含む)

※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 定員 各回 15名様
 ※各回の作品イメージは下記ホームページをご覧ください

講座番号 04-27
 アート&カルチャー



一般社団法人心書協会認定トレーナー
小川 宏美 おがわ ひろみ



大空の下で大筆書道体験!

- 京急百貨店の屋上で、思いのたけをこめて大筆書道にチャレンジ!

心書家の小川さんによる大筆ライブパフォーマンスと、大筆書道の体験会を開催。年の始めにふさわしい目標やテーマを、大きな筆を使って思いっきり書いてみましょう! 日々のストレス発散にもおすすめです。

日 時 / 2018年1月21日(日) **A.**午前11時～午後12時30分 **B.**午後2時～3時30分
 会 場 / 京急百貨店 12階=屋上「青空ひろば」(悪天候の場合は、屋内で開催)
 集 合 / 10階=パンケトルーム・リヴァージュ 持ち物 / 汚れてもよい服装、タオル
 参加費 / A・B各 税込 **3,780円** 定員 / A・B各 10名様

講座番号 04-28
 アート&カルチャー



俳句ウェブマガジン「スピカ」創刊メンバー 俳人
野口 る理 のぐち るり



基礎から学んで句会を楽しむ俳句講座

- 俳句の醍醐味である句会を中心に、ゲーム感覚の内容で楽しく学べます
- 講師はいま注目の若手俳人。初心者から経験者まで大歓迎!

	A期	B期	テーマ
第1回	9月16日(土)	2018年1月27日(土)	五七五や季語など基礎を学ぶ
第2回	10月21日(土)	2018年2月3日(土)	基礎を復習し、一句詠むミニ句会
第3回	11月18日(土)	2018年2月24日(土)	俳句を持ち寄り、句会を開催

日 時 / 各回 午後2時～4時 定員 / A・B各 20名様
 参加費 / A・B各 3回セット 税込 **8,400円**

講座番号 **04-29**
10Fリヴァージュ

青山フラワーマーケット"hana-kichi" フラワーアレンジメント教室

- 大人気講座がさらに充実したラインナップに!
- 初心者でも安心♪手ぶらで参加できます

hana-kichi講師
高木 舞子 たかぎ まいこ
青山フラワーマーケット入社後、4店舗で店長経験を積み、スクール部門ハナキチに異動。初心者にもわかりやすい軽快なレッスンが人気。
※都合により講師が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

日時/各回 午前10時30分～正午
参加費/単発講座 各回 税込 **4,500円**(材料費含む)
連続講座3回セット 税込 **12,900円**(材料費含む)
定員/各 20名様



※ブーケ、アレンジメントの画像はイメージです。

気軽に参加できる単発講座
12月12日(火) パラのブーケ
9月12日(火) ダリアのブーケ
12月26日(火) マムのアレンジメント
10月3日(火) パラのアレンジメント
2018年1月23日(火) フレグランスブーケ
11月14日(火) シルバーリース
2018年2月27日(火) ラナンキュラスのブーケ

幅広くお花の楽しみ方を学ぶ連続講座(3回セット)

	A期	B期 2018年	テーマ
第1回	9月26日(火)	1月9日(火)	花器活け オリジナルの花器はお持ち帰りOK。
第2回	10月24日(火)	1月30日(火)	はじめてブーケ ブーケづくりを基本から学ぶ。
第3回	11月28日(火)	2月13日(火)	アレンジメントの基礎 オアシスの使い方など。

手づくりを楽しむCOTONOWAクラフト部シリーズ

講座番号 **04-30**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

銀座ソレイユ トールペイント インストラクター
池上 真己枝 いけがみ まさえ

お手軽トールペインティング講座

- 国内最大級のトールペイント専門店「銀座ソレイユ」認定の講師が指導

伝統的な技法で木製品などに装飾するトールペインティングの初心者向け講座。絵が得意でない方でも上手く描けるコツを経験豊かな講師がお伝えます。

9月8日(金)	午前10時30分～午後12時30分	ウェルカムボード
10月29日(日)	午前10時10分～午後12時10分	コースター

参加費/各回 税込 **4,580円**(材料費含む) 定員/各回 16名様

講座番号 **04-32**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

切り絵作家
平石 智美 ひらいし ともみ

華やかでかわいい♪カラー切り絵教室

- 連続講座ではご持参いただいた好きなモチーフの写真を基に世界に1つだけのオリジナル切り絵をつくります

切り絵体験会	10月31日(火)	しおりやポストカードづくりで切り絵の楽しさを体験
連続講座 第1回	12月19日(火)	つくりたいモチーフのイラスト(図案)を書き起こす
連続講座 第2回	2018年1月23日(火)	イラスト(図案)を基に、切り絵作品を完成させよう

日時/各回 午後2時～4時 定員/各 20名様
参加費/体験会 税込 **1,500円**、連続講座2回セット 税込 **8,000円**(共に材料費含む)
持ち物/12月19日(火) つくりたいモチーフの写真(講師が用意した写真から選ぶことも可能)

講座番号 **04-31**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

アトリエT カルトナーージュ講師
清田 統子 きよた とうこ

初心者のためのカルトナーージュ講座

- 厚紙で組み立てた箱などに生地や紙をデコレーションするフランスの伝統的な手芸・カルトナーージュの体験講座
- お店では手に入らない自分好みの小物をつくってみませんか?

日時	テーマ・参加費	カードケース作品例
10月8日(日) 午後2時30分～4時30分	持ち歩きたくなる華やかでおしゃれな カードケース 税込 3,300円 (材料費含む)	
2018年2月15日(木) 午前10時30分～午後12時30分	リビングに飾ってもかわいい リポントレー (ミニ収納トレー) 税込 4,000円 (材料費含む)	

定員/各回 20名様
持ち物/ハサミ

講座番号 **04-33**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

日本折紙協会 西横浜支部講師
田中 テル代 たなか てるよ

つくって飾る 3D折り紙教室

- 世界共通語「Origami」として海外の愛好者も多い折り紙
- 古典的で素朴な平面の折り紙が、インテリアとしても飾れる立体作品になるおもしろさをぜひご体験ください!

日時	テーマ	3D花束作品例
10月31日(火) 午前10時30分～正午	お部屋を華やかに演出する 3D花束	
12月19日(火) 午前10時30分～正午	正月飾りにピッタリ! 来年の干支「戌」	

参加費/各回 税込 **2,500円**(折り紙のお土産付) 定員/各回 16名様

COTONOWA手芸部シリーズ

講座番号 **04-34**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

刺しゅう作家・布ショップオーナー
ささき みえこ

お好み♪ワンポイント刺しゅう講座

- 申込時に好きなモチーフの図柄をリクエストできます♪
- 複数の図柄をつくる「組み合わせ刺しゅう」も新登場!

日時/9月25日(月)、10月23日(月)、11月27日(月)、1月22日(月)、2月26日(月)
午後2時30分～4時30分 定員/各回 15名様
参加費/各回 税込 **2,600円**(糸や練習用布代等を含む) ※組み合わせ刺しゅうをご希望の方は当日追加分の材料代(500円)を講師にお支払いください
持ち物/刺しゅう枠(お持ちの方)、刺しゅう針(当日講師から購入(500円)も可能)、刺しゅうしたい物(エコバッグ、エプロン、シャツ、ハンカチなど)
※コットンバッグ(300円)、ハンカチ(550円)は当日講師から購入可能

講座番号 **04-36**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

藤岡幸子 着物リメイク教室 代表
藤岡 幸子 ふじおか さちこ

和服が蘇る♪リメイク小物講座

- ダンスに眠っていた着物や、風呂敷、のれんなどを小物にリメイク♪

日時	テーマ
11月6日(月) 午前10時半～午後12時半	おしゃれで使いやすい コインケース
12月3日(日) 午後2時～午後4時	かわいくてお出かけに役立つ 巾着袋

参加費/各回 税込 **3,900円**(材料費・専用キット代含む) 定員/各回 16名様
※当日、講師から着物素材(古布)をご購入いただくことも可能です(500円～)。
持ち物/着物素材、着物素材と同じ色の糸、縫い針、まち針、布きりハサミ、糸切りハサミ、チャコチョーク

講座番号 **04-38**
10Fリヴァージュ

ライフ&リビング

料理教室くり代表
小林 美由紀 こばやし みゆき

"デコ和菓子"ねり切りアート教室

- お家でも手軽につくれる創作和菓子。毎回、季節のモチーフ3品を実習

12月22日(金) 冬の和菓子	11月3日(金・祝) 秋の和菓子
12月22日(金) 冬の和菓子	2018年2月23日(金)おひなさま

日時/各回 午前10時30分～午後12時30分 定員/各回 20名様
参加費/各回 税込 **3,800円**(材料費含む) 持ち物/エプロン

講座番号 **04-35**
10Fリヴァージュ

アート&カルチャー

創作ユニット
ザ・ハレーションズ

ザ・ハレーションズのカラフル毛糸教室

- 色の創作ユニット「ザ・ハレーションズ」と毛糸で遊びましょう♪
- 初心者も親子も手ぶらでOK。色々な毛糸を用意してお待ちしています

日程	時間	内容
11月7日(火)	午前10時30分～正午	かぎ針を使ったハンドウォーマー
2018年1月25日(木)	～正午	かぎ針を使ったコースター
12月9日(土)	午後2時30分～4時	編み針を使わないポンポンとタッセルチャームを、組み合わせ自由で2個つくります
2018年2月10日(土)		

参加費/各回 税込 **3,490円**(材料費含む) 定員/各回 15名様

かわいくて美味しいデコッキングシリーズ

講座番号 **04-37**
10Fリヴァージュ

ライフ&リビング

手鞠庵 庵主
的場 万里 まこと まり

デコもち&デコ巻きずし教室

- 日本の伝統料理を現代風にアレンジしたつくって楽しい、食べて美味しい2つの体験教室
- どちらも基本的な定番柄で練習をした後、季節のテーマ柄作品をつくります

12月21日(木)	A デコもち「お正月」
2018年1月25日(木)	B 巻きずし「節分」

日時/各回 午後2時～4時30分 定員/各回 20名様
参加費/各回 税込 **3,800円**(材料費含む) 持ち物/エプロン、持ち帰り用タッパー

講座番号 **04-39**
10Fリヴァージュ

ライフ&リビング

料理教室くり代表
小林 美由紀 こばやし みゆき

大人のアイシングクッキー教室

- おしゃれなアイシングクッキーはプレゼントやお茶会にもぴったり♪

季節イベントをテーマに、クッキーをオトナかわいくデコレーションしてみましょう♪市販のクッキーを使うので、お家でも手軽につくれますよ。

日時/各回 午前10時30分～午後12時30分 定員/各回 20名様
参加費/各回 税込 **3,800円**(材料費含む) 持ち物/エプロン

COTONOWA スポーツ部! SPORTS AUTHORITY

「健康のためにスポーツを始めたいけど、なかなかおっくうで…」
そんな方にこそおすすめしたいスポーツ系講座をご紹介します!

NSCA認定パーソナルトレーナー
岡村 智幸 おかむら ともゆき
スポーツオンソリティ上大岡店勤務。トレーニングによるケガの防止、パフォーマンス向上など安全で効果的なトレーニングをアドバイスします。

講座番号 **04-40**
スポーツ & アクティビティ



ウォーキングより負荷が高くジョギングより疲れにくいともいわれ、ひそかなブームのノルディックウォーキングを体験してみませんか?

ノルディックウォーキング講座

●ボールは無料でレンタルOK。歩き方や簡単なストレッチの解説も

2本のボールを使って歩くノルディックウォーキングの体験講座。最初に歩き方やボールの使い方のコツを学んだ後、AB各コースの目的地まで往復します。日頃の運動不足を解消したい方にもおすすめです!

日時/Aコース 10月6日(金) 参加費/各回 税込 **3,240円**
午前10時15分～午後1時15分 定員/各回 20名様
Bコース 2018年2月9日(金) 持ち物/動きやすい服装、シューズ、タオル、飲み物、帽子、雨具
午前10時15分～午後1時15分
※雨天時は中止となる場合がございます。

行程 午前10時15分 京急百貨店10階=パンケトルーム・リヴァージュ集合、体操・ボールの使い方説明…ノルディックウォーキング出発…Aコース久良岐公園/Bコース弘明寺公園(休憩・ボール体操)…午後1時15分頃 上大岡駅京急百貨店前 解散(A・Bともに往復約4km)

講座番号 **04-43**
ヘルス & ビューティ 10Fリヴァージュ



魔法のストレッチ 主幸
黒田 美帆 くらた みほ
ご自宅でもすぐに実践できるストレッチをご紹介します。

「魔法のストレッチ」講座


●日ごろ運動不足の方から、ダンスやスポーツを定期的に取り組んでいる方で幅広くご参加いただける画期的なストレッチ講座

	A期	B期	テーマ
第1回	9月22日(金)	12月16日(土)	講義「ストレッチ」とは。前屈・股関節の可動域を出す
第2回	10月27日(金)	2018年1月20日(土)	左右開脚・前後開脚・Y字(1字)バランスのコツ
第3回	11月24日(金)	2018年2月17日(土)	上半身(腰・肩・背中など)を柔らかくするストレッチ

※ジーンズやタイトの着用はご遠慮ください。大きなケガや不調のある方は一部のストレッチが行えない可能性があります。ご了承の上、ご参加ください。

日時/A期 各回 午前10時30分～正午 持ち物/飲み物、動きやすい服装、タオル、靴下
B期 各回 午後2時30分～4時 ※第2回のみ厚手の靴下2足
参加費/A・B各 3回セット 税込 **10,800円** 定員/A・B各 12名様

講座番号 **04-41**
スポーツ & アクティビティ 10Fリヴァージュ



TRIGGERPOINT
協力 輸入総販売元 ミュラージャパン(株)


カラダスッキリ!筋膜リリース教室

●「筋膜」を正しい方法で優しくほぐし、カラダをリセット!

「第2の骨格」ともいわれる筋膜を、専用の器具を使って優しくほぐす方法をレクチャーします。必要な道具はすべて貸し出しできますので、筋膜リリース未体験の方もお気軽にご参加ください。

日時/10月10日(火)、2018年2月6日(火)
午前10時30分～11時30分 定員/各回 12名様
参加費/各回 税込 **2,500円** 持ち物/動きやすい服装、飲み物、タオル

講座番号 **04-42**
スポーツ & アクティビティ 10Fリヴァージュ



第1回 9月25日(月) ストレッチ、自体重トレーニング基礎
第2回 10月23日(月) ゆっくりとした下半身トレーニング
第3回 11月27日(月) 動きをメインとした下半身トレーニング

女性限定 健康自体重トレーニング教室

●無理なく毎日継続しやすい女性限定の特別プログラムです

器具を使わず自分の体重で負荷をかけ、筋力が少ない女性でも取り組みやすいのが特徴。専属トレーナーが個人の体力に合わせて、ご自宅でもできるトレーニングを優しく丁寧に指導します。

日時/各回 午前10時30分～正午 定員/12名様
参加費/3回セット 税込 **10,000円** 持ち物/動きやすい服装、飲み物、タオル

講座番号 **04-44**
ヘルス & ビューティ 10Fリヴァージュ



顔ヨガ協会認定アドバンスインストラクター
上田 悦子 うえだ えつこ

90分でスッキリ!「顔ヨガ」教室

●「表情(=ポーズ)をつくる」という簡単な動きで表情筋を鍛えます!

9月15日(金)	まぶたのむくみ、シワ、たるみ対策
10月20日(金)	ほうれい線対策、頬のリフトアップ
11月17日(金)	口角アップできれいな笑顔に
12月15日(金)	二重あご対策トレーニング
2018年1月19日(金)	基本5ポーズマスター①(目、口周リ・フェイスライン)
2018年2月16日(金)	基本5ポーズマスター②(目、口周リ・フェイスライン)

日時/各回 午前10時30分～正午 定員/各回 20名様
参加費/各回 税込 **2,500円** 持ち物/カメラ付き携帯電話やスマートフォンがデジカメ

講座番号 **04-45**
ヘルス & ビューティ 10Fリヴァージュ



朗読家・朗読講師
藤堂 叶倫 とうどう かりん

健康づくり朗読講座

●名作文学の朗読を通して、正しい腹式呼吸の発声法や姿勢を学びます

	テーマ	朗読作品
10月3日(火)	腹式呼吸のメカニズムと、母音の口の開き方	北原白秋「五十音」
11月7日(火)	健康に繋がる朗読姿勢、活舌をよくする練習	金子みすゞ「私と小鳥と鈴と」
12月5日(火)	声と身体と頭を使って朗読の充実感を味わう	高村光太郎「智恵子抄」より

日時/各回 午後1時30分～3時 持ち物/手鏡、フェイスタオル、飲み物
参加費/各回 税込 **2,800円** ※スカートではなくズボンでお越しください。
定員/各回 15名様

講座番号 **04-47**
ライフ & リビング 10Fリヴァージュ



ペット食育協会 上級指導士
黒沼 朋子 くらぬま ともこ
私も一緒に食べたいニャ!
おそろいごはん嬉しいワン!

私とペットの"おそろい"ごはん教室

●犬や猫が食べてもOKな食材・NGな食材の知識も学べます

愛するワンちゃんやネコちゃんと一緒に食べられるメニュー3品を実演。試食&ペット用のお持ち帰り付き。

10月20日(金) ハロウィン料理 12月15日(金) クリスマス料理
2018年2月9日(金) 体も心も温まる冬のあったか料理

日時/各回 午後2時～4時30分 定員/各回 20名様
参加費/税込 **4,980円**(材料費含む)
持ち物/エプロン、持ち帰り用タッパー(200cc程度)
※ペットご同伴のご入店はお断りさせていただいております。

講座番号 **04-49**
アート & カルチャー 10Fリヴァージュ



全日本書芸文化院 総務
櫻井 浦石 さくらい ぼせき

万年筆上達1DAYレッスン

●大切な人に想いが伝わる文字の書き方を学んでみませんか?

一筆箋に手紙や年賀状にもよく使われる定型句をしたため、美しい文字の書き方を学びます。3,000円相当のPILOT万年筆カヴァリエがセットになったお得な講座に、ぜひご参加ください。

日時/9月28日(月) 午前10時30分～午後12時30分
参加費/税込 **3,980円**(PILOT万年筆カヴァリエ付)
定員/20名様 持ち物/万年筆と一筆箋(お持ちの方)
スリムボディが特長のPILOT万年筆カヴァリエ。お色はお選びいただけます。

講座番号 **04-46**
ライフ & リビング 10Fリヴァージュ



整理収納アドバイザー
大木 聖美 おおき さとみ

実演! 整理収納ワークショップ

●効率的な収納法やグッズの活用法、捨て方のコツまでレクチャー

9月21日(木)	整理収納の基本と捨て方
10月19日(木)	キッチンの整理収納
11月16日(木)	整理収納の基本と捨て方
12月14日(木)	リビング・納戸の整理収納
2018年1月11日(木)	整理収納の基本と捨て方
2018年2月8日(木)	クローゼットの整理収納

日時/各回 午前10時30分～正午 参加費/各回 税込 **2,500円**
定員/各回 20名様

講座番号 **04-48**
教養 & スキルアップ 10Fリヴァージュ



葉山パッパニーニョ 店主
二宮 寛 にのみや ひろし

葉山の名喫茶 コーヒーセミナー

●「葉山パッパニーニョ」店主の二宮さんが長年研究を重ねた「美味しいコーヒーの淹れ方」の秘密を特別にお教えます

	A期	B期	テーマ
第1回	9月4日(月)	11月6日(月)	コーヒー入門:ドリップコーヒーの淹れ方と、コーヒーの基礎知識
第2回	10月2日(月)	12月4日(月)	応用編:前回の復習とコーヒーのテイasting、コーヒーゼリー試食

日時/各回 午後2時～3時30分 定員/A・B各 20名様
参加費/A・B各 2回セット 税込 **5,900円**(材料費含む) 持ち物/エプロン

講座番号 **04-50**
教養 & スキルアップ 10Fリヴァージュ



伝説のベストセラー「アメリカ語トレーニング」(主婦の友社)の著者
ピート 小林 びーと せやし

人見知りにもサヨナラする 秘ベーシック英会話+α

●海外経験豊富な講師の秘テキストで世界標準のアメリカ英語を実践!

	A期	B期	テーマ
第1回	9月29日(金)	2018年1月12日(金)	初対面、紹介にまつわる英会話
第2回	10月13日(金)	1月26日(金)	挨拶、声かけ、呼びかけの英会話
第3回	10月27日(金)	2月16日(金)	Yes・Noの使い分けや英語の基本
第4回	11月17日(金)	2月23日(金)	英数字に強くなる(読み方やサイズ)

日時/各回 午後2時30分～4時 定員/A・B各 20名様
参加費/A・B各 4回セット 税込 **12,960円**

ママ&パパ 講座番号 04-51 10Fリヴァージュ



見た目にも使っても楽しい楽器をご用意しております(写真はイメージです)

音とのふれあい楽しもう♪ 親子のきずなを深める あそびート体験

●音楽の知識や経験は必要ありません♪ 音を楽しむ時間を通して親子の愛着形成や、絆づくりを目指すプログラムです

ビートオブアクセス あそびートファシリテーター
清水 和美 しみず かずみ
音楽教師として小・中・高・特別支援学校にトータルで24年間勤務。現在は音楽ファシリテーターとして、精力的に活動中。

日 時 / 9月19日(火)、11月21日(火)、2018年1月16日(火)
午前10時10分～11時10分 参加費 / 各回 税込 **2,500円**
対 象 / 3歳頃までのお子さまと保護者の方 定 員 / 各回 16組様



音やリズムで遊ぶことを通して、音楽の楽しさや他者とのコミュニケーションを育む「あそびート」の乳児～幼児向け体験講座です。マラカスやフレームドラム、ミュージックフープといったお子さまでも扱える楽器を使って、親子で、お友だちと一緒に楽しくコミュニケーションを取るためのヒントが盛りだくさんです♪

ママ&パパ 講座番号 04-52 10Fリヴァージュ
幼児教育アドバイザー 子育てマイスター協会 代表理事・さとう りさ
白井 智子



心を育む脳トレ&言葉かけ育児講座

●お子さまの穏やかな心や自己肯定感を育む方法をお伝えします
●相談タイムもあります。日頃のお悩みをお気軽にご相談ください

日程	テーマ	講師
9月19日(火)	言葉の発達と記憶力を高めるトレーニング 脳トレおもちゃづくり～前頭葉編～	白井 智子
11月21日(火)	日々のちょっとした過ごし方で五感と情緒を育てよう 脳トレおもちゃづくり～五感・情緒編～	白井 智子
2018年1月16日(火)	ほめる?しからない?未来に生きる子どもたちのために、自己肯定感と挑戦意欲を育てる言葉かけ	さとう りさ

日 時 / 各回 午後1時～2時 定 員 / 各回 20名様(お子さま同伴OK)
参加費 / 各回 税込 **2,000円** 対 象 / 4歳未満のお子さま・お孫さまを持つ方

ママ&パパ 講座番号 04-54 10Fリヴァージュ

オーガニック料理教室「ワクワクワーク」代表
菅野 のな すがの のな
個別相談タイムもありますので、お気軽にご参加ください

親子のための自然派食育講座

●毎回異なるレシピで、調理の実演も交えてポイントをご説明します

9月11日(月) 12月8日(金)	赤ちゃんの体の仕組みや、離乳食について大切にすべきポイントや注意点を学びます。
10月13日(金) 2018年1月12日(金)	働くママにこそ知ってほしい食生活を整えるコツ。ちょっとした時短や工夫を伝えます。
11月10日(金) 2018年2月2日(金)	管理栄養士や先輩ママに聞いた「保育園入園前に知っておきたいポイント」を学びます。

日 時 / 各回 午前10時30分～正午 定 員 / 各回 20名様(お子さま同伴OK)
参加費 / 各回 税込 **2,500円** ※各回のレシピは下記ホームページをご覧ください。

ママ&パパ 講座番号 04-53 10Fリヴァージュ
マタニティ・産後ヨガインストラクター
早速 美帆 はやみ みほ
AB共にお子さま同伴OK、妊娠中の方はご参加いただけません

抱っこ紐ダンスサイズ&子連れヨガ

A.抱っこ紐ダンスサイズ J-POPや洋楽のリズム合わせてお子さんと一緒に抱っこ紐でLet'sダンス♪ダンスが苦手な方も大歓迎!抱っこ紐の付け方レクチャーもあり。

B.子連れヨガ 産後のエクササイズにもぴったり!初心者でも参加しやすい内容で子連れOK。ママのためのやさしいヨガレッスンです。

日 時 / 10月17日(火)、2018年2月20日(火) 参加費 / 各回 税込 **2,500円**
A 午前10時10分～11時10分 定 員 / A各回 16組様
B 午後12時30分～1時30分 B各回 14名様
持ち物 / AB共に運動のできる服装、飲み物 対 象 / A首の座った生後3か月以降の健康なお子さまと保護者様
Aのみ抱っこ紐

ママ&パパ 講座番号 04-55 10Fリヴァージュ
日本おひるねアート協会認定アーティスト

南部 法子 ことう あや
写真はイメージです。当日の作品はホームページに掲載します

「おひるねアート」プレミアム撮影会

●作品テーマは「年賀状」。専属アーティストがお子さまを撮影します♪

【撮影内容】●衣裳1着 ●おひるねアート1セット×3カット ●フリーセット1セット×3カット おひるねアートとは別にお座りやうつ伏せでのショットが撮れるセットもご用意。※計6カットを撮影し、CD-Rにて後日データをお渡し。(データ送付に2週間程お時間をいただきます)

日 時 / 11月12日(日) 参加費 / 1組様 税込 **14,040円**
午前10時30分～午後4時20分 定 員 / 8組様(完全予約制)
※1組40分の貸切プログラム。くわしい開催 対 象 / 1歳未満のお子さま
時間は下記ホームページをご覧ください。

入会・お申込のご案内

入会のご案内

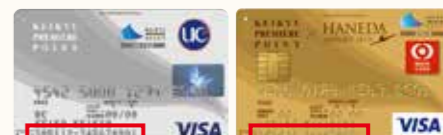
●各講座・アクティビティへのお申込には、COTONOWA会員登録が必要です。(入会金・年会費無料) ●事務局と会員の連絡に要するため、COTONOWA会員登録にはメールアドレスが必要。●旅行のお申込の場合、各旅行会社にお申込後、代表者様をCOTONOWA会員に登録させていただきます。●会員証の発行はございません。お問合せなどの場合はお名前と電話番号をお申し出ください。●2年間、講座・アクティビティ・旅行のお申込が無い場合、退会となります。退会後に講座・アクティビティをお申込の際は再度会員登録が必要となります。●COTONOWA会員様には、Eメール・郵送などによりCOTONOWAならびに京急百貨店の各種ご案内を送付いたします。●ご登録いただいた氏名・住所・連絡先などの個人情報につきましては、(株)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。

COTONOWAでも京急プレミアムポイントが貯まります!使えます!

- 税込108円につき1ポイントとなります。
- 毎月のCOTONOWAご利用額をもとに、翌月末までに付与いたします。
- 店頭でのお支払いにはポイント券がお使いいただけます。

- 会員登録の際に、京急プレミアムポイントカード番号をご登録ください。
- 既に会員の方は、会員マイページもしくは店頭COTONOWA窓口にて京急プレミアムポイントカード番号をご登録ください。
- 「ポイント対象外マーク」が付いた講座・アクティビティ・旅行を除きます。

【クレジット機能付きポイントカードをお持ちのお客様へ】
カード券面に表示されている番号のうち、中央に表示されている16ケタの番号は「クレジットカード番号」となります。
ポイントカード番号は、下部の15ケタの番号となりますのでご注意ください。



この番号がポイントカード番号です

講座・アクティビティのお申込方法 **7月27日(木)午前10時受付開始** | お電話でのお申込は承っておりません

インターネット受付 | 受付時間: 24時間 |

http://cotonowa.jp/ 京急 COTONOWA

●はじめての方は会員登録後、会員の方はログイン後、各講座・アクティビティのお申込画面からお手続きください。●参加費のお支払い方法は、クレジットカード払い・店頭払いが選べいただけます。



店頭受付 | 受付時間: 午前10時～午後5時 |

上大岡 京急百貨店

7階=総合サービスカウンター内COTONOWA窓口

●COTONOWA窓口にてお申込ください。●参加費のお支払いは、現金払い・ポイント券・各種商品券・クレジットカード払い・オカスカ友の会買い物カード(券)が選べいただけます。

複数名様同時申込も可能です

一緒にご参加のご家族・ご友人の分も同時にお申込いただけます。*参加費のお支払いは一括となります。

●お申込は先着順となります。定員になり次第締め切りとさせていただきます。●申込期限は、別途記載がある場合を除き、実施日の7日前までとなります。●店頭払いをご指定の場合、別途記載がある場合を除き、**実施日の7日前までにお支払いください**。お支払いが無い場合、お申込はキャンセル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

●募集パンフレットに別途記載がある場合を除き、原則として下記のとおり申し受けます。

- 変更、キャンセルの方法
ホームページ及び店頭窓口にて承ります。(一部店頭のみ)
- 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 — 参加費から手数料30%を差し引いた額を返金いたします。
実施当日以降 — キャンセルはお受けできません。

※連続講座の一括申込などの場合、1回目の講座当日以降のキャンセルはお受けできません。 ※旅行商品については、各主催旅行会社の規約に準じます。お申込時にお渡しする旅行条件書をご確認ください。
※一定の人数に満たない場合、講座・イベントを延期または中止する場合がございます。

参加当日について

- 受付時にお渡しする参加票をご提示ください。(インターネット受付の場合は、申込完了画面が会員マイページから印刷もしくは画面をご提示ください)
- 講座・アクティビティ・旅行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。

●表示金額は消費税込みの金額です。●参加費には、教材費・保険料などが含まれる場合がございます。●天災・悪天候などのやむを得ない事情により、代理講師による講義、休講となる場合がございます。●万一、イベント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。参加費に保険料が含まれる場合は、各企画説明ページ・画面に記載いたします。

旅行商品のお申込方法 | 京急観光のマークが目印です |

●旅行商品は、京急観光株式会社の企画・実施となります。お申込は旅行会社とのご契約となります。●旅行業法の規定により、本パンフレットのみでのお申込は受け付けできません。お申込の際にお渡しする旅行条件書を事前に必ずご確認ください。●旅行商品に関するお申込後のキャンセル・変更などにつきましては、主催旅行会社の規約に準じます。くわしくはお申込時の旅行条件書をご確認ください。●旅行会社にお申込後、お申込代表者様をCOTONOWA会員に登録させていただきます。
※P16 講座番号04-56～04-59のトッキングツアーは、お申込方法が異なりますのでご注意ください。

インターネット受付 | 受付時間: 24時間 | 7月27日(木) 午前10時より受付開始

http://cotonowa.jp/ 京急 COTONOWA



- 旅行企画ページ内のお申込リンクより、主催旅行会社の募集ページに遷移いたします。旅行会社のWEBサイトにてお申込ください。(京急観光株式会社)
- お支払いは、主催旅行会社の支払い方法に準拠いたします。

電話・店頭受付 | 7月27日(木) 午前10時より受付開始



旅行企画・実施
京急観光株式会社

●下記上大岡旅行センター店頭もしくはお電話にてお問合せください。
●旅行代金のお支払いは、現金払いとなります。(インターネット受付はクレジット払いとなります)

取り扱い

京急観光上大岡旅行センター(京急線上大岡駅構内1F)

TEL: **045-848-7131**

午前10時～午後8時
年末年始: 休業

観光庁長官登録旅行業第297号 京急観光株式会社 外販営業部COTONOWA担当
〒233-0002 神奈川県横浜市港南区上大岡西1-6-1