

# 昭和女子大学 オープンカレッジ

冬期受講申込受付中

2010年1月—3月 ● 資料請求・お申込み  
03-3411-5100

「学び」はこんな近くにあります。

ご希望の方に2010年  
冬期パンフレットを  
無料で送付いたします。



冬期特別企画

ワンランク上質の五感磨き

## トールダルジャンで体感する 知的なワイン・レッスン

お洒落なレストランで、ワインと料理のマリアージュを楽しみながら、優雅でかつ繊細なワインサービスを体感していただきます。ちょっと遅めの新年会気分、ちょっとだけおめかしして参加してみませんか。日本が誇るトップソムリエ、トールダルジャンの谷宣英ソムリエと、オープンカレッジで大人気のワイン講座担当、青木富美子講師がナビゲートする、スペシャル・コラボレーションによる素敵な一期一会のディナーです。ワインの基礎知識、ワインと料理の合わせ方などもやさしくお伝えします。



講師 ■ 青木 富美子

NHK、洋酒メーカーを経て、現在フリーランス・ワインジャーナリスト。2009年シュヴァリエ・ドゥ・シャンパーニュ受賞。ワイン本の監修や執筆、企業向けのワイン講師やワイン講座講師として活躍中。著書に「おいしい映画でワイン・レッスン」、「映画でワイン・レッスン」など。

■開講日 1月23日(土)  
19:00~21:00

■会場 ホテルニューオータニ内  
「トールダルジャン」

■受講料 会員・一般共 3,500円  
食事代 20,000円  
(料理・ワイン・税・サービス料を含む)

■定員 30名



講師 ■ 谷 宣英

ホテルニューオータニ内のレストラン「トールダルジャン」シェフ・ソムリエ。第8回「ボメリーソムリエスカラシップ」優勝、第5回「全日本最優秀ソムリエコンクール」準優勝、第1回アジア・オセアニアソムリエコンクール日本代表。2005年にはシュヴァリエ・ドゥ・シャンパーニュを受賞。

冬期特別企画

生きがいのある人生を見つけるために

## 密教瞑想体験『阿字観』と『阿字の心』のお話

真言密教の修行のひとつに「阿字観（あじかん）」という座禅による瞑想法があります。この講座は本格的な「阿字観」ではありませんが、一般の方でも修することのできる密教の瞑想を体験していただきます。心を無にして、何も考えず、穏やかな癒しの空間に身を置いて、エネルギーを充電してください。併せて、新年を迎えられ、新たな気持ちで、この一年を楽しく生きがいを持って過ごしていただくための知恵もお伝えします。



<講座内容>

- ・「阿字観」の心構え、座り方、呼吸法の指導
- ・「阿字観」実修
- ・聞きたいことにお応えします
- ・「生きがいのある人生を見つける方法」のお話



講師 ■ 高野山真言宗僧侶 大栗 妙喜

1947年東京生まれ。東京代々木八幡大日寺住職・大栗道楽氏の妻。夫である大栗道楽氏と共に、僧侶の指導育成にあたるほか、「こころの修行塾」を主催し、仏教を生活に生かす道を一般に説いている。共著「図説 密教占い—あなたの運勢と守り本尊」

■開講日 1月30日(土) 10:30~12:00

■受講料 会員 2,500円/一般 3,000円

■定員 30名(申込多数の場合は増設の可能性もあります。)

教育と子育ての講座

### 学校ってどんなところ?

—一年生になる前に—

いよいよ、入学が近づいてきました。お父さんお母さんはもちろん、お子さんも、「一年生」になることに期待と不安をいただいています。入学前のこの時期に、どんな態度で接し、どんな言葉をかけてあげるのがよいか、一緒に考えてみましょう。



講師 ● 昭和女子大学教授 横山 文樹

■開講日 2月5日(金) 10:00~11:30

■受講料 会員 2,000円 一般 2,500円

■定員 40名

### 中学受験サポート講座

—有意義な一年にするために—

中学受験はお母さんの接し方次第。受験をサポートする注意点とポイントを知っているか否かで子どもの成績は大きく変わります。今年度の受験が一段落したこの時期、新学期へむけての第一歩をお話したいと思います。これから受験を考えている方は、是非ご参加ください。

講師 ● 塾講師・プロコーチ 花岡 司

■開講日 2月13日(土) 13:30~15:30

■受講料 会員 3,000円 一般 3,500円

■定員 20名

女性限定

### 一日速習 小児救急法講座

0歳児から8歳児までの子どもを対象に「命にかかわる緊急時の対処法」「日常起こりうるケガや病気の対処法」「AED(自動体外式除細動器)を使用した対処法」などを正しく身に付けることができます。専門家に引き継ぐまでに私たちにできる事を「気づき」とともに学んでいきましょう。  
※修了した方にはMFA「チャイルドケアプラスコース」修了認定カードが発行されます。

講師 ● MFAインストラクター 熊澤 一美

■開講日 1月17日(日) 9:00~18:00

■受講料 会員・一般共 21,000円

■教材費 8,400円

■定員 12名

お申し込み・お問い合わせ・資料請求は

TEL:03-3411-5100 FAX:03-3411-5130

<http://openc1.swu.ac.jp/>

月~金曜 10:00~19:30(電話) 土曜 10:00~17:00(電話)  
10:00~19:00(窓口) 10:00~16:00(窓口)

※FAX、インターネットは24時間いつでも受付

携帯からも  
資料請求OK



昭和女子大学オープンカレッジ 〒154-8571 東京都世田谷区太子堂1-7



交通のご案内 ●地下鉄/京浜東北線東横田駅東横田線22目「三軒茶屋」駅下車、徒歩5分。  
●バス JR渋谷駅西口バスターミナルより三軒茶屋方向、「昭和女子大」下車。