



誰でも気軽に楽しく学べる、
婦人之友社のオンライン講座

見逃し動画
の視聴あり。
途中参加も
できます！

*最終回終了後、
1ヵ月間視聴可

2025・秋冬講座のご案内

「心地よく生きる、知恵と技術」を、
いつからでも・どこからでも気軽に学ぶ場です。
生活を自分の手で作ることや、学んで広がる世界をお楽しみください。
婦人之友社の雑誌や書籍の筆者との交流にも。
ご参加をお待ちしています。

▶好評開催・申し込み受付中！

「おいしい循環・暮らしが変わるコンポスト」講座 (4回)

講師：たいら由以子 (ローカルフードサイクリング代表)

日時：7/24 (木) (終了・見逃し配信)

8/28 (木) 19時30分～21時 (オンライン)「コンポスト Q&A」

9/28 (日) 14時～15時30分 (リアル&オンライン)

循環ランチ試食会&公開座談会「循環野菜でおいしい食卓」

たいら由以子 × ヤミー (料理家) × 循環野菜の農家

10/28 (火) 19時30分～21時 (オンライン)

対談「地域で生み出す小さな循環」

たいら由以子 × 井出留美 (食品ロスジャーナリスト)

会場：東京第一友の家 (9/28 試食会&座談会)

参加費：4回+書籍=13,000円 (定期読者 11,000円) / 1回参加=3,500円ほか



たいら由以子さん



ヤミーさん



▶お問い合わせ：event@fujinnotomo.co.jp

お申し込み・詳細は各講座右の二次元コード、または 03-3971-0101 (代表) まで。

*内容 / 日程などは変更する場合がございます。詳細は各申し込みページをご確認ください。

▶10月スタート！申し込み受付中！

「心地よさを創る・モノと暮らし」講座 vol.2 (4回)

日々の心地よさを創り出す、モノとのつき合い方や営みについて
語っていただきます。

講師：平松洋子 (作家) / 後藤由紀子 (雑貨店 hal 店主) /

堤人美 (料理家) / 平野馨生里 (石徹白洋品店店主)

日時：10/22、11/19、12/18、1/21 / 19:30～21:00 (オンライン)

参加費：4回通し=12,000円 (定期読者 10,000円) / 1回参加=3,500円



平松洋子さん



「人生後半がもっと輝く“私らしい生き方”講座 (4回)

人生の後半を安心して自分らしく、自立して生きるための、
知恵と技術を1つの講座に。

講師：小谷みどり (シニア生活文化研究所) /

畠中雅子 (ファイナンシャルプランナー) /

森下直子 (健康運動指導士) / 井田典子 (整理収納アドバイザー)

日時：10/8、11/5、12/3、1/8 / 19:30～21:00 (オンライン)

参加費：4回通し=12,000円 (定期読者 10,000円) / 1回参加=3,500円



井田典子さん



「発酵食のある、体と心にいい生活」講座 (4回)

二十四節気の基本を学びながら、発酵食品を気軽に生活に
取り入れる工夫を分かりやすく。

講師：藤井 恵 (料理研究家) / 山田奈美 (発酵料理家) 各2回

日時：11/13、12/11、1/29、2/12 / 19:30～21:00 (オンライン)

参加費：4回通し=12,000円 (定期読者 10,000円) / 1回参加=3,500円



藤井 恵さん



いいしんじさんの日常～物語が生まれるところ～ (2回)

月刊『婦人之友』連載「21世紀のこどもどくほん」で、いつの時代も
変わらない子と親のことや、ジェネレーションギャップなどを、
じんわり書いてくださっているいいしんさん。

物語の舞台裏を伺います。第2回は京都の子どもの本専門店・
メリーゴーランド店長の鈴木潤さんとの対談です。

講師：いいしんじ (作家)

日時：2026年1～2月に2回を予定 / 19:30～21:00 (オンライン)

※第2回は鈴木潤さんとの対談

参加費：2回通し=3,000円 (定期読者 2,500円) / 1回参加=1,500円

