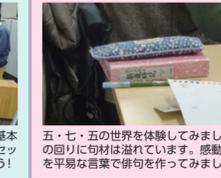
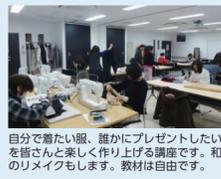
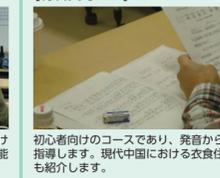
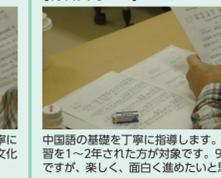
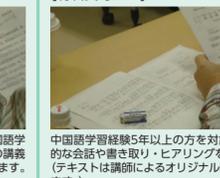
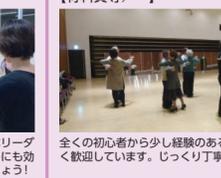
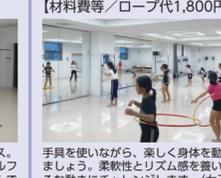


851 ドラム① 音楽 4/10- 古田 雄士 土曜日 / 13:15~14:45 (6回) 定員4名 受講料18,000円 【材料費等/ー】  一人ひとりのペースでレッスンします。大きな音で楽しく、気持ちよく演奏しましょう！初めての方も大丈夫です。	852 ドラム④ 音楽 4/10- 古田 雄士 土曜日 / 15:00~16:30 (6回) 定員4名 受講料18,000円 【材料費等/ー】  一人ひとりのペースでレッスンします。大きな音で楽しく、気持ちよく演奏しましょう！初めての方も大丈夫です。	853 ドラム⑤ 音楽 4/10- 古田 雄士 土曜日 / 16:45~18:15 (6回) 定員4名 受講料18,000円 【材料費等/ー】  一人ひとりのペースでレッスンします。大きな音で楽しく、気持ちよく演奏しましょう！初めての方も大丈夫です。	854 ドラム⑥ 音楽 4/10- 古田 雄士 土曜日 / 18:30~20:00 (6回) 定員4名 受講料18,000円 【材料費等/ー】  一人ひとりのペースでレッスンします。大きな音で楽しく、気持ちよく演奏しましょう！初めての方も大丈夫です。	856 カホン 音楽 4/10- 古田 雄士 土曜日 / 10:45~12:15 (6回) 定員13名 受講料13,500円 【材料費等/ー】  木箱のような打楽器「カホン」叩き方の基本からカホン同士のアンサンブル、ドラムセットの代用の為の楽法を楽しく学びましょう！	857 俳句 (入門) 文学歴史 4/6- 兵庫県俳句協会会長・「貝の会」副主席 楠田 哲朗 火曜日 / 13:15~15:00 (5回) 定員17名 受講料6,000円 【材料費等/テキスト用紙コピー代100円程度】  五・七・五の世界を体験してみましょう。身の回りに句材は溢れています。感動した一瞬を平易な言葉で俳句を作ってみましょう。	858 川柳と遊ぼう! 文学歴史 4/9- 朝の川柳社主幹 (一社) 全日本川柳協会監事 矢沢 和女 金曜日 / 14:30~16:30 (5回) 定員17名 受講料7,500円 【材料費等/実費】  喜怒哀楽を五・七・五にしてみませんか。	859 茶道 (裏千家) 茶華道 4/10- 裏千家助教 寺西 宗裕 第1・3土曜日 / 14:00~16:00 (6回) 定員17名 受講料12,780円 【材料費等/ー】  懐の深きをいやすだけでなく、マナーや礼儀、茶道を通して日本の伝統文化を学んでみましょう。椅子に腰かけていかがですか。
860 暮らしの生花 (嵯峨御流) 茶華道 4/7- 兵庫県いけばな協会会員 藤原 廣甫 第1・3水曜日 / 9:30~10:50 (6回) 定員8名 受講料8,700円 【材料費等/花代6回分(1回1,200円程度)】  貴方の身近にあるお花に触れ、語り合い、日々暮らしにゆたやかなる時間をもちませんか。	861 楽しい洋裁① 洋和裁 4/13- 西垣 琴美 杉本 隆子 火曜日 / 10:00~12:00 (7回) 定員15名 受講料12,740円 【材料費等/実費】  自分で着たい服、誰かにプレゼントしたい服を皆さんと楽しく作り上げる講座です。和服のリメイクもします。教材は自由です。	862 楽しい洋裁② 洋和裁 4/13- 西垣 琴美 杉本 隆子 火曜日 / 13:00~15:00 (7回) 定員15名 受講料12,740円 【材料費等/実費】  自分で着たい服、誰かにプレゼントしたい服を皆さんと楽しく作り上げる講座です。和服のリメイクもします。教材は自由です。	863 手編み教室 洋和裁 4/5- 日本手芸協会 手編み准師範 小室 千晃 月曜日 / 13:00~15:00 (7回) 定員9名 受講料9,800円 【材料費等/実費】  1本の糸から、さまざまな物が作れる編物。自分のために、誰かへのプレゼントに、一度挑戦してみませんか。作品づくりの中から基礎を学びます。	864 英会話 (入門) (※半年コース) 語学 4/7- アメリカ人講師 コリンズ・ブルース 水曜日 / 10:00~11:30 (9回) 定員20名 受講料10,800円 【材料費等/テキスト代3,200円程度】  日常の様々な場面で使う基礎的な英語を学びます。ネイティブスピーカーと話しながら、「英語と聞く・読む・話す」力を身につけてみましょう！	865 英会話 (入門) (※半年コース) 語学 4/7- アメリカ人講師 コリンズ・ブルース 水曜日 / 14:35~16:05 (9回) 定員20名 受講料10,800円 【材料費等/テキスト代3,200円程度】  日常の様々な場面で使う基礎的な英語を学びます。ネイティブスピーカーと話しながら、「英語と聞く・読む・話す」力を身につけてみましょう！	866 英会話 (初級) (※半年コース) 語学 4/7- アメリカ人講師 コリンズ・ブルース 水曜日 / 13:00~14:30 (9回) 定員20名 受講料10,800円 【材料費等/テキスト代3,200円程度】  入門より、もう少し幅広く、「聞く・読む・話す」を学びます。ネイティブスピーカーと英語で話しながら、もっと会話力をつけましょう！	867 英会話 (中級) (※半年コース) 語学 4/7- アメリカ人講師 コリンズ・ブルース 水曜日 / 16:10~17:00 (9回) 定員20名 受講料5,400円 【材料費等/テキスト代3,200円程度】  さらに幅広く「読む・聞く・話す」を学びます。様々な場面で使われる英語の表現を練習し、自然な会話力をつけましょう。
868 たのい子ども英会話(入門) (幼稚園生~※半年コース) 語学 4/10- バイリンガル講師 シェリー 前田 土曜日 / 9:00~14:40 (9回) 定員30名 受講料9,050円 【材料費等/テキスト代(900~4,000円程度)】  学年やレベルに応じてクラス分けを行います。1クラス8名まで、40分レッスン。ぜひ見学の上、レベルを確認下さい。	869 たのい子ども英会話(初級) (小3~小6 ※半年コース) 語学 4/10- バイリンガル講師 シェリー 前田 土曜日 / 13:30~17:05 (9回) 定員30名 受講料9,050円 【材料費等/テキスト代(900~4,000円程度)】  学年やレベルに応じてクラス分けを行います。1クラス8名まで、40分レッスン。ぜひ見学の上、レベルを確認下さい。	870 大人の学び直し中学英語 基礎クラス(中1) 語学 4/10- 企業研修講師 フラハティ 佐智子 土曜日 / 13:50~15:20 (8回) 定員9名 受講料11,200円 【材料費等/テキスト代】  英語で気持ちを伝えたり、説明するのは中学レベルの英語をマスターすれば可能です。中1レベルから学び直し使いこなせるように練習します。	871 大人の学び直し中学英語 (中級クラス) 語学 4/10- 企業研修講師 フラハティ 佐智子 土曜日 / 15:30~17:00 (8回) 定員9名 受講料11,200円 【材料費等/テキスト代】  中学英語の基礎はある程度理解できているけど、もっと読む・聞く・話す・書くの4技能を上げていきたい方向けのクラスです。	872 中国語 (入門) (※半年コース) 語学 4/7- 中国人講師 于 亜 水曜日 / 17:10~18:00 (9回) 定員9名 受講料5,400円 【材料費等/ー】  初心者向けのコースであり、発音から丁寧に指導します。現代中国における衣食住の文化も紹介します。	873 中国語 (初級) (※半年コース) 語学 4/7- 中国人講師 于 亜 水曜日 / 13:50~15:20 (9回) 定員9名 受講料10,800円 【材料費等/ー】  中国語の基礎を丁寧に指導します。中国語学習を1~2年された方が対象です。9回の講義ですが、楽しく、面白く進めたいと思います。	874 中国語 (中級) (※半年コース) 語学 4/7- 中国人講師 于 亜 水曜日 / 15:30~17:00 (9回) 定員9名 受講料10,800円 【材料費等/ー】  中国語学習経験5年以上の方を対象に、実践的な会話や書き取り・ヒアリングを行います。(テキストは講師によるオリジナル教材を使用します)	875 韓国語 (入門) (※半年コース) 語学 4/9- 韓国講師 李 英熙 第2・4金曜日 / 10:40~12:10 (4回) 定員20名 受講料4,800円 【材料費等/ー】  ハングル文字が読めない方から参加できます。文字の勉強から挨拶、自己紹介などを習います。
876 韓国語 (初級) (※半年コース) 語学 4/2- 韓国講師 李 英熙 第1・3金曜日 / 10:40~12:10 (4回) 定員20名 受講料4,800円 【材料費等/ー】  ハングル文字が読める方であれば参加できます。いろいろな状況で使える、簡単な会話を習うことができます。	877 韓国語 (初級) ② (※半年コース) 語学 4/2- 韓国講師 李 英熙 金曜日 / 9:00~10:30 (8回) 定員20名 受講料9,600円 【材料費等/ー】  1年くらい学習されている方向けの授業です。日常生活で使われる実用会話を習うことができます。	878 韓国語 (中級) (※半年コース) 語学 4/10- 韓国講師 李 英熙 土曜日 / 10:00~11:30 (8回) 定員9名 受講料9,600円 【材料費等/ー】  2~3年くらい学習されている方向けの授業です。旅行先などで会話ができるように学習します。	879 フランス語(ステップアップ) (※半年コース) おすすめ NEW 語学 4/6- フランス講師 ジャンフィリップ・ポルドリ 火曜日 / 14:00~15:30 (9回) 定員9名 受講料10,800円 【材料費等/テキスト代】  基本的な文法を習得し、簡単な日常会話ができるようになります。ビデオを使って会話と文法を楽しく勉強します。	880 ハワイアン フラ (入門) 舞踊 4/5- Kimiyo フラ ハーラウ主宰 藤原 貴美代 月曜日 / 9:10~10:40 (7回) 定員25名 受講料11,050円 【材料費等/ー】  「明るく楽しくいきいき」をモットーにハワイ語の魅力を学びたい方です。心も身体もウキウキ。アロハの心で健康になります！	881 ハワイアン フラ (初級) 舞踊 4/5- Kimiyo フラ ハーラウ主宰 藤原 貴美代 月曜日 / 10:50~12:20 (7回) 定員25名 受講料11,050円 【材料費等/ー】  「明るく楽しくいきいき」をモットーにハワイ語の魅力を学びたい方です。心も身体もウキウキ。アロハの心で健康になります！	882 はじめようベリーダンス おすすめ NEW 舞踊 4/10- ダンス倶楽部 ダンスボニーナ 池田 舞 土曜日 / 18:30~19:45 (6回) 定員12名 受講料10,800円 【材料費等/ー】  女性の美しさを引き出す東洋の踊りベリーダンス。しなやかな体、産後の引き締めにも効果があります。一緒に楽しく踊りましょう！	883 みんなで楽しく社交ダンス (初級) 舞踊 4/7- (一社) 西部ダンスグループダンス連盟 プロデュース 池田 舞 矢野 ありさ 水曜日 / 13:30~14:40 (8回) 定員10名 受講料12,000円 【材料費等/ー】  全くの初心者から少し経験のある方まで幅広く歓迎しています。じっくり丁寧に教えます。
884 社交ダンス (中級) 舞踊 4/7- 兵庫県社交ダンス教師協会理事長 ダンス・スタジオ・プラットフォーム 指導 矢野 尚嗣 水曜日 / 14:50~16:00 (8回) 定員10名 受講料12,000円 【材料費等/ー】  初級講座より、もう少しスキルアップをお考えの方、他の方と楽しく踊ることを学んでみましょう。さまざまなご参加をお待ちしております。	885 クラシックバレエ キッズクラス(4歳~小1) 舞踊 4/10- 柴田バレエスタジオ 渡辺 佐知恵 土曜日 / 13:20~14:20 (10回) 定員20名 受講料15,000円 【材料費等/実費】  バレエレッスンは、正しい姿勢とリズム感を身につけ、集中力を養うのに最適です。クラシック音楽に合わせて楽しくレッスンします。	886 クラシックバレエ ジュニアクラス①(小2~小4) 舞踊 4/10- 柴田バレエスタジオ 渡辺 佐知恵 土曜日 / 14:25~15:40 (10回) 定員20名 受講料15,000円 【材料費等/実費】  クラシックバレエの基本を学びます。音楽に合わせて楽しく踊りながら、美しい姿勢、柔軟性、リズム感を養います。	887 クラシックバレエ ジュニアクラス②(小4~中学生) 舞踊 4/10- 柴田バレエスタジオ 渡辺 佐知恵 土曜日 / 15:45~17:00 (10回) 定員20名 受講料15,000円 【材料費等/実費】  バレエの基礎を習得しながら、踊る楽しみ、音楽性、柔軟性を磨いていきます。色々なステップにもチャレンジしていきます！	888 ジャズヒップホップ (中学生~一般) 舞踊 4/10- フキジャズダンスカンパニー Meg 土曜日 / 11:50~13:05 (8回) 定員20名 受講料12,000円 【材料費等/ー】  正しい柔軟、筋肉トレーニングのやり方から、曲に合わせてフリをつけて踊ったり、初めてのダンスも楽しく踊れます！	889 キッズ・ヒップホップ キッズクラス(4歳~小2) 舞踊 4/10- フキジャズダンスカンパニー MINA 土曜日 / 9:10~10:25 (8回) 定員20名 受講料12,000円 【材料費等/ー】  色々な音楽を使いながら、ダンスも音楽も楽しめるクラスです。ダンスを通じて子ども達の個性を引き出せたいと思います。(女性限定)	890 キッズ・ヒップホップ ジュニアクラス(小3~小6) 舞踊 4/10- フキジャズダンスカンパニー Meg 土曜日 / 10:30~11:45 (8回) 定員20名 受講料12,000円 【材料費等/ー】  基本的な動きや曲に合わせて振りをつけて踊ってみたい方へ、楽しくみんなで作るかまじょう！初めてのお友達も大丈夫です。	891 楽しい写真教室 (わくわくクラス) その他 4/7- フリーカメラマン 今井 博子 第1・3水曜日 / 13:00~14:45 (5回) 定員9名 受講料7,500円 【材料費等/実費】  「光を知ろう」をテーマに「見る力・活かし方」など、光を味方に付け素敵な写真を撮りましょう！初めてのお友達も大丈夫です。
892 楽しい写真教室 (表現クラス) その他 4/7- フリーカメラマン 今井 博子 第1・3水曜日 / 15:00~16:45 (5回) 定員9名 受講料7,500円 【材料費等/実費】  「写った」から「写真を撮った・表現した」をテーマに「意志のある写真」を目標とし、考え方や技術面より写真に向かいます。	893 はじめよう日商簿記 (3級~) (※半年コース) その他 4/5- 税理士・経理カウンセラー 上級 岩下 達美 木曜日 / 18:30~20:30 (9回) 定員9名 受講料12,600円 【材料費等/テキスト代】  簿記の知識は、ビジネスに限らず多くの分野で活かれます。検定を目指して、一緒に取り組みましょう。	894 着付け その他 4/9- しらさぎ和装会員 山田 文子 金曜日 / 10:00~12:00 (8回) 定員16名 受講料10,680円 【材料費等/実費】  コロナウイルスで大変な毎日ですが、気持ちを変えて眠っている着物を手を通してみてはいかがでしょうか。道具を使わず着る事が出来ますよ。	895 熟年者のための健康体操 スポーツ・健康 4/6- 神戸市スポーツ推進委員 家治 由美子 火曜日 / 10:45~12:00 (9回) 定員30名 受講料8,280円 【材料費等/ー】  楽しく体を動かすことを第一に各自の体力、体調に合わせて運動します。基本椅子に座って行いますので、足腰に自信のない方も大丈夫です。	896 さわやかピラティス (※半年コース) スポーツ・健康 4/5- Pilates A-light 主宰 久米 彩未 月曜日 / 19:00~20:15 (6回) 定員10名 受講料9,600円 【材料費等/小ボール26cm、1,000円程度】  日常生活に必要な筋力を効率よく鍛え、伸ばし整えます。美しくバランスの良い身体を目指しましょう。基本~初級編です。(女性限定)	897 ピラティス・ヨガ (※半年コース) スポーツ・健康 4/4- Pilates A-light 主宰 久米 彩未 日曜日 / 9:15~10:25 (6回) 定員10名 受講料9,600円 【材料費等/小ボール26cm、1,000円程度】  ピラティスとヨガの組み合わせで、筋力を美しく整えましょう。シンプルな構成は、次へ繋がる要素が沢山詰まっています。(女性限定)	898 ヨガ美体体操① スポーツ・健康 4/2- ヘルシークワハラ 佃 水穂子 金曜日 / 9:45~11:00 (8回) 定員15名 受講料9,600円 【材料費等/ー】  腰痛肩こり冷え性の予防や運動不足の解消に、ヨガの体位法を取り入れ、座ってまたは寝て行う体操が多く誰でも無理なくできます。	899 ヨガ美体体操② スポーツ・健康 4/2- ヘルシークワハラ 佃 水穂子 金曜日 / 11:10~12:25 (8回) 定員15名 受講料9,600円 【材料費等/ー】  腰痛肩こり冷え性の予防や運動不足の解消に、ヨガの体位法を取り入れ、座ってまたは寝て行う体操が多く誰でも無理なくできます。
900 タイ式自己整体ヨガルーシーダットン スポーツ・健康 4/7- CCAルーシーダットンインストラクター 人見 祐三子 水曜日 / 10:00~11:30 (8回) 定員12名 受講料11,200円 【材料費等/実費】  独自の呼吸法によりセルフマッサージや自己整体の要素が高いのが特徴。強張った体が緩み代わり自律神経を整えます。現代人にぴったりの運動療法です。男性も可。	901 やさしいヨガ健康法① スポーツ・健康 4/8- インド政府(旧)日本ヨガ療法学会認定ヨガ療法士 丸山由紀子(講師)ヘルシーライフ研究所 なかの かつこ 木曜日 / 9:00~10:40 (9回) 定員15名 受講料10,350円 【材料費等/ー】  伝統的ヨガを元に現代医学・脳科学で証明された健康法。筋ストレッチ・体位・呼吸法・脳トレ・筋トレ効果。マインドフルネス(意識集中)で行い脳も調子よくリラックス法・呼吸法・瞑想・肩・腰・骨・不眠・頭痛・不安・冷え・姿勢改善。年齢・男女等不限。	902 やさしいヨガ健康法② スポーツ・健康 4/8- インド政府(旧)日本ヨガ療法学会認定ヨガ療法士 丸山由紀子(講師)ヘルシーライフ研究所 なかの かつこ 木曜日 / 10:50~12:30 (9回) 定員15名 受講料10,350円 【材料費等/ー】  伝統的ヨガを元に現代医学・脳科学で証明された健康法。筋ストレッチ・体位・呼吸法・脳トレ・筋トレ効果。マインドフルネス(意識集中)で行い脳も調子よくリラックス法・呼吸法・瞑想・肩・腰・骨・不眠・頭痛・不安・冷え・姿勢改善。年齢・男女等不限。	903 やさしいヨガ健康法③ スポーツ・健康 4/8- インド政府(旧)日本ヨガ療法学会認定ヨガ療法士 丸山由紀子(講師)ヘルシーライフ研究所 なかの かつこ 木曜日 / 12:50~14:30 (9回) 定員15名 受講料10,350円 【材料費等/ー】  伝統的ヨガを元に現代医学・脳科学で証明された健康法。筋ストレッチ・体位・呼吸法・脳トレ・筋トレ効果。マインドフルネス(意識集中)で行い脳も調子よくリラックス法・呼吸法・瞑想・肩・腰・骨・不眠・頭痛・不安・冷え・姿勢改善。年齢・男女等不限。	904 ヨガ健康体操 スポーツ・健康 4/10- ヘルシークワハラ 鈴木 裕子 土曜日 / 15:20~16:35 (6回) 定員8名 受講料10,800円 【材料費等/実費】  ヨガの体位法と呼吸法で、体力の強化を図り、身体の自然な回復力を高め、働きを活性化します。	905 中国気功健康法と自律訓練法 スポーツ・健康 4/1- 関西医科大学 心療内科研究員 有城 幸男 木曜日 / 13:45~15:00 (9回) 定員15名 受講料12,150円 【材料費等/ー】  ストレスを解消し自律神経を安定させ自己治療力・免疫力を高めます。不眠・動悸・頭痛等の改善やコロナ感染対策にも役立ちます。	906 太極拳(入門・初級) スポーツ・健康 4/7- NPO法人神戸太極拳協会認定指導員 西谷 幸代 第1・3水曜日 / 9:20~10:35 (4回) 定員20名 受講料4,800円 【材料費等/ー】  初めての方を対象に、入門太極拳と初級太極拳を学びます。ゆったりとした動きの中で呼吸と動作を一致させ、心身の充実をはかります。	907 太極拳 (24式) スポーツ・健康 4/7- NPO法人神戸太極拳協会認定指導員 西谷 幸代 水曜日 / 10:45~12:00 (8回) 定員20名 受講料9,200円 【材料費等/ー】  経験者を対象に、簡化24式の基本を学びます。より優雅な動きと運動の中で、心身と気力の充実をはかります。
908 太極剣 (32式剣) スポーツ・健康 4/1- NPO法人神戸太極拳協会認定指導員 西谷 幸代 第2・4水曜日 / 9:20~10:35 (4回) 定員20名 受講料5,200円 【材料費等/ー】  簡化24式太極拳を一通り覚えた方を対象に、32式剣を学びます。剣に慣れ、その用法を理解しながら動きます。	909 卓球 スポーツ・健康 4/1- 日本体育協会公認コーチ (卓球) 新田 耕造 木曜日 / 9:00~10:30 (9回) 定員16名 受講料11,340円 【材料費等/ー】  基本から応用まで、少しでも上手になりたいあなたに、卓球で楽しく健康づくり、仲間づくり。	910 卓球② スポーツ・健康 4/1- 日本体育協会公認コーチ (卓球) 新田 耕造 木曜日 / 10:40~12:10 (9回) 定員16名 受講料11,340円 【材料費等/ー】  基本から応用まで、少しでも上手になりたいあなたに、卓球で楽しく健康づくり、仲間づくり。	911 スポーツウエルネス吹矢 スポーツ・健康 4/4- 日本スポーツウエルネス協会 公認指導員 山崎 学・岡 由紀雄 第2・4水曜日 / 10:00~12:00 (5回) 定員20名 受講料7,000円 【材料費等/バレーボール、マウスピース400円程度】  体力や肺活量に自信がなくても、手軽に楽しめるスポーツです。吹矢呼吸法を習得すると血行促進などの効果が期待できます。	912 女性のための楽しいストレッチング(40歳~) スポーツ・健康 4/2- フキジャズダンスカンパニー 川瀬 美穂 金曜日 / 14:00~15:30 (10回) 定員15名 受講料15,000円 【材料費等/ー】  体を強める・整える・鍛える・デトックス。楽しいおしゃべりと共に日々の疲れをセルフケア。体がたがいない方も楽しめるプログラムです。(女性限定)	913 子どもの女子新体操 (キッズ) (4歳~小学1年生) スポーツ・健康 4/2- フキジャズダンスカンパニー 川瀬 美穂 金曜日 / 16:00~17:00 (10回) 定員15名 受講料15,000円 【材料費等/ロープ代1,800円】  手具を使いながら、楽しく身体を動かしてみよう。柔軟性とリズム感を養い、いろいろな動きにチャレンジします。(女子限定)	914 子どもの女子新体操 (ジュニア) (小学2年生~6年生) スポーツ・健康 4/2- フキジャズダンスカンパニー 川瀬 美穂 金曜日 / 17:00~18:00 (10回) 定員15名 受講料15,000円 【材料費等/リボンセット代5,200円】  手具を使いながら、楽しく身体を動かしてみよう。柔軟性とリズム感を養い、いろいろな動きにチャレンジします。(女子限定)	915 子どもの女子新体操 (ジュニア) (小学2年生~6年生) スポーツ・健康 4/2- フキジャズダンスカンパニー 川瀬 美穂 金曜日 / 18:00~19:00 (10回) 定員15名 受講料15,000円 【材料費等/リボンセット代5,200円】  手具を使いながら、楽しく身体を動かしてみよう。柔軟性とリズム感を養い、いろいろな動きにチャレンジします。(女子限定)

※印の講座は、それぞれのグループ内で1講座のみを選択してください。NEW は、新しく始まる講座です。