

垂水区文化センター

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!

〒655-0893

神戸市垂水区日向1-5-1 レバンテ垂水2番館3F

お問合せ ☎078-708-8901

垂水区文化センター

垂水駅 徒歩5分

JR神戸線 垂水駅

山陽垂水駅

山陽電車

JR神戸線

垂水駅

山陽垂水駅

山陽電車

JR神戸線

垂水駅

山陽垂水駅

山陽電車

JR神戸線

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▶★
【ご自宅から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。】

おすすめ講座

美術・絵画

406 水彩画B※1

講師 愛彩画塾主宰 浦川 晚成

金曜日/15:10～17:00(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/モチーフ代500円

音楽

430 歌謡レッスンD

講師 日本クラウン 美山 京子

金曜日/15:10～17:00(10回)
定員18名 受講料11,000円
材料費等/—

古典芸能

443 謡曲入門

講師 重要無形文化財総合指定保持者 上田 大介

第2・4水曜日/16:00～17:00(5回)
定員20名 受講料4,500円
材料費等/プリント配布

料理

458 作りおきおかずで健康お弁当づくり

講師 料理研究家 北山 初美

第4火曜日/10:00～12:00(3回)
定員24名 受講料4,650円
材料費等/材料費3,000円

語学

469 フランス語会話(初級)

講師 垂水(フランス語)講師 ジャンフィリップ・ポルドリー

第4を除く土曜日/15:10～16:40(8回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/テキスト代4,180円(税込)

スポーツ・健康

487 ヨガ美体操 金曜・夜(女性のみ)

講師 ヘルシークワハラ 中桐 照子

金曜日/18:30～20:00(10回)
定員21名 受講料9,500円
材料費等/—

※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。

講座一覧

401 基礎からたのしく油絵

画家 吉村 宗浩

第1・3水曜日/10:00～12:00(5回)
定員22名 受講料6,500円
材料費等/モチーフ代1,000円

402 個性が光る絵画入門

画家 吉村 宗浩

第2・4水曜日/14:00～16:00(5回)
定員22名 受講料6,500円
材料費等/モチーフ代1,000円

403 デッサン教室

日展準会員、農鳥社 久米 伴香

火曜日/10:00～12:00(10回)
定員22名 受講料11,500円
材料費等/その他材料費初心者2,500円モチーフ代400円

404 日本画

日展準会員、農鳥社 久米 伴香

火曜日/13:00～15:00(8回)
定員15名 受講料9,200円
材料費等/モチーフ代700円初心者約10,000円

405 水彩画A※1

愛彩画塾主宰 浦川 晚成

金曜日/13:00～14:50(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/モチーフ代500円

406 水彩画B※1 おすすめ

愛彩画塾主宰 浦川 晚成

金曜日/15:10～17:00(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/モチーフ代500円

407 暮らしを描く水彩画

アトリエ工房主宰 小倉 恒子

火曜日/10:00～12:00(10回)
定員20名 受講料11,500円
材料費等/約6,000円(絵具・スケッチブック等ない人のみ)

408 水墨画を楽しもう

兵庫県書作家協会参与、他 福田 浪舟

第2・4水曜日/10:00～12:00(5回)
定員15名 受講料7,000円
材料費等/書道具一式約4,000円(初めての方)

409 季節を楽しむ彩画書A※2

彩画書認定講師 彩画書認定講師 井上 とよみ 池田 洋子

第1・3水曜日/13:30～14:50(5回)
定員30名 受講料6,000円
材料費等/2,500円材料費全5回分

410 季節を楽しむ彩画書B※2

彩画書認定講師 彩画書認定講師 井上 とよみ 池田 洋子

第1・3水曜日/15:20～16:40(5回)
定員30名 受講料6,000円
材料費等/2,500円材料費全5回分

411 書に親しむ

兵庫県書作家協会(参与) 福田 浪舟

水曜日/13:00～15:00(9回)
定員22名 受講料9,900円
材料費等/テキスト代約2,500円

412 ペン習字&筆ペン

日本書写技能検定協会 諫山 真澄

月曜日/13:00～15:00(10回)
定員28名 受講料11,000円
材料費等/—

413 木彫

黒ばら会 二曾 康子

金曜日/9:00～12:00(6回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/材料費2,200円(顔料)初心者13,500円

414 欧風木彫

木彫会 宮田 一子

第2・4水曜日/18:20～20:20(5回)
定員12名 受講料7,750円
材料費等/材料費1,500円彫刻刀代4,320円

416 パッチワークとカントリーキルトA※3

手工芸アドバイザー 金山 淳子

第1・3金曜日/9:30～11:00(5回)
定員20名 受講料4,750円
材料費等/初心者約3,400円程度

417 パッチワークとカントリーキルトB※3

手工芸アドバイザー 金山 淳子

第1・3金曜日/11:15～12:45(5回)
定員20名 受講料4,750円
材料費等/初心者約3,400円程度

418 モラ手芸とハワイアンキルト

手工芸アドバイザー 金山 淳子

第1・3金曜日/13:30～15:00(5回)
定員20名 受講料4,750円
材料費等/初心者約3,200円程度

419 コーンスターチクレイ・フラワー

恵ロイフラワー 山口 敬子

第1・3水曜日/13:00～15:00(5回)
定員16名 受講料6,000円
材料費等/材料費実費 初心者約4,900円

420 楽しい大正琴初級

新響流大正琴関西支部代表 玉木 淑美

第2・4木曜日/9:30～10:30(5回)
定員10名 受講料5,750円
材料費等/テキスト代他550円(税込)

421 楽しい大正琴中級

新響流大正琴関西支部代表 玉木 淑美

第2・4木曜日/10:40～12:00(5回)
定員10名 受講料5,750円
材料費等/テキスト代他550円(税込)

422 ウクレレ初級※4

K.今城ウクレレファミリー公認ウクレレ講師 内山 茂樹

水曜日/9:15～10:30(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/テキスト代1,760円(税込) プリント代300円

423 ウクレレ中級※4

K.今城ウクレレファミリー公認ウクレレ講師 内山 茂樹

水曜日/10:45～12:00(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/テキスト代2,400円(税込) プリント代300円

424 ピアノを弾こう♪大人のピアノ1

KOSMA音楽愛好会 斎藤 優衣

第2・4木曜日/18:45～19:45(5回)
定員3名 受講料11,000円
材料費等/実費

425 ピアノを弾こう♪大人のピアノ2

KOSMA音楽愛好会 斎藤 優衣

第2・4木曜日/19:50～20:50(5回)
定員3名 受講料11,000円
材料費等/実費

426 子供も♪大人も♪楽しいピアノ

KOSMA音楽愛好会 峯 慎吾

第2・4水曜日/19:20～20:40(5回)
定員4名 受講料11,000円
材料費等/実費

427 歌謡レッスンA※5

メディアジャパン 竹中 香世

第1・3火曜日/13:00～14:50(5回)
定員18名 受講料5,500円
材料費等/CD代1,200円実費(初めての方)

428 歌謡レッスンB※5

メディアジャパン 竹中 香世

第1・3火曜日/15:10～17:00(5回)
定員18名 受講料5,500円
材料費等/CD代1,200円実費(初めての方)

429 歌謡レッスンC

日本クラウン 美山 京子

金曜日/13:00～14:50(10回)
定員18名 受講料11,000円
材料費等/—

430 歌謡レッスンD おすすめ

日本クラウン 美山 京子

金曜日/15:10～17:00(10回)
定員18名 受講料11,000円
材料費等/—

431 歌謡レッスンE

日本クラウン 美山 京子

金曜日/18:20～20:10(10回)
定員15名 受講料11,000円
材料費等/—

432 愛Love夢をかたるシャンソン(入門)

元・宝塚歌劇団 ピアニスト 神奈 あい 徳田 雅崇

第2・4火曜日/15:15～16:45(5回)
定員18名 受講料7,000円
材料費等/楽譜代600円(2曲分)(3か月分)

●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。

※テキストの変更により、テキスト代がかわる場合があります。

受付日 /

受付者名

受付No.

63円切手をお貼りください。

6500031

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 垂水区文化センター

講座番号

講座名

フリガナ

氏名

住所 〒

年齢 (歳) 性別 男・女

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返函ください

キリトリ線

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)

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時間受付けております。
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は、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。

〈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。)

気象警報による休講について

講座開始時間	午前中	正午から	午後3時から	午後5時から
警報発表判断時点	午前8時	午前11時	午後1時	午後4時

それぞれの判断時点で兵庫県南部の神戸市に大雨、洪水、暴風、大雪及び津波などの気象警報(波浪・高潮警報は除く)が発表されている場合は休講とします。
各センターからは連絡しませんので、テレビ、ラジオ、インターネット等でご確認ください。

〈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〉

●納入期限までに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。(ネット振込み不可)

★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月末までは残回数をお分ししますが、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。

※テキストの変更により、テキスト代がかわる場合があります。

講座一覧

433 いきいき・ワクワク・歌えば楽し(午前)^{※6}音楽 元・宝塚歌劇団 ピアニスト 草苗 雅子 徳田 雅崇 7/6- 第3を除く木曜日/11:00~12:30(8回) 定員18名 受講料11,200円 材料費等/楽譜代1,000円(3か月分) 歌う事が楽しいと感じていただき、日本の歌の美しさや奥行き、世界名歌の心の広さを感じながら、一緒に楽しく唄いましょう。	434 いきいき・ワクワク・歌えば楽し(午後)^{※6}音楽 元・宝塚歌劇団 ピアニスト 草苗 雅子 徳田 雅崇 7/6- 第3を除く木曜日/13:00~14:30(8回) 定員18名 受講料11,200円 材料費等/楽譜代1,000円(3か月分)	435 みんなで歌うポップス～世界名歌まで音楽 元・宝塚歌劇団 ピアニスト 桐 さと美 徳田 雅崇 7/15- 第1・3土曜日/14:30~16:00(5回) 定員18名 受講料7,000円 材料費等/楽譜代800円 軽いストレッチの後の、発声練習をして、皆で日本抒情歌、映画音楽、シャンソン、ラテンなどをピアノ・生伴奏で楽しく歌います。	436 はずむ歌声リフレッシュ♪①^{※7}音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 後藤 美和子 森岡 美咲 7/1- 第1・3土曜日/9:10~10:40(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代1,100円(税込) 思ったように声が出ないけど、歌いたい!という方大歓迎です。楽しく歌いながら心も身体もリフレッシュしましょう。	437 はずむ歌声リフレッシュ♪②^{※7}音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 後藤 美和子 森岡 美咲 7/1- 第1・3土曜日/11:00~12:30(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代1,100円(税込)	438 懐メロをおしゃれに♪(月曜)^{※8}音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 重久 佳子 森岡 美咲 7/3- 第1・3月曜日/10:00~11:30(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/— 歌は世につれ、世は歌につれ。懐メロをみんなで楽しく歌いましょう。甘い思い出、酸っぱい思い出がおしゃれによみがえります。	439 懐メロをおしゃれに♪(火曜)^{※8}音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 重久 佳子 谷口 愛 7/11- 第2・4火曜日/13:00~14:30(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/—	
440 ピアノで歌おう♪ヒットソング音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 谷口 愛 峯 慎吾 7/12- 第2・4水曜日/17:30~19:00(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/— 歌謡曲や演歌、流行歌もクラシックタッチでリズムののって演奏すると豪華で聴き応えのあるピアノになります。	441 歌っていいとも!クラシック1^{※9}音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 高曲 伸和 富永 まりい 7/13- 第2・4水曜日/15:00~16:30(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代880円(税込) クラシックの歌も怖くない!オペラ歌手が歌唱技術を丁寧に指導いたします♪愛唱歌からクラシックまで楽しく歌おう!目指せ声美人♪	442 歌っていいとも!クラシック2^{※9}音楽 KOSMA音楽愛好会 助手 高曲 伸和 富永 まりい 7/13- 第2・4水曜日/17:00~18:30(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代880円(税込)	443 謡曲入門^{※9おすめ}古典芸能 重要無形文化財総合指定保持者 上田 大介 7/12- 第2・4水曜日/16:00~17:00(5回) 定員20名 受講料4,500円 材料費等/プリント配布 謡曲(能楽)は、感性豊かなものです。感受性を豊かに能楽の世界を習ってみませんか。入門では節をわかりやすく説明します。	444 謡曲初級古典芸能 重要無形文化財総合指定保持者 上田 大介 7/12- 第2・4水曜日/14:15~15:45(5回) 定員20名 受講料5,500円 材料費等/テキスト代2,500円(税込) 謡曲(能楽)は、感性豊かなものです。感受性を豊かに能楽の世界を習ってみませんか。初級では節をわかりやすく説明します。	445 謡曲中級古典芸能 重要無形文化財総合指定保持者 上田 大介 7/12- 第2・4水曜日/12:30~14:00(5回) 定員20名 受講料5,500円 材料費等/テキスト代2,500円(税込) 謡曲(能楽)は、感性豊かなものです。感受性を豊かに能楽の世界を習ってみませんか。中級では息の扱いなど、より高度な技術を習得します。	446 謡曲上級古典芸能 重要無形文化財総合指定保持者 上田 大介 7/12- 第2・4水曜日/10:00~11:30(5回) 定員20名 受講料6,750円 材料費等/テキスト代2,750円(税込) 謡曲(能楽)は、感性豊かなものです。上級では、情景などを理解した上で、息の扱いなど、より高度な技術を習得します。	447 須磨琴^{※9}古典芸能 一絃須磨琴保存会幹事 一絃須磨琴保存会 7/4- 火曜日/13:30~16:00(10回) 定員20名 受講料10,500円 材料費等/テキスト代他約4,400円 清雅な調べをもつ神戸の伝承芸能一絃須磨琴の演奏技法の手ほどきと基礎技術の習得。(琴はセンターで用意します。)
448 ゆっくり俳句(入門～経験)A^{※10}文学歴史 「ホトギス」同人、[九年母][円虹] 藤井 啓子 7/26- 第4水曜日/9:00~10:30(3回) 定員15名 受講料3,900円 材料費等/実費 俳句の初心者、経験者を問わない講座です。月に一度のゆっくりしたペースで進めてゆきます。のんびりと楽しみたい方向けです。	449 ゆっくり俳句(入門～経験)B^{※10}文学歴史 「ホトギス」同人、[九年母][円虹] 藤井 啓子 7/26- 第4水曜日/10:45~12:15(3回) 定員15名 受講料3,900円 材料費等/実費	450 はじめての俳句(入門)文学歴史 「ホトギス」同人、[九年母][円虹] 藤井 啓子 7/13- 第2・4水曜日/13:00~15:00(5回) 定員15名 受講料6,500円 材料費等/実費 俳句の初心者向けの講座です。五七五のリズムに乗せて四季の移ろいを詠んでみましょう。見るものが輝いてきますよ。	451 どんどん俳句(経験者)文学歴史 「ホトギス」同人、[九年母][円虹] 藤井 啓子 7/13- 第2・4水曜日/10:00~12:00(5回) 定員15名 受講料6,500円 材料費等/実費 俳句の経験者向けの講座です。どんどん俳句を詠んでさらに句会を楽しみましょう。なかなかの雰囲気な講座です。	452 おもしろ日本史Ⅵ(近世)文学歴史 前園田学園女子大学准教授 藤田 雅英 7/14- 第2・4金曜日/10:00~11:30(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代1,980円(税込) 歴史上の人物が立ち上がってくる!大河ドラマの見方変わる!自分らしく人生を歩む為にも日本の歴史を近世から学び直しませんか。	453 いけばな茶華道 本生流家元教授 本生流正教授 棚山 恵甫 鍵山 美貴甫 7/8- 第1を除く土曜日/10:00~12:00(8回) 定員18名 受講料8,800円 材料費等/材料費(全席分9,200円) 四季折々の草花を楽しんでいただき、いけばなの基本型から自由形まで、ていねいに指導します。	454 フラワーデザイン茶華道 ユウデザイン(マミフラワーデザイン) ユウデザイン 津田 智子 西澤 美穂 前川 順子 7/1- 第1・3土曜日/10:00~12:00(5回) 定員18名 受講料6,000円 材料費等/材料費12,000円(税込) 生花のアレンジメント等、基礎から学び自由に表現して楽しみましょう。講座内容は材料都合により変更になる場合があります。	455 季節の家庭料理料理 栄養士・料理研究家 栄養士・料理研究家 横田 久代 村越 みどり 7/14- 第2・4金曜日/10:00~12:00(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/材料費4,500円 旬の食材を使った和・洋・中の野菜たっぷり表現して楽しみましょう。講座内容は材料都合により変更になる場合があります。
456 男性のための簡単家庭料理料理 料理研究家 北山 初美 7/8- 第2土曜日/10:00~12:00(3回) 定員24名 受講料3,900円 材料費等/材料費2,400円 家庭での食事回数も増えたこの時期!!さあ皆さんも一歩路み出して厨房男子になりましょう。	457 男性のための酒の肴料理(男性のみ)料理 料理研究家 北山 初美 7/15- 第3土曜日/10:00~12:00(3回) 定員24名 受講料3,900円 材料費等/材料費2,400円 酒のあては塩辛くて野菜が少ない方も多いと思います。しっかり飲んで食べて健康的な肴を作りませんか?	458 作りおきおかずで健康お弁当づくり^{※9おすめ}料理 料理研究家 北山 初美 7/25- 第4火曜日/10:00~12:00(3回) 定員24名 受講料4,650円 材料費等/材料費3,000円 仕事をされていて料理の時間が取れない方、おかずがマンネリ化で悩まれている方にお勧め。作りおきおかずでレパートリー増やしましょう!!	459 おいしくなあれ!手作リパン教室料理 料理研究家 北山 初美 7/27- 第4水曜日/9:30~12:00(3回) 定員24名 受講料5,400円 材料費等/材料費2,400円 粉に触れることから、発酵・成形・焼き上げまでを体験し、パン作りの基礎から始めましょう。	460 英会話入門(金曜)語学 アメリカ人講師 ディーン ヨハンソン 7/7- 金曜日/13:00~14:30(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代2,992円(税込) Enjoy English!少々自信がなくても大丈夫です。中学生レベルの英語を基礎から始めます。楽しくおしゃべりしながら学びましょう!	461 やさしい英会話スターター語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/1- 土曜日/9:10~10:40(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代2,992円(税込) 英語が苦手な方も、楽しく簡単な英語から学べるコースです。英会話に自信がない方大歓迎!	462 やさしい英会話スターター2語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/1- 土曜日/13:00~14:30(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代2,992円(税込) 英会話が少し話せる方を対象に、楽しく日常英会話を学習します。テキストは初心者向け。	463 初級英会話(土曜・午前)語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/1- 土曜日/10:50~12:20(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代2,992円(税込) 初心者向けのコースです。リラックスして楽しく英会話を学びましょう。
464 楽しい英会話(金曜・午後)語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/7- 金曜日/15:00~16:30(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代2,992円(税込) 簡単な日常英会話を楽しく学ぶコースです。初心者の方、待ってます!!	465 初級英会話(金曜・夜)語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/7- 金曜日/18:30~20:00(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代2,893円(税込) 英会話が苦手な方も楽しくリラックスして学べるコースです。初心者大歓迎!!	466 楽しい英会話(火曜・夜)語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/4- 火曜日/18:30~20:00(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代3,135円(税込) 少し会話とリスニングができる方を対象に、日常英会話を学ぶコースです。ネイティブの日常英会話が自然に話せるように指導します。	467 実践英会話語学 英会話講師 ジーン K トヨサキ 7/4- 火曜日/10:00~11:30(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代3,135円(税込) 少し会話とリスニングができる方を対象に、日常英会話を学ぶコースです。ネイティブの日常英会話が自然に話せるように指導します。	468 フランス語会話(入門)語学 重水(フランス語)講師 ジャンフィリップ・ボルドリー 7/8- 第4を除く土曜日/13:30~15:00(8回) 定員15名 受講料11,200円 材料費等/テキスト代4,070円(税込) フランス語の基礎会話を簡単な文法とセットで学びます。楽しく確実に、すぐに役立つフランス語を身に付けましょう。	469 フランス語会話(初級)語学 重水(フランス語)講師 ジャンフィリップ・ボルドリー 7/8- 第4を除く土曜日/15:10~16:40(8回) 定員15名 受講料9,900円 材料費等/テキスト代4,180円(税込) 日常会話でよく使うフレーズを覚えて、会話の“キャッチボール”をめざしましょう。	470 かんたん中国語入門語学 中国語講師 于 亜 7/3- 月曜日/19:00~20:30(9回) 定員15名 受講料8,100円 材料費等/— 初心者でも楽しく話せるような中国語を学習します。日常生活や旅行会話が使えるように発音のコツや文法を徹底的に丁寧に指導します。	471 中国語 初級語学 中国語講師 于 亜 7/4- 火曜日/15:00~16:30(10回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/— 中国語会話がある程度慣れた人が対象です。伝統や文化にも触れてみます。
472 中国語 中級語学 中国語講師 曹 蘭 7/4- 火曜日/13:00~14:30(10回) 定員22名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代2,640円(税込) 中級の方を対象にしたコースです。正しい発音から基本文型、文法まで丁寧に指導。	473 韓国語 初級1語学 韓国語講師 金 在炫 7/6- 第3を除く木曜日/9:10~10:40(9回) 定員15名 受講料9,900円 材料費等/テキスト代1,320円(税込) 韓国語の学習歴1年程度の方が対象です。	474 韓国語 初級2語学 韓国語講師 金 在炫 7/6- 第3を除く木曜日/11:00~12:30(9回) 定員15名 受講料9,900円 材料費等/— 韓国語の学習歴2年程度の方が対象です。	475 韓国語 初級3語学 韓国語講師 金 在炫 7/6- 第3を除く木曜日/13:30~15:00(9回) 定員15名 受講料9,900円 材料費等/— 韓国語の学習歴3年程度の方が対象です。	476 韓国語 初級4語学 韓国語講師 金 在炫 7/4- 火曜日/13:30~15:00(10回) 定員15名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代1,540円(税込) 韓国語の学習歴4年程度の方または、同程度の韓国語の知識をお持ちの方を対象とした中級クラスです。	477 韓国語 中級語学 韓国語講師 金 在炫 7/6- 第3を除く木曜日/15:20~16:50(9回) 定員15名 受講料9,900円 材料費等/テキスト代2,750円(税込) 韓国語の学習歴4年程度の方または、同程度の韓国語の知識をお持ちの方を対象とした中級クラスです。	478 韓国語 応用語学 韓国語講師 金 在炫 7/4- 火曜日/15:20~16:50(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/テキスト代1,540円(税込) テキスト・動画・歌など様々な形で韓国語を学ぶクラスです。	479 実践写真教室その他 ハガハラ写真企画 萩原 正良 7/3- 第1・3月曜日/10:00~12:00(5回) 定員15名 受講料6,000円 材料費等/野外実習(交通費実費) 花鳥風月からスナップ・祭りの撮影方法を基礎から指導します。参加者のレベルに合わせて指導します。
480 気功スポーツ・健康 タイチクラブ 高橋 富美子 7/4- 火曜日/15:00~16:30(10回) 定員21名 受講料10,000円 材料費等/— 生命(いのち)を養う入門の気功です。“氣”のトレーニングにより、体のくろくろと集中力を養います。	481 ヨガ美療体操A(女性のみ)^{※11}スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 竹村 京子 7/3- 月曜日/13:00~14:30(10回) 定員27名 受講料9,500円 材料費等/— ヨガの基本的な体操法と呼吸法で内面からの健康美をつくりながらハッピーライフを目指します。	482 ヨガ美療体操B(女性のみ)^{※11}スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 高畑 恵美子 7/4- 火曜日/11:00~12:30(10回) 定員27名 受講料9,500円 材料費等/— 年齢・運動歴にかかわらず無理なくヨガの体操法・呼吸法で楽しく健康づくりをしていきます。	483 ヨガ美療体操C(女性のみ)^{※11}スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 藤本 久美子 7/5- 水曜日/11:00~12:30(10回) 定員27名 受講料9,500円 材料費等/— ヨガの運動法、呼吸法で体の歪みを取りさり、筋肉、骨、関節の若返りを図る事により、腰痛・肩こり・冷え症等を緩和します。	484 整体ヨガ(女性のみ)スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 嶋津 清江 7/5- 水曜日/15:00~16:30(10回) 定員21名 受講料9,500円 材料費等/— 体の歪みや偏りの調整に効果的なヨガの体操と整体法の美技。体のしくみを学ぶことで元気な心と体の維持を目指します。	485 熟年ヨガ美療体操(女性のみ)スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 高畑 恵美子 7/5- 水曜日/13:00~14:30(10回) 定員21名 受講料9,500円 材料費等/— 年齢・運動歴にかかわらず無理なくヨガの体操法・呼吸法で楽しく健康づくりをしていきます。	486 ヨガ美療体操水曜・夜(女性のみ)スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 禿子 まさ美 7/5- 水曜日/19:00~20:30(10回) 定員21名 受講料9,500円 材料費等/— ストレスや運動不足による腰痛・肩こりなどの体の不調改善を目指します。	487 ヨガ美療体操 金曜・夜(女性のみ)^{※9おすめ}スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 中桐 照子 7/7- 金曜日/18:30~20:00(10回) 定員21名 受講料9,500円 材料費等/— ヨガの基本的な体操法と呼吸法で内面からの健康美をつくりながらハッピーライフをめざします。
488 正しい姿勢と歩き方スポーツ・健康 正しい姿勢と歩き方インストラクター 朝比奈 優 7/3- 月曜日/15:00~16:30(10回) 定員21名 受講料10,000円 材料費等/— 歪みやねじれを改善し、正しい姿勢と歩き方を身につけることで健康で美しい身体作りを目指します。腰痛やO脚の改善にも役立ちます。	489 視力向上ヨガ～アイヨガスポーツ・健康 視力向上ヨガインストラクター 朝比奈 優 7/6- 第1木曜日/10:00~11:30(3回) 定員21名 受講料3,750円 材料費等/— 眼球運動と眼に栄養を送るヨガポーズを組合わせたアイヨガ。ドライアイ、乱視、老眼、眼精疲労等の症状改善に役立ちます。	490 バランス経絡体操(火曜)^{※12}スポーツ・健康 (南)グリーハウス (南)グリーハウス 池戸 祥子 中野 直美 7/4- 火曜日/9:00~10:30(10回) 定員21名 受講料9,500円 材料費等/— 体のバランスを整えると、様々な痛みや歪みが自然に改善してきます。年齢や疾患に関係なく誰でも参加できます。	491 バランス経絡体操(水曜)^{※12}スポーツ・健康 (南)グリーハウス (南)グリーハウス 池戸 祥子 中野 直美 7/5- 水曜日/9:00~10:30(10回) 定員21名 受講料9,500円 材料費等/— 体のバランスを整えると、様々な痛みや歪みが自然に改善してきます。年齢や疾患に関係なく誰でも参加できます。	492 社交ダンス初級舞踏 ソシエテエリカ 助手 松下 ひろし 松下 奈緒美 7/6- 第3を除く木曜日/13:00~14:30(8回) 定員24名 受講料10,800円 材料費等/— ダンスの基礎となるベーシックから始めて楽しく踊れるようになります。初めての方からダンス歴3年程の方までが対象です。男性・初心者歓迎。	493 社交ダンス中級舞踏 ソシエテエリカ 助手 松下 ひろし 松下 奈緒美 7/6- 第3を除く木曜日/15:00~16:30(8回) 定員24名 受講料10,800円 材料費等/— 流行のステップも取り入れレベルアップしましょう。リズムに合わせて基礎からバリエーションまで。ダンス歴3年以上の方が対象です。	494 女性のための健康麻雀(入門)その他 健康麻雀協会レッスンプロ 徳川 孔明 7/12- 第2・4水曜日/9:30~11:30(5回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,000円(お持ちでない方) 近年麻雀は非常に盛んに良いとされています。又、コミュニケーションのツールとしても非常に優れた側面を持ち、楽しく遊びながら学べます。	495 女性のための健康麻雀(経験者・初級)その他 健康麻雀協会レッスンプロ 田中 大介 7/5- 第1・3水曜日/9:30~11:30(5回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代1,000円(お持ちでない方) 麻雀は少し知っているけど、そんなあなたにうってつけの講座です。当センターの入門講座を受講された方又は同程度の麻雀の基礎を学ばれた方が対象です。

●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。

※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。

※テキストの変更により、テキスト代がかわる場合があります。