

着付け講座

着付けの初歩：きものの着方と帯結び

矢島みどり 全日本きものコンサルタント1級

(第二土曜日、午後1時～2時40分、定員10名、年間講座)

覚えたい基本のお太鼓結びを前結びで学習します。

和服に興味があるけど、どのようにして着るの？帯結びが難しいそう。。

基礎知識やポイントも分かりやすく説明します。あなたが輝きますように！！

講座開催日	講座内容
4月 12日	きもの編：基礎知識・肌着を着る・補整をする
5月 10日	同上・襦袢を着る
6月 14日	同上・きものを着る ①
7月 12日	同上 ②
8月 9日	同上
9月 13日	帯編：基礎知識・名古屋帯とは何か ③
10月 11日	お太鼓結び
11月 8日	同上 ①
12月 13日	同上 ②
1月 10日	同上 ③
2月 14日	同上 ④
3月 14日	同上・まとめ ⑤

持ち物： * お忘れ物がないようご確認をお願い致します

4月～8月：きもの一式9点 足袋・肌着・襦袢・きもの・タオル2枚・腰紐3本・
伊達締め2本・コーリンベルト・差し込み式衿芯

9月～翌3月：帯一式7点 名古屋帯・帯板・帯揚げ・帯締め・腰紐2本・
帯枕(ガーゼ付き)・きもの用クリップ2個

会場 なかのZERO西館学習室4 参加費：1,000円／回／講座

* 郵便 往復はがきに講座名、氏名(フリガナ)、電話番号を記入して

申し込み 〒164-0001 中野区中野2-9-7 なかのZERO事業課へ

* ないせすアカデミアホームページ <https://www.nicesacademia.jp/school/>

* 今回のお申込みは2026年3月末まで有効です

* 他の講座の情報については、なかのZERO本館内にある公開講座コーナー
をご覧ください。

注意事項

問合せ先 * 03-5340-5011(なかのZERO事業課)

共催 なかの文化フォーラム

なかのZERO指定管理者