

須磨区文化センター

7月開講

2023年夏講座

7月～9月

受講生募集!!

5月16日から受付開始!

〒654-0035

神戸市須磨区中島町1丁目2-3

お問合せ ☎078-735-7641

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/

★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。】  
※春講座の受講生は夏講座を優先して受講していただけます。そのため夏講座(7～9月)は欠員補充のみ募集いたします。

おすすめ講座

書道

510

うつくしいペン字

7/6~

講師 兵庫県書作家協会 左右津 安輝子

木曜日/14:00～16:00(10回) 定員/10名 受講料/15,000円 材料費等/テキストとノート代1,000円

活字あふれる現代こそ、手書きの文字が心に感動を与えます。楽しみながら技法を習得して美しい文字に変わる喜びを掴みましょう。

語学

539

中国語会話 (初級)

7/1~

講師 神戸海星女子学院大学非常勤講師 坂口 文馨

土曜日/14:40～16:10(9回) 定員/10名 受講料/13,500円 材料費等/テキスト代2,400円(税別)

ネイティブの講師が教えます。基礎になるものをしっかり学び、聴く話す書く練習をし、応用できるように楽しく会話練習をします。

スポーツ・健康

551

太極拳

7/5~

講師 NPO法人 神戸太極拳協会 福光 知子

水曜日/13:45～15:15(10回) 定員/35名 受講料/10,000円 材料費等/—

24式太極拳は一番普及している太極拳です。これ続けながら他の事もできるようになります。奥深く頭の体操にもなります。心も身体も柔軟にゆるんでつなげていきます。

スポーツ・健康

563

スポーツウエルネス 吹矢④

7/2~

講師 (一社)日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 井雲 晴隆 五反田 重夫

第1・3日曜日/15:00～16:30(6回) 定員/8名 受講料/7,200円 材料費等/マウスピース550円、パイプクリーナー150円、矢(10本)2,900円

明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定や競技参加も出来る生涯スポーツです。

※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。

受付日	受付者名	受付No.
/		
下記太枠内にボールペンでご記入ください。 ※「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年夏講座 須磨区文化センター	
講座番号		
講座名		
フリガナ		
氏名		
住所	〒 -	
年齢	歳	性別 男・女
学 年	( )	
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

夏講座募集のご案内

申込み方法

いずれかの方法でお申込みください。  
電話でも受け付けております。(FAX不可)

申込み締切日

5月31日(水) まで

抽選後も定員に余裕のある場合がございます。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。

見学をご希望の場合は、事前にセンターまでお問い合わせください。(見学無料)

●見学は各講座1回のみ ●見学いただけない講座もあります

個人情報の取扱いについて

講座申込みで収集した個人情報、利用者の意思による情報の提供を原則とし、講座のサービスを提供する目的の範囲内でのみ利用します。

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。  
神戸市民文化振興財団  
お申込みはこちら  
※ただし5月31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5月26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、7月1日現在の年齢です。
- 受講は、申込者本人に限ります。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等があった場合は、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、6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充の方がお待ちですので文化センターまで必ずご連絡ください。
- ★スマホ決済が可能なアプリはこちら★  
FamiPay・LINEPay・PayPay・auPAY・PayB  
※アプリを開いて払込取扱票のバーコードを読み取ってお支払いください。

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。7月末日までは残回数按分しますが、8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。

退講による受講料の返金

- 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円未満切り上げて返金いたします。

材料費の返金

- 発注後の材料費の返金はいたしません。

講座一覧

504 パステル画

美術・絵画 7/7~

神戸パステル画会 森実 恭子

金曜日/10:00～12:00(10回) 定員17名 受講料15,000円 材料費等/用具代等実費(10,000円～13,000円程度)

やわらかで、繊細なパステルの色彩により、身近な物、人物を表現します。形のつかみ方、色のつけ方など基礎から指導します。

505 絵画サークル

美術・絵画 7/5~

画家 中西 一郎

水曜日/14:00～16:00(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/—

鉛筆、木炭、ペン、水彩、油絵具等好きな用具で好きな題材を描く。深い表現を目指して、初心者も経験者も一緒に楽しみましょう!

506 色鉛筆で描く海洋画

美術・絵画 7/8~

海洋画家 高橋 健一

第2・4土曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料6,500円 材料費等/テキスト、紙、色鉛筆等1,000円程度

海や港の景色、大海原を行き交う船を色鉛筆やパステルを用いて描きます。はじめての方でも解り易く指導してまいります。

507 こどもは誰でもピカソ こども絵画造形教室

美術・絵画 7/9~

末来スクールありす主宰 坂田 ありす

第2・4日曜日/13:30～15:00(4回) 定員18名 受講料7,200円 材料費等/500円

子どもの発想を大切に、創造の芽を伸ばし、素直な心の表現から、つくる喜びと描く楽しさを育てましょう。

508 毛筆太字 (初級・中級)

書道 7/4~

兵庫県書作家協会 中西 浩暘

火曜日/13:00～14:50(10回) 定員15名 受講料13,000円 材料費等/テキスト・手本代500円程度

楷書の基本点画、筆の使い方、運び方から始めます。古典を交えて行書、草書、隷書を学び、表現の幅を広げます。初心者歓迎です。

509 毛筆細字 (初級・中級)

書道 7/4~

兵庫県書作家協会 中西 浩暘

火曜日/15:00～16:50(10回) 定員15名 受講料13,000円 材料費等/テキスト・手本代500円程度

かなと実用書を中心に学びます。伝統的な、現代的な漢字が交じり文、儀礼の表書き、手紙など学びます。初心者歓迎です。

510 うつくしいペン字

書道 7/6~

兵庫県書作家協会 左右津 安輝子

木曜日/14:00～16:00(10回) 定員10名 受講料15,000円 材料費等/テキストとノート代1,000円

活字あふれる現代こそ、手書きの文字が心に感動を与えます。楽しみながら技法を習得して美しい文字に変わる喜びを掴みましょう。

511 小中学生の書道

書道 7/1~

兵庫県書作家協会 左右津 安輝子

土曜日/14:00～16:00(10回) 定員15名 受講料15,000円 材料費等/テキスト代1,000円 書道誌代1,800円

書写教育の基礎を学びながら、自由で創造的に書道を楽しめるよう指導します。硬筆の指導も合わせて丁寧に行います。

512 金曜陶芸

工(手)芸 7/7~

丹波焼 市野 元祥

金曜日/10:00～12:00(10回) 定員20名 受講料16,500円 材料費等/材料費1,000円(釉薬代として) 粘土代実費(1kg150～250円)

ふだんの生活の中で使うような器を造ります。自分の想いを込めた作品を造りましょう。初めての方でも大丈夫です。

513 陶芸の加飾・技法

工(手)芸 7/8~

丹波焼 市野 元祥

第2・4土曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料8,250円 材料費等/釉薬代500円(粘土代実費1kg約200円程度)

経験者を対象に技術を高める為の講座です。より一層の向上を目指しましょう。1ランク上の技術を習得しましょう。

514 木曜陶芸

工(手)芸 7/6~

陶芸家 手島 英則

木曜日/10:00～12:00(10回) 定員17名 受講料16,500円 材料費等/粘土・釉薬代2,000円程度(10回分)

電動ロクロ、手ロクロを使って、作陶した自分の作品で、日常生活を飾りましょう。※別途追加粘土代が必要な場合あり

515 日曜陶芸①

工(手)芸 7/9~

陶芸家 手島 英則

第2・4日曜日/10:00～12:00(5回) 定員15名 受講料8,250円 材料費等/粘土・釉薬代等1,500円程度(全5回分)

電動ロクロ、手ロクロを使って、作陶した自分の作品で、日常生活を飾りましょう。※別途追加粘土代が必要な場合あり

●各センター感染症対策をさせていただいておりますが、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。

## 講座一覧



## 講座一覧

<div>521 英語でPoPs！音楽7/5</div> <div>英会話講師 古津 玲子</div> <div>第1・3水曜日/15:15～16:45(5回) 定員15名 受講料7,500円 材料費等／－</div> <div></div> <div>懐かしいアメリカンポップスを英語で歌ってみましょう。歌の内容、発音のポイントなども説明いたします。誰かが読めなくてもOK</div>	<div>522 木曜ピアノ教室①音楽7/6</div> <div>元ヤマハシステム講師 福島 美幸</div> <div>第1・3木曜日/9:00～12:00(5回) 定員6名 受講料16,200円 材料費等／－</div> <div></div> <div>朝の気持ちのいいお時間にピアノレッスンを始めてみませんか？楽譜が読めなくても大丈夫！基礎～演奏したい曲も楽しく学べます。(一人30分の個人レッスン)</div>	<div>523 木曜ピアノ教室②音楽7/13</div> <div>元ヤマハシステム講師 福島 美幸</div> <div>第2・4木曜日/9:00～12:00(5回) 定員6名 受講料16,200円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ピアノ弾いてみたいけど練習が苦手・・・の方も大丈夫！毎回生徒さんとゆっくりりわりやすく曲を仕上げていきます。是非ご一緒に！(一人30分の個人レッスン)</div>	<div>524 金曜ピアノ教室①音楽7/7</div> <div>元ヤマハシステム講師 福島 美幸</div> <div>第1・3金曜日/9:00～12:00(5回) 定員6名 受講料16,200円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ピアノを習うのは初めての方も大歓迎！午前1人30分の個人レッスン！自分のペースでゆっくりお洒落な時間を過ごしてみませんか？(一人30分の個人レッスン)</div>	<div>525 金曜ピアノ教室②音楽7/14</div> <div>元ヤマハシステム講師 福島 美幸</div> <div>第2・4金曜日/9:00～12:00(5回) 定員6名 受講料16,200円 材料費等／－</div> <div></div> <div>脳トレになるピアノ♪おしゃべりしながら楽しいピアノレッスンです！初心者大歓迎！朝のお好きな30分を自分時間！リフレッシュ！(一人30分の個人レッスン)</div>	<div>526 金曜癒しのピアノ音楽7/7</div> <div>元ヤマハシステム講師 福島 美幸</div> <div>第1・3金曜日/13:00～17:00(5回) 定員8名 受講料16,200円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ついに！午後のピアノ教室開講です。お好きな時間に月に2回のらくらくレッスン(お子様～大人対象)はじめる笑顔！はじめる楽しいレッスン！(一人30分の個人レッスン)</div>	<div>527 ドラム教室①音楽7/9</div> <div>ドラム奏者 古田 雄士</div> <div>日曜日/9:30～11:00(6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>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！初めての方でも大丈夫です。</div>	<div>528 ドラム教室②音楽7/9</div> <div>ドラム奏者 古田 雄士</div> <div>日曜日/11:10～12:40(6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>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！初めての方でも大丈夫です。</div>
<div>529 ドラム教室③音楽7/9</div> <div>ドラム奏者 古田 雄士</div> <div>日曜日/13:30～15:00(6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>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！初めての方でも大丈夫です。</div>	<div>530 ドラム教室④音楽7/9</div> <div>ドラム奏者 古田 雄士</div> <div>日曜日/15:10～16:40(6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>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！初めての方でも大丈夫です。</div>	<div>531 謡曲・仕舞古典芸能7/5</div> <div>親世流能楽師 日本能楽会会員(国)重要無形文化財総合指定保持者 笠田 昭雄</div> <div>水曜日/14:40～16:10(9回) 定員15名 受講料12,600円 材料費等/テキスト代2,100円～ 扇代4,500円～</div> <div></div> <div>謡曲・仕舞を基礎から指導します。また、能の音楽や物語についてもわかりやすくお話しします。</div>	<div>532 俳句文学歴史7/13</div> <div>「日本伝統俳句協会」関西支部長「ホトギス」同人「田鶴」(秀峰) 選者 山西 商平</div> <div>第2・4木曜日/13:30～15:30(6回) 定員10名 受講料8,400円 材料費等/メモ用紙句帳・蔵詩集、漢字辞典等持参</div> <div></div> <div>俳句を楽しく、575のリズムに乗せて四季折々の自然を詠み、日常の暮らしの味わいを詠みましょう。</div>	<div>533 こどもの心に届く読み聞かせ教室文学歴史7/10</div> <div>NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師 野口 明子 安達 光生・他</div> <div>月曜日/10:00～11:30(3回) 定員12名 受講料4,500円 材料費等／－</div> <div></div> <div>絵本の持つ力と可能性を伝えられる読み聞かせボランティアを育てます。絵本の選び方・読み方・楽しみ方を学びましょう。</div>	<div>534 生け花茶華道7/13</div> <div>華道家元池坊 華督 竹中 一永</div> <div>第2・4木曜日/14:00～16:00(6回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/花代6,600円程度</div> <div></div> <div>四季折々の花を自然のすがた、そして造形の面白さ、それらを項目に応じて表現し楽しんでいただきます。</div>	<div>535 茶道①茶華道7/1</div> <div>裏千家教授 多田 宗智</div> <div>土曜日/13:00～14:55(10回) 定員12名 受講料12,000円 材料費等/抹茶菓子代等3,500円程度</div> <div></div> <div>気軽に始めませんか。人間同士の縁が深まり様々な道具・一輪の茶花にも目が向くようになります。椅子に座って受講も可能です。</div>	<div>536 茶道②茶華道7/1</div> <div>裏千家教授 多田 宗智</div> <div>土曜日/15:05～17:00(10回) 定員12名 受講料12,000円 材料費等/抹茶菓子代等3,500円程度</div> <div></div> <div>気軽に始めませんか。人間同士の縁が深まり様々な道具・一輪の茶花にも目が向くようになります。椅子に座って受講も可能です。</div>
<div>537 英会話(初級)語学7/4</div> <div>英会話講師 古津 玲子</div> <div>火曜日/13:15～14:15(9回) 定員10名 受講料12,600円 材料費等/テキスト2,990円(税別)</div> <div></div> <div>英語で話したいけど、うまく話せないという方のために。頭の中を交通整理してシンプルな台詞で話す練習をしてみましょう。</div>	<div>538 英会話(中級)語学7/7</div> <div>アメリカ人講師 コリンズ・ブルース</div> <div>金曜日/15:00～16:30(9回) 定員10名 受講料13,050円 材料費等/テキスト代3,300円(税別)</div> <div></div> <div>初級講座を修了された方、また同程度の経験がある方に適したレッスンをします。さあ、話しましょう。</div>	<div>539 中国語会話(初級)語学7/1</div> <div>神戸海星女子学院大学非常勤講師 坂口 文馨</div> <div>土曜日/14:40～16:10(9回) 定員10名 受講料13,500円 材料費等/テキスト代2,400円(税別)</div> <div></div> <div>ネイティブの講師が教えます。基礎になるものをしっかりと学び、聴く話す書く練習をし、応用できるように楽しく会話練習をします。</div>	<div>540 中国語会話(中級)語学7/1</div> <div>神戸海星女子学院大学非常勤講師 坂口 文馨</div> <div>土曜日/13:00～14:30(9回) 定員10名 受講料13,500円 材料費等/テキスト代2,400円(税別)</div> <div></div> <div>いつも中国語で会話できる環境を作り、中国語を話す自信を持たせます。文化や習慣又はさまざまな事情もその都度学びます。</div>	<div>541 やさしい韓国語語学7/7</div> <div>神戸学院大学非常勤講師(朝鮮語) 魯 惠英(ノヘヨン)</div> <div>金曜日/13:00～14:30(9回) 定員10名 受講料13,500円 材料費等/テキスト代2,000円(税別)</div> <div></div> <div>ハングル文字の読み書きができる方にお勧めです。韓国語の基礎文法をきちんと学び、簡単な日常会話や作文を身につけます。</div>	<div>542 レベルアップ韓国語語学7/7</div> <div>神戸学院大学非常勤講師(朝鮮語) 魯 惠英(ノヘヨン)</div> <div>金曜日/14:40～16:10(9回) 定員10名 受講料13,500円 材料費等/テキスト代2,500円(税別)</div> <div></div> <div>話す、聞き取る能力を高めた方にお勧め！韓国語を二年近く初級文法を終えた方を対象にします。豊かな表現力を育てます。</div>	<div>543 スペイン語(初級)語学7/7</div> <div>スペイン語講師 福田 ルーツ</div> <div>金曜日/9:30～11:00(9回) 定員10名 受講料13,500円 材料費等/テキスト代2,200円(税別)</div> <div></div> <div>基礎学力を楽しく身に付け多彩な魅力を持つスペイン語圏文化に触れながら学びます。ネイティブ講師が親切かつ丁寧に指導します。</div>	<div>544 楽しい社交ダンス舞踊7/7</div> <div>兵庫県社交ダンス教師協会・理事「ダンス・スタジオ・フラット」経営・指導 笠矢 佐智恵</div> <div>金曜日/10:00～11:30(10回) 定員15名 受講料14,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>初心者大歓迎！立ち方、歩き方から、初歩のステップを楽しく学びます。皆様、おさし合のうえ、楽しく踊れるよう、是非ご参加ください。</div>
<div>545 楽楽ヨーガスポーツ・健康7/1</div> <div>(社)日本ヨーガ療法学会認定 ヨーガ療法士 インド中央政府認定(NVYASA)公認教師 小島 輝美</div> <div>土曜日/10:30～12:00(9回) 定員18名 受講料13,500円 材料費等／－</div> <div></div> <div>呼吸に合わせて動いていきます。自分だけの時間を作って今の心と身体を感じてみましょう。お気軽にご参加下さい。</div>	<div>546 女性のためのヨガスポーツ・健康7/4</div> <div>全米ヨガアライアンス認定 RYT200 五百尾 ひろみ</div> <div>火曜日/18:30～20:00(10回) 定員12名 受講料15,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ヨガの呼吸法を取り入れ、身体の自然な回復力を高め、バランスを取り、肩こり・腰痛などを楽にします。どなたでもできます。</div>	<div>547 ヨガ健康体操①スポーツ・健康7/5</div> <div>ヘルシークワハラ 中桐 照子</div> <div>水曜日/9:15～10:30(10回) 定員15名 受講料13,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ヨガの基本を取り入れた体操です。年齢を問わず、無理なく始めていただけます。心身とも健康な毎日を送ります。</div>	<div>548 ヨガ健康体操②スポーツ・健康7/5</div> <div>ヘルシークワハラ 中桐 照子</div> <div>水曜日/10:45～12:00(10回) 定員15名 受講料13,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ヨガの基本を取り入れた体操です。年齢を問わず、無理なく始めていただけます。心身とも健康な毎日を送ります。</div>	<div>549 気功太極拳スポーツ・健康7/1</div> <div>ヘルシークワハラ 中桐 照子</div> <div>土曜日/10:00～11:30(10回) 定員15名 受講料15,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>ゆったり無理なく動きが生産スポーツ。気・血の流れを良くし、心と体の調和をはかります。</div>	<div>550 健康体操スポーツ・健康7/3</div> <div>ヘルシークワハラ 中桐 照子</div> <div>月曜日/10:00～11:30(7回) 定員25名 受講料10,500円 材料費等／－</div> <div></div> <div>音楽に合わせて歩いたり、ボールを握って足腰を鍛え、元気で楽しいシニア世代を過ごしましょう。</div>	<div>551 太極拳スポーツ・健康7/5</div> <div>NPO法人 神戸太極拳協会 福光 知子</div> <div>水曜日/13:45～15:15(10回) 定員35名 受講料10,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>24式太極拳が一番普及している太極拳です。これを続けながら他の事もできるようになります。奥深く頭の体操にもなります。心も身体も柔軟になるでつながって振舞っていきます。</div>	<div>552 太極剣(たいぎょくつるぎ)スポーツ・健康7/5</div> <div>NPO法人 神戸太極拳協会 福光 知子</div> <div>水曜日/15:30～16:30(10回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>24式太極拳がある程度理解し動ける人が32式剣を平行して動くこと、さらに上達します。難しいですが、手の延長になり、舞うように、剣の楽しさを伝えます。</div>
<div>553 ジュニア空手①スポーツ・健康7/9</div> <div>神戸空手道連盟大成塾 代表 棚田 健司・他</div> <div>日曜日/9:30～10:30(9回) 定員18名 受講料10,800円 材料費等/サポーター2,500円、空手衣不要</div> <div></div> <div>基本稽古、移動稽古、ミット打ちを中心に行うことにより全身をバランスよく鍛え、強く優しく、礼儀正しい成長を育みます。</div>	<div>554 ジュニア空手②スポーツ・健康7/9</div> <div>神戸空手道連盟大成塾 代表 棚田 健司・他</div> <div>日曜日/10:40～11:40(9回) 定員15名 受講料10,800円 材料費等/サポーター2,500円、空手衣不要</div> <div></div> <div>基本稽古、移動稽古、ミット打ちを中心に行うことにより全身をバランスよく鍛え、強く優しく、礼儀正しい成長を育みます。「シニア空手」と同室での練習になります。</div>	<div>555 シニア空手(概ね50歳以上)スポーツ・健康7/9</div> <div>神戸空手道連盟大成塾 代表 棚田 健司・他</div> <div>日曜日/10:40～12:00(9回) 定員8名 受講料12,600円 材料費等/サポーター2,500円、空手衣不要</div> <div></div> <div>空手の稽古は全身をバランスよく動かしミットにパンチやキックも行います。トレーニングウェア可です。お気軽にご参加下さい。11:40までは「ジュニア空手②」と同室の練習になります。</div>	<div>556 リズム&amp;ストレッチスポーツ・健康7/4</div> <div>フキジャズダンスカンパニー 薫 ゆみこ</div> <div>火曜日/10:00～11:30(8回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>筋肉と気持ちのストレスを解消しましょう。軽やかなメロディーに合わせて身体を伸ばし引き締め、リフレッシュしましょう。</div>	<div>557 チャイルドジャズダンス①スポーツ・健康7/8</div> <div>フキジャズダンスカンパニー MAKIKO</div> <div>土曜日/13:00～14:15(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>運動が苦手でも大丈夫、音楽に合わせて楽しく練習しましょう。</div>	<div>558 チャイルドジャズダンス②スポーツ・健康7/8</div> <div>フキジャズダンスカンパニー MAKIKO</div> <div>土曜日/14:20～15:35(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>色々なステップにチャレンジ出来るクラスです。難しいステップやターンやジャンプにチャレンジしましょう。初心者の方も大歓迎です。</div>	<div>559 チャイルドジャズダンス③スポーツ・健康7/8</div> <div>フキジャズダンスカンパニー MAKIKO</div> <div>土曜日/15:40～16:55(10回) 定員25名 受講料12,000円 材料費等／－</div> <div></div> <div>小中学生高学年以上の上級レベルアップクラスです。難しいステップやターンやジャンプにチャレンジしましょう。初心者の方も大歓迎です。</div>	<div>560 スポーツウエルネス吹矢①スポーツ・健康7/2</div> <div>(一社)日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 前川 幸輝 武内 淑子 前川 恵子</div> <div>第1・3日曜日/9:30～11:00(6回) 定員8名 受講料7,200円 材料費等/マウスピース550円、パイプクリーナー150円、矢(10本)2,900円</div> <div></div> <div>明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定や競技参加も出来る生涯スポーツです。</div>
<div>561 スポーツウエルネス吹矢②スポーツ・健康7/2</div> <div>(一社)日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 前川 幸輝 武内 淑子 前川 恵子</div> <div>第1・3日曜日/11:10～12:40(6回) 定員8名 受講料7,200円 材料費等/マウスピース550円、パイプクリーナー150円、矢(10本)2,900円</div> <div></div> <div>明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定や競技参加も出来る生涯スポーツです。</div>	<div>562 スポーツウエルネス吹矢③スポーツ・健康7/2</div> <div>(一社)日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 井雲 晴隆 五反田 重夫</div> <div>第1・3日曜日/13:20～14:50(6回) 定員8名 受講料7,200円 材料費等/マウスピース550円、パイプクリーナー150円、矢(10本)2,900円</div> <div></div> <div>明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定や競技参加も出来る生涯スポーツです。</div>	<div>563 スポーツウエルネス吹矢④スポーツ・健康7/2</div> <div>(一社)日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 井雲 晴隆 五反田 重夫</div> <div>第1・3日曜日/15:00～16:30(6回) 定員8名 受講料7,200円 材料費等/マウスピース550円、パイプクリーナー150円、矢(10本)2,900円</div> <div></div> <div>明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定や競技参加も出来る生涯スポーツです。</div>	<div>564 神戸の山から ゆっくり登って健康にスポーツ・健康7/13</div> <div>(公社)日本山岳ガイド協会認定ガイド 加藤 智二</div> <div>木曜日/13:00～14:30(3回) 定員15名 受講料6,900円 材料費等/館外実習交通費実費</div> <div></div> <div>長い人生、健康に過ごす為に必ず役に立つ山歩きの基本と楽しく歩くコツとポイントを身近な神戸の山を通じて学びます。館外実習は2回予定。交通費実費、館外実習は朝からになります。</div>	<div>565 須磨琴(一絃琴)伝統芸能7/10</div> <div>一絃須磨琴保存会会館 福羅 あけみ</div> <div>主に第2・4月曜日/13:00～17:00(5回) 定員15名 受講料7,500円 材料費等/琴の3,000円、教本1,400円(初回のみ)</div> <div></div> <div>須磨琴は、一枚の板の上に一本の絃を張っただけの極めて簡単な素朴な楽器です。初歩の方から曲目に合わせて練習していきます。13時～17時の間、少人数で約60分間練習します。</div>			
<div>1 ハッピーメロディ市民講座</div> <div>KOSMA 音楽愛好会 代表 中野 愛子</div> <div>第2・4水曜日/10:30～12:00(5回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/テキスト1,200円程度</div> <div></div> <div>「コロナの前は…」今や懐かしい思い出にひたりながら、顔をあげて、マスクをして、離れて歌う♪それでも楽しいノスタルジー。</div>	<div>2 ウクレレ教室市民講座</div> <div>MASA ウクレレ教室主宰 大原 昌邦</div> <div>第1・3木曜日/13:00～15:00(6回) 定員15名 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>新型コロナウイルスで大変な時代になりましたが、こんな時こそウクレレを楽しんでみませんか？見学・体験は随時受付中。お待ちしております。</div>	<div>3 川柳市民講座</div> <div>神戸川柳協会常任理事 長川 哲夫</div> <div>第2・4月曜日/13:30～15:00(5回) 定員12名 受講料5,000円 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>川柳は人間を詠みます。楽しい人は楽しい句を、今の心を素直に反映します。楽しい句作りに挑戦して下さい。お待ちしております。</div>	<div>4 こども英会話市民講座</div> <div>アメリカ人講師 コリンズ・ブルース</div> <div>土曜日/9:50～11:40(10回) 定員12名 受講料13,500円 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>初めてでもOK！経験豊かなアメリカ人講師と英語を楽しく学びましょう。小学生低学年と高学年の2クラス、各50分レッスンです。</div>	<div>5 フランス語(中級)市民講座</div> <div>神戸海星女子学院大学講師 筒井 ジョスリン</div> <div>水曜日/10:30～11:30 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>基本的なフランス語の日常会話を楽しく無理なく学びます。基礎のある程度勉強してきた方が対象です。</div>	<div>6 囲碁市民講座</div> <div>関西棋院 棋士 柏原 康人</div> <div>土曜日/13:00～17:00(春夏15回) 定員15名 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>生き甲斐ある老後を見つければ、囲碁は想像力と脳の働きを高めながら石と道がゲームです。解説や実践対局で楽しんでください。</div>	<div>7 バランス経絡体操市民講座</div> <div>バランス体操トレーナー 小泉 ゆかり 石川 裕子</div> <div>月曜日/14:00～15:30 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>身体ゆがみを矯正する体操です。全身のツボを刺激して、関節を解すような痛みや強ばりが軽減されます。お気軽にご参加下さい。</div>	<div>8 ヒップホップ市民講座</div> <div>フキジャズダンスカンパニー MINA</div> <div>土曜日/18:00～19:30(10回) 定員25名 詳細はお問い合わせください。</div> <div></div> <div>色々なジャンルの曲を使って振付をし、ダンスに必要な体の使い方や、体幹トレーニング、ストレッチ等をしっかりとっていきます。</div>

## 市民講座



市民講座のお問合せ、申込は  
須磨区文化センターへ  
直接ご連絡ください。  
詳細は講師より  
ご連絡いたします。

●各センター感染症対策をさせていただいておりますが、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。