

北区文化センター

1月開講

2023年冬講座

1月～3月

受講生募集!!

11月16日から受付開始!

〒651-1114
神戸市北区鈴蘭台西町1-22-1
お問合せ ☎078-593-1150

講座内容はコチラ!>

公益財団法人 神戸市民文化振興財団 http://www.kobe-bunka.jp/

講座内容はコチラ!>

北区文化センター

★スマホ決済ご利用いただけます♪ ※詳細は裏面をご覧ください▶★
【ご自宅でも簡単にお支払いができます。※各区文化センターではお支払いはできません。】

【ご注意】

秋講座の受講生は冬講座を優先して受講していただけます。
冬講座のお申し込みは**欠員募集**とさせていただきます。
(定員に達している場合は補欠となりますがキャンセルが出次第ご連絡させていただきます。)

おすすめ講座

美術・絵画

404 エンジョイデッサン

講師 田中 みゆき

月曜日/13:00～15:00(8回)
定員12名 受講料11,200円
材料費等/紙・モチーフ代1,500円

明暗、陰影、構図、遠近法、人体など「えがく」の基本を楽しく学び、ご自身の想いを的確に伝える表現力を育ててまいります。

書道

413 ペン習字

講師 前田 敦子

月曜日/15:00～17:00(8回)
定員15名 受講料10,800円
材料費等/テキスト代500円(初回に徴収)

「さりげなく美しい字が書けたら」と思うあなた。初歩から日常の手紙文の応用まで、楽しく学びましょう。

料理・健康

437 土曜料理教室

講師 市川 京子

第3土曜日/10:00～12:30(3回)
定員12名 受講料6,000円
材料費等/材料費3回分2,300円

和・洋・中の献立です。楽しく基礎から学んで、美味しく料理を作りましょう。初めての方も、気軽にどうぞください。

洋和裁

438 楽しい洋裁①

講師 福田 佳子

第1・3金曜日/10:00～12:00(5回)
定員15名 受講料5,600円
材料費等/実費

自分の体型の原型を作り、パターン作成、裁断、仮縫い、本縫いへと進んでいきます。基礎から学びながら洋服を作りましょう。

スポーツ・健康

457 クラシックバレエ(年長～中学生)

講師 柴田バレエスタジオ 築本 美奈

火曜日/17:15～18:30(10回)
定員20名 受講料12,000円
材料費等/—

明日を夢みる子供達の思いを大切に、バレエの楽しさを知ってもらい、バレエの基礎をきめ細かに指導し応援していきます。

ダンス

480 キッズ・ファンク(3歳～小学生)

講師 ファジヤダンスカンパニー 専属講師 Kayo

金曜日/17:15～18:30(10回)
定員20名 受講料12,000円
材料費等/—

3歳～6歳までの楽しいクラスです。ストレッチやリズムトレーニングでしっかり体を作り、カッコよく楽しく踊りまわります!!

※マスク着用のない講座写真は新型コロナウイルス感染症流行前に撮影したものです。

401 水墨画 美術・絵画 1/9 代々木文化学園南園・書道師範 安田 静翠 第2・4月曜日/14:00～16:00(5回) 定員15名 受講料7,000円 材料費等/材料費1,000円 基本の筆使いをもとに、山水や草花を画仙紙・色紙・はがき等に描き、墨彩を楽しみながら我が家を自分好みの個展会場にしてみませんか。	402 パステル画 美術・絵画 1/11 神戸パステル画会 片岡 かほる 水曜日/13:30～16:00(8回) 定員20名 受講料11,000円 材料費等/モデル代2,500円 パステル画は、デッサン、色調のバランス、色の明暗、光と影で個性豊かな絵が描けます。パステルの扱い方を楽しみましょう。	403 はじめての油絵 美術・絵画 1/7 日本美術家連盟会員 服部 淳子 土曜日/10:00～12:00(10回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等/モデル・モチーフ代2,000円 初心者の方を対象に、モチーフのとりえ方(構図)や表現方法等、油絵の基礎から学びます。ベテランの方も歓迎です。	404 エンジョイデッサン 美術・絵画 1/9 田中 みゆき 月曜日/13:00～15:00(8回) 定員12名 受講料11,200円 材料費等/紙・モチーフ代1,500円 明暗、陰影、構図、遠近法、人体など「えがく」の基本を楽しく学び、ご自身の想いを的確に伝える表現力を育ててまいります。	405 気軽に水彩スケッチ 美術・絵画 1/10 田中 みゆき 火曜日/10:00～12:00(8回) 定員12名 受講料11,200円 材料費等/実費 目にうつったもの、心にうつったものを自由に描きとめてみよう!透明水彩絵の具を使います。	406 トールペイント① 美術・絵画 1/18 スタジオロッソ 湯目 みゆき 第1・3水曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料6,200円 材料費等/実費 絵が苦手な方でも下絵をトレースして描いていくので上手に仕上がります。生活に潤いが出るよう、楽しい作品を作りましょう。	407 トールペイント② 美術・絵画 1/11 スタジオロッソ 湯目 みゆき 第2・4水曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料6,200円 材料費等/実費 絵が苦手な方でも下絵をトレースして描いていくので上手に仕上がります。生活に潤いが出るよう、楽しい作品を作りましょう。	408 書道①(初歩) 書道 1/10 兵庫県書家協会 奥谷 恵 火曜日/13:00～14:45(9回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/テキスト代2,700円(誌代含む) 筆の持ち方から、楷書の基本点画を学び、行、草、篆、実用書も練習します。毎回の書道作品を提出し、段級位を取得できます。
409 書道② 書道 1/10 兵庫県書家協会 奥谷 恵 火曜日/15:15～17:00(9回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/テキスト代2,700円(誌代含む) 書道①を受講された方が対象。毎月読書作品を作ります。古典書から、各々の感性で作品を作る楽しさを味わってみませんか。	410 書道③ 書道 1/10 兵庫県書家協会 奥谷 恵 火曜日/10:00～12:00(9回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/テキスト代2,700円(誌代含む) 書道①を受講された方が対象。毎月読書作品を作ります。古典書から、各々の感性で作品を作る楽しさを味わってみませんか。	411 楽しみの書道 書道 1/14 兵庫県書家協会 前田 敦子 土曜日/15:15～17:00(9回) 定員15名 受講料12,150円 材料費等/テキスト代900円(初回に徴収) 自分のペースで好きな言葉や手紙文など、持ち味を生かした書を楽しみ学びましょう。長き仲間と話し合えるのも楽しみの一つです。	412 こども書道(5歳～中学生) 書道 1/14 兵庫県書家協会 前田 敦子 土曜日/13:15～14:45(9回) 定員15名 受講料8,100円 材料費等/教材費2,100円 きれいな字を書くために、正しい姿勢、正しい鉛筆、筆の持ち方、正しい筆順を学びましょう。お道具の手入れも覚えましょう。	413 ペン習字 書道 1/9 兵庫県書家協会 前田 敦子 月曜日/15:00～17:00(8回) 定員15名 受講料10,800円 材料費等/テキスト代500円(初回に徴収) 「さりげなく美しい字が書けたら」と思うあなた。初歩から日常の手紙文の応用まで、楽しく学びましょう。	414 ペン字・小筆 書道 1/5 兵庫県書家協会 中西 雅彦 木曜日/10:00～12:00(10回) 定員15名 受講料12,500円 材料費等/テキスト代500円(初回に徴収) 暮らしの中で書くことで困っていませんか。ペン字の基本を学び、筆ペン・小筆も使いこなせ、のし袋、芳名録にも対応できる力を!	415 日曜陶芸(初級) 工(手芸) 1/8 作陶家 神呪 光男 日曜日/9:30～12:30(6回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/材料費4,000円程度(小道具は除く) 陶芸に興味のある初心者を対象に身近な生活用品を作ります(手ひねりロクロ)。作品は館にて保管後講師が自宅の窯で焼成します。	416 木彫① 工(手芸) 1/5 木彫 満仲 道子 第1・3木曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/実費 彫刻刀の使い方、彫り方など、初歩から始めて写真、木の葉のペン画などを作ります。丁寧に指導しますので、初めての方も安心。
417 木彫② 工(手芸) 1/15 木彫 満仲 道子 第1・3木曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/実費 彫刻刀の使い方、彫り方など、初歩から始めて写真、木の葉のペン画などを作ります。丁寧に指導しますので、初めての方も安心。	418 パッチワークキルト 工(手芸) 1/12 折り鶴パッチワーク 渡辺 清美 第2・4木曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料6,000円 材料費等/実費 色とりどりの木綿を使って、クッション、テーブルセンター、ひざ掛けなどを手で作ります。手持ちの布で小物数点も作ります。	419 ポップス・ジャズを歌おう 音楽 1/12 ボーカル・ピアノ弾き語り 新田 佳子 第2・4木曜日/13:00～14:30(5回) 定員10名 受講料6,000円 材料費等/教材費500円(英詞朗読CD) ジャズ、ポップス、映画音楽を、課題曲をもとに歌うポイントを学びながら歌ったり、リクエスト曲や受講生の歌いたい曲をソングで歌っています。	420 プロピアニストの伴奏で歌うジャズボーカル 音楽 1/6 ジャズ・ヴォーカリスト ピアノ伴奏 楠元 なおこ 飯田 一樹 金曜日/15:30～17:00(5回) 定員10名 受講料10,000円 材料費等/実費 歌ってみたいジャズを、楽しく歌いましょう。初めての方でも丁寧に指導していきます。プロピアニストの伴奏で、醍醐味が味わえます!!	421 歌謡教室① 音楽 1/17 日本歌謡芸術研究所歌謡曲師範 佐井 建夫 第1・3火曜日/13:00～15:00(5回) 定員20名 受講料7,000円 材料費等/教材費1,000円 演歌、歌謡曲の新曲を、初めての方にもわかりやすく、発声、呼吸、歌唱方法についても、じっくり丁寧に説明します。	422 歌謡教室② 音楽 1/17 日本歌謡芸術研究所歌謡曲師範 佐井 建夫 第1・3火曜日/15:10～17:10(5回) 定員20名 受講料7,000円 材料費等/教材費1,000円 演歌、歌謡曲の新曲を、初めての方にもわかりやすく、発声、呼吸、歌唱方法についても、じっくり丁寧に説明します。	423 歌謡教室③ 音楽 1/10 日本歌謡芸術研究所歌謡曲師範 佐井 建夫 第2・4火曜日/13:00～15:00(5回) 定員20名 受講料7,000円 材料費等/教材費1,000円 演歌、歌謡曲の新曲を、初めての方にもわかりやすく、発声、呼吸、歌唱方法についても、じっくり丁寧に説明します。	424 歌謡教室④ 音楽 1/10 日本歌謡芸術研究所歌謡曲師範 佐井 建夫 第2・4火曜日/15:10～17:10(5回) 定員20名 受講料7,000円 材料費等/教材費1,000円 演歌、歌謡曲の新曲を、初めての方にもわかりやすく、発声、呼吸、歌唱方法についても、じっくり丁寧に説明します。
425 歌っていいとも! 童謡・唱歌① 音楽 1/5 KOSMA音楽愛好会 落合 庸平 第1・3木曜日/10:00～11:30(5回) 定員16名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,100円(お持ちでない方のみ) 皆さんの心に懐かしき童謡・唱歌を仲間と一緒に笑顔で歌いましょう!初心者の方も大歓迎!発声から丁寧に指導致します!	426 歌っていいとも! 童謡・唱歌② 音楽 1/5 KOSMA音楽愛好会 落合 庸平 第1・3木曜日/12:30～14:00(5回) 定員16名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,100円(お持ちでない方のみ) 皆さんの心に懐かしき童謡・唱歌を仲間と一緒に笑顔で歌いましょう!初心者の方も大歓迎!発声から丁寧に指導致します!	427 歌ってみよう! 世界の名曲 音楽 1/5 KOSMA音楽愛好会 落合 庸平 第1・3木曜日/14:30～16:00(5回) 定員16名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代880円 ミュージカル・カンゾーなど、世界の名曲を楽しく一緒に歌います!丁寧に指導します。初めての方も大歓迎!	428 歌っていいとも! ヴォイストレーニング① 音楽 1/13 KOSMA音楽愛好会 落合 庸平 第2・4金曜日/13:00～14:30(5回) 定員16名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,320円(お持ちでない方のみ) 現役オペラ歌手が呼吸法・発声のノウハウから歌唱技術まで丁寧に指導していきます。歌を用いた実践編もご用意しております!	429 歌っていいとも! ヴォイストレーニング② 音楽 1/13 KOSMA音楽愛好会 落合 庸平 第2・4金曜日/15:00～16:30(5回) 定員16名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,320円(お持ちでない方のみ) 現役オペラ歌手が呼吸法・発声のノウハウから歌唱技術まで丁寧に指導していきます。歌を用いた実践編もご用意しております!	430 歌っていいとも! トキメキソング 音楽 1/7 KOSMA音楽愛好会 落合 庸平 第1・3土曜日/10:30～12:00(5回) 定員16名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,100円(お持ちでない方のみ) 心の中の風景は私の宝物。素直に笑える、自然に歌える?あの頃の私がよみがえる!みんなと歌えば青春最前線。	431 歌のひととき ノスタルジー 音楽 1/17 KOSMA音楽愛好会 西口 淑子 第1・3火曜日/10:00～11:30(5回) 定員20名 受講料7,500円 材料費等/テキスト代880円 夜中にラジオを聴きながら試験勉強したあの頃。懐かしい歌の数々が心に残えませんか?そんな歌をみんな一緒に歌いましょう。	432 美しいコーラス 音楽 1/12 合唱ピアニスト 広瀬 一葉 第2・4木曜日/10:30～12:00(5回) 定員10名 受講料7,000円 材料費等/楽譜代1,100円 合唱ならではの美しいハーモニーを楽しみましょう。初心者の方も経験者の方も心合わせ美しい歌声の響く講座です。混声合唱。男性の方もご受講いただけます。

●各センター感染症対策をさせていただきますが、マスクの着用、手指の消毒にご協力をお願いします。

●部屋の状況、講座内容によって定員を変更しております。

※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。

受付日	受付者名	受付No.
/		
下記枠内にボールペンで記入ください。 ※消せるボールペンなど訂正が容易にできる筆記用具は使用しないでください。		
センター名	2023年冬講座 北区文化センター	
講座番号		
講座名		
フリガナ		
氏名		
住所	〒 -	
年齢	歳	性別
学年	(年)	男・女
自宅電話番号	()	-
携帯電話番号	-	-
フリガナ		
保護者氏名又は緊急連絡者氏名	(続柄:)	
緊急連絡先電話番号	-	-

キリトリ線に沿って切り取った後、テープやノリで貼りあわせてご投函ください

POST CARD
6500031
63円切手を貼ってください。
※11月28日(月)以降 このハガキはご利用いただけません。 28日以降に届いた場合は無効となります。
神戸市中央区東町115番地10階 (公財) 神戸市民文化振興財団 講座係

冬講座募集のご案内

申込み方法

いずれかの方法でお申込みください。
(電話・FAXによる申込みは、受付しておりません。)

センター・会館の窓口

上の申込書にご記入の上、センターにお申込みください。

インターネット

24時間受付しております。
お申込みはこちら
※ただし11月30日のみ17:00まで

郵送

上の申込書に、必要事項をご記入の上、ポストに投函ください。
※郵送のみ11月28日必着

申込みにあたっての注意事項

- 1枚で、1人1講座の申込みをしてください。
- 例)1人で3講座申込みの場合3枚の申込み用紙に別々に記入。
- 年齢制限のある講座に申込みされる場合は、1月1日現在の年齢です。
- 受講は、申込者本人に限りです。他人名義での申込みはお断りします。
- 同一講座への重複申込みは、無効になります。
- 他の受講生に迷惑をおよぼすような行為があった場合は、受講をお断りする場合があります。
- スポーツ・健康体操を受講される方は、事前に医師に相談する等、ご自分の身体の状態に十分注意してお申込みください。
- 都合により、講師が代わることがあります。
- 気象警報発表、講師の都合等のため、やむを得ず休講する場合があります。その場合は、振替日に講座を実施します。
(予備日が振替日とは限りません。講座の振替日については別途お知らせします。)

受講者の決定

- 申込み多数の場合は、抽選いたします。
- 結果は封書またはハガキでお知らせいたします。
- 応募者の少ない講座については、開講を中止する場合があります。

受講料納入

- 当選者には、受講料の払込取扱票を郵送しますので、12月20日までにコンビニまたは郵便局でお支払いください。
※必ず届いた払込取扱票でお支払下さい。(ネット振込み不可)
- 納入期限までに受講の意思がない場合や、入金が遅れる場合は補欠の方がお待ちです。文化センターまで必ずご連絡ください。

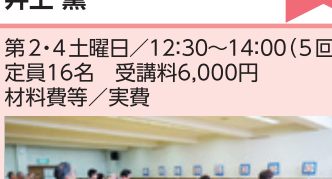
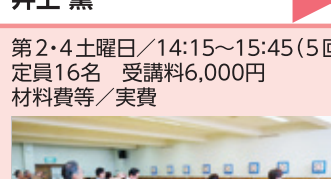
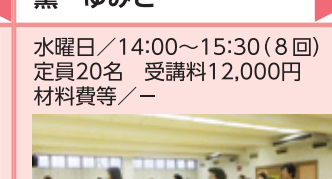
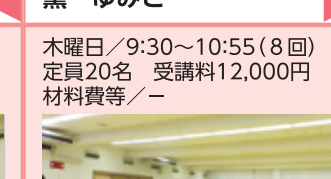
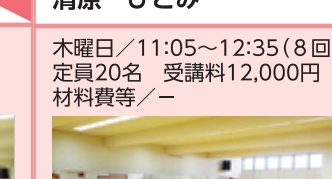
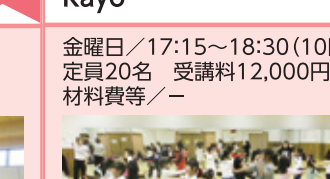
途中入講

- 締切後も定員に達していない講座は受付いたします。1月末日までは残回数按分しますが、2月以降の途中入講は残り2ヶ月分全額いただきます。受講を希望される方は、直接センターへお問い合わせください。

受講料の返金

- 納入された受講料について、開講前のキャンセルは受講料から手数料1,100円差し引いて返金いたします。講座中止の場合は、全額返金。お客様都合の場合は、受講料総額の30%手数料を差し引き、残回数を按分して10円未満切上げて返金いたします。

※マスク着用のない講座写真は新型コロナウイルス感染症流行前に撮影したものです。

434 幸せ運が読み聞かせ 文学歴史 1/20 NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師 池田 加津子 他 金曜日／10:00～11:30(3回) 定員15名 受講料3,900円 材料費等／－  沢山の絵本を紹介しながら、遊び方、読み方、絵本のひつなどをお伝えします。絵本の好きな方、老若男女楽しめる講座です。	435 いけばな(嵯峨御流) 茶華道 1/1 嵯峨御流吉田泰巳いけ花教室専任講師 井上 起代甫 水曜日／10:00～12:00(10回) 定員15名 受講料12,400円 材料費等／材料費1回1,000円  一所懸命になればなる程、少ししういて物事を見直す事が必要です。難しい事ですが、お花をしているとこの練習ができますよ。	436 身体にやさしい料理 料理・健康 1/8 神戸市生活指導研究会 市川 京子 第2日曜日／10:00～12:30(3回) 定員12名 受講料6,000円 材料費等／材料費3回分2,300円  和・洋・中の献立です。楽しく基礎から学んで、美味しい料理を作りましょう。初めての方も、気軽にご参加ください。	437 土曜料理教室 料理・健康 1/21 神戸市生活指導研究会 市川 京子 第3土曜日／10:00～12:30(3回) 定員12名 受講料6,000円 材料費等／材料費3回分2,300円  和・洋・中の献立です。楽しく基礎から学んで、美味しい料理を作りましょう。初めての方も、気軽にご参加ください。	438 楽しい洋裁① 洋和裁 1/6 文化服装学院指導員 福田 佳子 第1・3金曜日／10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料5,600円 材料費等／実費  自分の体型の原型を作り、パターン作成、裁断、仮縫い、本縫いへと進んでいきます。基礎から学びながら洋服を作りましょう。	439 楽しい洋裁② 洋和裁 1/13 文化服装学院指導員 福田 佳子 第2・4金曜日／10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料5,600円 材料費等／実費  マイ原型に基づいて、自分の体型にあった服を作りませんか。基礎から学べますので初心者でも安心です。親切、丁寧に指導します。	440 楽しい洋裁③ 洋和裁 1/6 文化服装学院指導員 福田 佳子 第1・3金曜日／13:00～15:00(5回) 定員15名 受講料5,600円 材料費等／実費  タンズに眠ってしまっている生地なども利用できます。基礎から学んで、体型に合った服作りと一緒に楽しみましょう。	441 英会話(初級) 語学 1/7 イギリス人講師 デイビッド・マッカートニー 土曜日／9:00～10:00(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／テキスト代5,400円程度  初心者を対象にした英会話講座です。やさしい外国人講師と一度お話ししてみませんか。
442 英会話(中級)① 語学 1/7 イギリス人講師 デイビッド・マッカートニー 土曜日／10:10～11:10(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／テキスト代5,400円程度  海外旅行で日常会話ができる程度のレベルを目指し外国人講師と楽しく話しましょう。	443 英会話(中級)② 語学 1/7 イギリス人講師 デイビッド・マッカートニー 土曜日／11:20～12:20(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／テキスト代5,400円程度  海外旅行で日常会話ができる程度のレベルを目指し外国人講師と楽しく話しましょう。	444 英会話① 語学 1/6 アメリカ人講師 ブルース・コリンズ 金曜日／9:30～10:45(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／テキスト代3,600円程度  中学卒業程度の英語力を持った方を対象にした教室です。教室では日本語を使いません。英語だけの時間を体験してみてください。4月より新しい教科書を使用しています。	445 英会話② 語学 1/6 アメリカ人講師 ブルース・コリンズ 金曜日／11:00～12:15(10回) 定員なし 受講料10,000円 材料費等／－  中学卒業程度の英語力を持った方を対象にした教室です。教室では日本語を使いません。英語だけの時間を体験してみてください。4月より新しい教科書を使用しています。	446 英会話③ 語学 1/6 アメリカ人講師 ブルース・コリンズ 金曜日／18:45～20:00(10回) 定員なし 受講料10,000円 材料費等／－  中学卒業程度の英語力を持った方を対象にした教室です。教室では日本語を使いません。英語だけの時間を体験してみてください。4月より新しい教科書を使用しています。	447 ストリート先生の英会話① 語学 1/13 オーストラリア人講師 ディビッド・ストリート 金曜日／13:00～14:30(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／テキスト代3,400円程度  Join us to enjoy English in a fun atmosphere. (中級レベルの英会話講座です)	448 ストリート先生の英会話② 語学 1/13 オーストラリア人講師 ディビッド・ストリート 金曜日／14:45～16:15(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／テキスト代3,400円程度  Join us to enjoy English in a fun atmosphere. (中級レベルの英会話講座です)	449 中国語会話(入門・初級) 語学 1/11 中国人講師 于 亜 水曜日／10:55～12:25(9回) 定員15名 受講料10,800円 材料費等／テキスト代※4月開始の1年コースです。  初心者向きのコースです。発音から日常よく使われる簡単な会話を学びます。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)
450 中国語会話(入門・初級) 語学 1/11 中国人講師 于 亜 水曜日／10:55～12:25(9回) 定員なし 受講料7,200円 材料費等／テキスト代※4月開始の1年コースです。  初心者向きのコースです。発音から日常よく使われる簡単な会話を学びます。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	451 中国語会話(中級) 語学 1/11 中国人講師 于 亜 水曜日／9:10～10:40(9回) 定員15名 受講料10,800円 材料費等／－※4月開始の1年コースです。  中国語学習経験2～3年以上の方(中国語の基礎がある方)。または同程度の方を対象に、実用的な会話や書き取り・ヒアリングを。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	452 中国語会話(中級) 語学 1/11 中国人講師 于 亜 水曜日／9:10～10:40(9回) 定員なし 受講料7,200円 材料費等／－※4月開始の1年コースです。  中国語学習経験2～3年以上の方(中国語の基礎がある方)。または同程度の方を対象に、実用的な会話や書き取り・ヒアリングを。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	453 韓国語(基礎) 語学 1/9 韓国人講師 李 英熙 月曜日／9:15～10:45(8回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等／テキスト代  ハングルが読めない方、学習歴がまったくない方でも参加できる「入門」講座です。文字の読み書きを始め、簡単な会話を学びます。(Zoom)を使用します	454 韓国語(基礎) 語学 1/9 韓国人講師 李 英熙 月曜日／10:50～12:20(8回) 定員15名 受講料10,000円 材料費等／テキスト代  ハングルが読めない方、学習歴がまったくない方でも参加できる「入門」講座です。文字の読み書きを始め、簡単な会話を学びます。(Zoom)を使用します	455 韓国語(初級) 語学 1/8 韓国人講師 李 英熙 日曜日／13:15～14:45(10回) 定員なし 受講料10,000円 材料費等／－  会話力のアップを目指して勉強します。韓国語学習歴が2～3年くらいの方なら参加できます。(Zoom)を使用します	456 韓国語(初級) 語学 1/8 韓国人講師 李 英熙 日曜日／14:50～16:20(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／－  会話力のアップを目指して勉強します。韓国語学習歴が2～3年くらいの方なら参加できます。	457 クラシックバレエ(年長～中学生) 舞踊 1/10 栗田バレエスタジオ 築本 美奈 火曜日／17:15～18:30(10回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  明日を夢みる子供達の思いを大切に、バレエの楽しさを知ってもらい、バレエの基礎をきめ細かに指導し広げていきます。
458 クラシックバレエ(中学生～一般女性) 舞踊 1/10 栗田バレエスタジオ 築本 美奈 火曜日／18:40～20:10(10回) 定員20名 受講料15,000円 材料費等／－  レベルに応じて指導しますので初心者の方も安心。音楽に乗って皆と一緒に楽しく、エレガントな動きと美しい姿勢を身につけましょう。	459 ハワイアンフラ(入門) 舞踊 1/11 Kimiyō フラ ハーラウ主宰 藤原 貴美代 水曜日／9:15～10:45(9回) 定員30名 受講料10,800円 材料費等／－  「明るく楽しくいきいきと」をモットーにハワイ語の意味を知り、歌い、踊ります。アロハの心で健康になりましょう。	460 ハワイアンフラ(初級) 舞踊 1/11 Kimiyō フラ ハーラウ主宰 藤原 貴美代 水曜日／11:00～12:30(9回) 定員25名 受講料10,800円 材料費等／－  「明るく楽しくいきいきと」をモットーにハワイ語の意味を知り、歌い、踊ります。アロハの心で健康になりましょう。	461 いきいき！マジック教室 その他 1/8 アチロン 森田 第2日曜日／10:00～12:00(3回) 定員20名 受講料3,900円 材料費等／材料費1,000円(3回分)  マジックは指先を使い手帳演出を考えながら、そして適度な会話と緊張感が脳の活性化に繋がります。手帳仲間への輪になりませんか。(見学はできません)	462 太極拳 スポーツ・健康 1/6 日本武術太極拳連盟公認A級指導員 為木 清美 金曜日／10:45～15:30(9回) 定員20名 受講料11,700円 材料費等／－  太極拳は中国の武術ですが、日本に普及され、今では根強い人気を持っています。体幹、心身を鍛えます。	463 ヨガ健康(初級)① スポーツ・健康 1/6 森田ヨガ美楽サロン 花田 純子 金曜日／10:45～12:00(10回) 定員30名 受講料12,000円 材料費等／－  「体が硬いから、年だから、私にはムリかなあ」と思う、そんな方にお勧めです。丁寧に基礎から指導しますので初心者の方安心。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	464 ヨガ健康(初級)① スポーツ・健康 1/6 森田ヨガ美楽サロン 花田 純子 金曜日／10:45～12:00(10回) 定員30名 受講料8,000円 材料費等／－  「体が硬いから、年だから、私にはムリかなあ」と思う、そんな方にお勧めです。丁寧に基礎から指導しますので初心者の方安心。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	465 ヨガ健康(初級)② スポーツ・健康 1/6 森田ヨガ美楽サロン 花田 純子 金曜日／12:30～13:45(10回) 定員30名 受講料12,000円 材料費等／－  「体が硬いから、年だから、私にはムリかなあ」と思う、そんな方にお勧めです。丁寧に基礎から指導しますので初心者の方安心。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)
466 ヨガ健康(初級)② スポーツ・健康 1/14 森田ヨガ美楽サロン 花田 純子 金曜日／12:30～13:45(10回) 定員なし 受講料8,000円 材料費等／－  「体が硬いから、年だから、私にはムリかなあ」と思う、そんな方にお勧めです。丁寧に基礎から指導しますので初心者の方安心。(Zoom)を使用します(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	467 ヨガ健康(中級) スポーツ・健康 1/15 森田ヨガ美楽サロン 花田 純子 金曜日／9:15～10:30(10回) 定員30名 受講料12,000円 材料費等／－  1年以上ヨガの経験がある方を対象とします。健康を維持していきいき元気に過ごしましょう。(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	468 ヨガ健康(中級) スポーツ・健康 1/15 森田ヨガ美楽サロン 花田 純子 金曜日／9:15～10:30(10回) 定員30名 受講料8,000円 材料費等／－  1年以上ヨガの経験がある方を対象とします。健康を維持していきいき元気に過ごしましょう。(Zoom)を使用します(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	469 自力整体 スポーツ・健康 1/7 矢上予防医学研究所認定 自力整体ナビゲーター 初谷 進一 土曜日／13:30～15:00(5回) 定員20名 受講料7,000円 材料費等／－  自力整体で、身体を脱力、揺すりほぐし、関節・筋肉、バランス、代謝を整え、身体の不調を改善します。	470 さわやか健康体操(女性のみ) スポーツ・健康 1/10 健康体操・介護予防運動指導員 佐々木 正子 火曜日／9:30～10:55(10回) 定員30名 受講料12,000円 材料費等／－  免疫アップや体質改善などには適度な運動が欠かせません。体ほぐしやリズム体操、筋力アップの体操など、楽しく始めてみませんか？	471 元氣ハツタツ ロコモ予防体操(女性のみ) スポーツ・健康 1/10 フィットネスアドバイザー 中岸 圭子 火曜日／11:20～12:35(10回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  加齢にともなう低下する筋力を鍛えて、各関節の可動域を広げるとともに、体幹を鍛えることでロコモ予防のための身体作りをしましょう！(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	472 元氣ハツタツ ロコモ予防体操(女性のみ) スポーツ・健康 1/10 フィットネスアドバイザー 中岸 圭子 火曜日／11:20～12:35(10回) 定員なし 受講料8,000円 材料費等／－  加齢にともなう低下する筋力を鍛えて、各関節の可動域を広げるとともに、体幹を鍛えることでロコモ予防のための身体作りをしましょう！(Zoom)を使用します(対面・オンライン同時開催になります。対面での受講またはオンラインでの受講のどちらかをお選び下さい)	473 バランス経絡体操 スポーツ・健康 1/12 バランス経絡体操インストラクター 池戸 規子 中野 直美 木曜日／10:00～11:30(9回) 定員25名 受講料11,700円 材料費等／－  体の歪みを整えると痛みや強張りも自然に解消していきます。ご自分に合った体操を見つけ、無理なく参加できます。
474 スポーツウエルネス 吹矢① スポーツ・健康 1/14 公認指導員 井上 薫 第2・4土曜日／12:30～14:00(5回) 定員16名 受講料6,000円 材料費等／実費  腹式呼吸で矢を的に当てるゲーム感覚でインナーマッスルの鍛錬と健康増進が期待でき、老若男女問わず楽しめる生涯スポーツです。	475 スポーツウエルネス 吹矢② スポーツ・健康 1/14 公認指導員 井上 薫 第2・4土曜日／14:15～15:45(5回) 定員16名 受講料6,000円 材料費等／実費  腹式呼吸で矢を的に当てるゲーム感覚でインナーマッスルの鍛錬と健康増進が期待でき、老若男女問わず楽しめる生涯スポーツです。	476 ZUMBA & ストレッチ スポーツ・健康 1/23 AFAA ICFI ライセンス認定 まり 月曜日／19:00～20:30(7回) 定員20名 受講料8,400円 材料費等／－  世界中の音楽やラテンのリズムにのせて踊ります。ダンスや運動初心者大歓迎！動いた後は季節に合ったストレッチでスッキリ。	477 リズム&ストレッチ スポーツ・健康 1/11 フキジャズダンスカンパニー専属講師 薫 ゆみこ 水曜日／14:00～15:30(8回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  1時間、しっかりマットでストレッチした後、30分間で楽しくリズム体操をします。心身共にリフレッシュ！	478 シェイプアップ・エアロ スポーツ・健康 1/12 フキジャズダンスカンパニー専属講師 薫 ゆみこ 木曜日／9:30～10:55(8回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  リズムストレッチをした後、60分間軽快なリズムに合わせて、ダンスしながらエクササイズ。楽しくシェイプアップしましょう！	479 ジャズダンス(女性のみ) スポーツ・健康 1/12 フキジャズダンスカンパニー専属講師 清原 ひとみ 木曜日／11:05～12:35(8回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  様々な音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。初心者の方大歓迎です。お気軽にどうぞ！	480 キッズ・ファンク(3歳～小学生) スポーツ・健康 1/6 フキジャズダンスカンパニー専属講師 Kayo 金曜日／17:15～18:30(10回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  3歳～小6までの楽しいクラスです。ストレッチやリズムトレーニングでしっかり体を作り、カッコよく楽しく踊りましょう！！	481 ファンクジャズ(小4～一般) スポーツ・健康 1/6 フキジャズダンスカンパニー専属講師 Kayo 金曜日／18:45～20:00(10回) 定員20名 受講料15,000円 材料費等／－  年齢もバラバラで、とてもカッコイイ楽しいレッスン！流行の曲に合わせてリズムよく、はげしくくりまわって踊りましょう！！
482 キッズ・ヒップホップ①(3歳～小1) スポーツ・健康 1/11 フキジャズダンスカンパニー専属講師 MAKIKO 水曜日／16:00～17:15(10回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  運動が苦手でも大丈夫。音楽に合わせてダンスを学び、その中で協調性や忍耐力、努力の大切さを身につけましょう。	483 キッズ・ヒップホップ②(小2～中学生) スポーツ・健康 1/11 フキジャズダンスカンパニー専属講師 MAKIKO 水曜日／17:15～18:30(10回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等／－  色々な音楽を使いダンスを楽しめるクラスです。難しいステップにチャレンジすることにより努力の大切さも身につけましょう。	484 卓球(小学生～一般) スポーツ・健康 1/5 日本スポーツ協会 公認コーチ(卓球) 新田 耕造 木曜日／18:30～20:30(10回) 定員50名 受講料12,000円 材料費等／－  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。	485 ママさん卓球 スポーツ・健康 1/6 (公財)日本スポーツ協会 公認スポーツ指導員 安部 光子 金曜日／9:15～10:30(10回) 定員30名 受講料12,000円 材料費等／－  健康で楽しい時間を作って、人生を豊かに過ごして下さい。	486 金曜卓球 スポーツ・健康 1/6 (公財)日本スポーツ協会 公認スポーツ指導員 安部 光子 金曜日／11:00～12:15(10回) 定員30名 受講料12,000円 材料費等／－  健康で楽しい時間を作って、人生を豊かに過ごして下さい。	487 バドミントン① スポーツ・健康 1/11 (公財)日本スポーツ協会公認スポーツ指導員 外村 和美 水曜日／9:15～10:45(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－  ラケットの握り方から基本ストローク等を習得して、楽しく試合をし、仲間と一緒に汗を流して運動不足を解消しましょう。	488 バドミントン② スポーツ・健康 1/11 (公財)日本スポーツ協会公認スポーツ指導員 外村 和美 水曜日／11:00～12:30(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－  ラケットの握り方から基本ストローク等を習得して、楽しく試合をし、仲間と一緒に汗を流して運動不足を解消しましょう。	489 バドミントン③ スポーツ・健康 1/13 (公財)日本スポーツ協会公認スポーツ指導員 石崎 華子 金曜日／15:00～16:30(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－  ラケットの握り方から基本ストローク等を習得して、楽しく試合をし、仲間と一緒に汗を流して運動不足を解消しましょう。
490 フォーターテニス(ショートテニス) スポーツ・健康 1/6 (公財)日本スポーツ協会公認テニスコーチ 村主 崇明 金曜日／13:00～14:30(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－  バドミントンのコートを使い、老若男女問わず楽しめる屋内テニスです。テニスコートのおよそ4分の1の広さで楽しめます。	491 楽しいギター 随時 1/4 クレバ音楽教室 ギター講師 井上 成人 第1・3水曜日／10:00～11:30(6回) 定員10名 受講料8,400円 材料費等／テキスト代1,650円  ポピュラーからクラシックまで幅広いジャンルの名曲を教材に、ギター演奏法を基礎から学んでいきます。初心者歓迎。	492 四柱推命(中級) 随時 1/20 山本 久漢 第1・3金曜日／15:15～16:45(5回) 定員15名 受講料6,250円 材料費等／－  四柱推命(初級)を受講された方対象です。毎回、実占鑑定をします。「たいの帝王」と呼ばれる四柱推命で、より良い人生を！	市民講座 現代俳句(入門)「鈴の会」</				