

須磨区文化センター

7月開講

2024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/

HPからお申し込みの方・須磨区文化センター・北須磨文化センターにてメールアドレスをご登録の方のみクレジットでのお支払いが可能です。SMBC マルチペイメントサービスのアドレス (system@p01.smbc-gp.co.jp) からお支払いのご案内メールをお送りしますのでそちらからお手続きをお願いいたします。

※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。

★キャッシュレス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。】

HPからお申し込みの方・須磨区文化センター・北須磨文化センターにてメールアドレスをご登録の方のみクレジットでのお支払いが可能です。SMBC マルチペイメントサービスのアドレス (system@p01.smbc-gp.co.jp) からお支払いのご案内メールをお送りしますのでそちらからお手続きをお願いいたします。

※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

511 小中学生の書道

講師 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

文学歴史

531 こどもの心に届く読み聞かせ教室

講師 NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師 野口 明子 他

月曜日/10:00～11:30(3回) 定員/12名 受講料/4,800円 材料費等/ー

スポーツ・健康

548 健康体操

講師 ヘルシークワハラ 中桐 照子

月曜日/10:00～11:30(7回) 定員/10名 受講料/11,200円 材料費等/ー

スポーツ・健康

559 スポーツウエルネス吹矢①

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 前川 幸輝 武内 淑子 五反田 重夫

第1・3日曜日/9:30～11:00(6回) 定員/8名 受講料/7,680円 材料費等/マウスピース550円、クリーナー/矢3,150円

講座一覧

501 人物画

日本美術家連盟会員/神戸芸術文化会議員 示現会会員 服部 淳子

第1・3日曜日/10:00～15:00(5回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/モデル代等5,000円程度

毎回、モデルを見て描きます。油絵が主ですが材料・大きさ等は自由です。気楽に描いてください。モデルは二日間ずつ代わります。

502 気軽に楽しい絵画教室

洋画家・アトリエココベリ主宰 磯野 和美

木曜日/14:00～16:00(10回) 定員12名 受講料16,000円 材料費等/モチーフ代等2,000円

水彩画、油絵、色鉛筆、パステルなど好きな画材で!個性を生かして基礎から丁寧に指導します。置き物、花、野菜、人物、風景など一緒に楽しく描きましょう!初心者の方大歓迎です。

503 楽しい絵手紙

洋画家・アトリエココベリ主宰 磯野 和美

第2・4水曜日/13:30～15:30(5回) 定員10名 受講料8,000円 材料費等/モチーフ代等500円

描いて楽しく、もらって嬉しい絵手紙。上手に描く事より自分らしさを相手に伝えるのが一番!一緒に楽しい時間を過ごしましょう!

504 パステル画

神戸パステル画会 小林 淳子

金曜日/10:00～12:00(10回) 定員17名 受講料16,000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

画家 中西 一郎

水曜日/14:00～16:00(10回) 定員15名 受講料12,800円 材料費等/ー

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

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6,900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

未来スクールあり主宰 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)

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13,900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)

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13,900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、現代的な漢字かな交じり文、儀礼の表書き、手紙文など学びます。初心者歓迎です。

510 うつくしいペン字

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12名 受講料16,000円 材料費等/テキストとノート代1,500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

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いたします。

512 金曜陶芸

丹波焼 市野 元祥

金曜日/10:00～12:00(10回) 定員20名 受講料17,500円 材料費等/釉薬代1,000円、粘土代実費150～250円/kg

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

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8,750円 材料費等/釉薬代500円、粘土代実費約200円/kg

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

陶芸家 手島 英則

木曜日/10:00～12:00(10回) 定員18名 受講料17,500円 材料費等/釉薬代2,000円程度、粘土代150～250円/kg

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。※別途粘土代が必要です。

515 日曜陶芸①

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8,750円 材料費等/釉薬代1,000円程度、粘土代150～250円/kg

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。※別途粘土代が必要です。

516 日曜陶芸②

陶芸家 手島 英則

第2・4日曜日/13:00～15:00(5回) 定員15名 受講料8,750円 材料費等/釉薬代1,000円程度、粘土代150～250円/kg

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。※別途粘土代が必要です。

517 ステンドグラス

ガラス工芸家 則武 英彦

日曜日/9:30～12:00(9回) 定員15名 受講料16,200円 材料費等/工具材料費約30,000円(初心者対象)

色ガラスが織りなす様々な光のアート。幾つもの工程を経て作品ができあがります。ゆっくりとマイペースで楽しんでください。

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 2024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

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

切手をお貼りください。

※ハガキでのお申し込みは5月30日(木)消印有効となります。

神戸市中央区東町115番地
中央区文化センター内10階
(公財) 神戸市民文化振興財団
講座係

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)

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
6月2日 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。
5月30日 消印有効

申込み締切日

6月2日(日)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

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

●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ください。(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欠の方がお待ちくださいますので文化センターまで必ずご連絡ください。
★キャッシュレス決済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を按分しますが、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。開講後、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月未満前引上げで返金いたします。但しいずれも退講日から1か月以内に指定された書類を提出して頂いた場合のみ返金。

材料費の返金

●発注後の材料費の返金はいたしません。

※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。

講座一覧

518

暮らしを彩る木彫り

工芸講座

木家会講師
太田 清美

7/4

木曜日/10:00~12:00(9回)
定員15名 受講料12,510円
材料費等/各自実費



欧風建築にあるデザインを使ったレリーフ、小物装具や人形(立体)を作ります。刃物を扱う緊張感、無心の時間が流れます。

519

いつも青春♪うきうきソング

音楽

KOSMA音楽愛好会
高曲 伸和 白石 千尋

7/2

第1・3火曜日/10:30~12:00(5回)
定員15名 受講料9,000円
材料費等/ー



歌うって本当に気持ちいい! 昭和の流行歌を楽しみ仲間と一緒に歌いませんか? 初心者も大歓迎! 歌好きな皆様をお待ちしています!

520

英語でPoPs!

音楽

英会話講師
古津 玲子

7/3

第1・3水曜日/15:15~16:45(5回)
定員22名 受講料8,000円
材料費等/ー



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。譜面が読めなくてもOK。

521

木曜ピアノ教室①

音楽

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

7/4

第1・3水曜日/9:00~12:00(5回)
定員6名 受講料16,200円
材料費等/ー



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)

522

木曜ピアノ教室②

音楽

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

7/11

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/ー



ピアノ弾いてみたいけど練習が苦手...の方も大丈夫! 毎週生徒さんごに寄り添った笑顔あふれるレッスンです。是非一緒に!

523

金曜ピアノ教室①

音楽

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

7/5

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/ー



楽譜が読めなくても大丈夫! 楽しく自分のペースでピアノレッスン始めてみましょう! さあお洒落な時間を一緒に過ごしませんか?

524

金曜ピアノ教室②

音楽

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

7/12

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/ー



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! にリフレッシュ! (一人30分の個人レッスン)

525

金曜癒しのピアノ

音楽

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

7/5

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/ー



ついに午後のピアノ教室開講です。お好きな時間に2回にのらくらレッスン(お子様~大人対象)はじめてよう笑顔! はじめよう楽しいレッスン! (一人30分の個人レッスン)

526

ドラム教室①

音楽

ドラム奏者
古田 雄士

7/7

日曜日/9:30~11:00(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! 初めての方でも大丈夫です。

527

ドラム教室②

音楽

ドラム奏者
古田 雄士

7/7

日曜日/11:10~12:40(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! 初めての方でも大丈夫です。

528

ドラム教室③

音楽

ドラム奏者
古田 雄士

7/7

日曜日/13:30~15:00(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! 初めての方でも大丈夫です。

529

ドラム教室④

音楽

ドラム奏者
古田 雄士

7/7

日曜日/15:10~16:40(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! 初めての方でも大丈夫です。

530

謡曲・仕舞

古典芸能

観世流能楽師 日本能楽会会員
(団) 重要無形文化財総合指定保持者
笠田 昭雄

7/3

水曜日/10:00~12:00(9回)
定員15名 受講料13,410円
材料費等/テキスト代2,100円~ 履片5,900円~



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。

531

こどもの心に届く読み聞かせ教室

文学歴史

NPO法人「絵本で子育て」センター
絵本講師
野口 明子 他

7/8

月曜日/10:00~11:30(3回)
定員12名 受講料4,800円
材料費等/ー



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。

532

生け花

茶華道

華道家元池坊 華督
竹中 一永

7/11

第2・4木曜日/14:00~16:00(6回)
定員15名 受講料8,520円
材料費等/花代6,600円程度



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。

533

茶道①

茶華道

裏千家教授
多田 宗智

7/6

土曜日/13:00~14:55(10回)
定員12名 受講料12,800円
材料費等/抹茶菓子代等3,500円程度



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。(茶運び)は初めての方、初級程度の方におすすめです。

534

茶道②

茶華道

裏千家教授
多田 宗智

7/6

土曜日/15:05~17:00(10回)
定員12名 受講料12,800円
材料費等/抹茶菓子代等3,500円程度



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。

535

英会話(初級)

語学

英会話講師
古津 玲子

7/9

火曜日/13:15~14:15(9回)
定員10名 受講料13,410円
材料費等/テキスト3,042円(税込)



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に台詞で話す練習をしてみましょう。

536

英会話(中級)

語学

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

7/5

金曜日/15:00~16:30(9回)
定員10名 受講料13,950円
材料費等/ー



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。

537

中国語会話(初級)

語学

神戸海星女子学院大学非常勤講師
坂口 文馨

7/6

土曜日/14:40~16:10(9回)
定員10名 受講料14,400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。

538

中国語会話(中級)

語学

神戸海星女子学院大学非常勤講師
坂口 文馨

7/6

土曜日/13:00~14:30(9回)
定員10名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,400円(税別)



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。

539

やさしい韓国語

語学

神戸学院大学非常勤講師(朝鮮語)
魯 惠英(ノヘヨン)

7/5

金曜日/13:00~14:30(9回)
定員12名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,300円(税別)



文字の読み書きと基礎文法を学んだ方にお勧めです。日常会話でよく用いられる表現を中心に実践的な会話ができる文型を学んでいきます。

540

レベルアップ韓国語

語学

神戸学院大学非常勤講師(朝鮮語)
魯 惠英(ノヘヨン)

7/5

金曜日/14:40~16:10(9回)
定員12名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,500円(税別)



話す、聞き取る能力を高めた方にお勧め! 韓国語を2年近く学び、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。

541

スペイン語(初級)

語学

スペイン語講師
福田 ルーツ

7/5

金曜日/9:30~11:00(9回)
定員10名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,200円(税別)



基礎学力を楽しく身に付けて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。

542

楽しい社交ダンス

舞踊

兵庫県社交ダンス教師協会・理事
ダンス・スタジオ・プラットフォーム・指導
笠矢 佐智恵

7/5

金曜日/10:00~11:30(10回)
定員15名 受講料14,900円
材料費等/ー



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、おさそい合のうえ、楽しく踊れるよう、是非ご参加ください。

543

楽楽ヨーガ

スポーツ健康

(社) 日本ヨーガ療法学会認定 ヨガ療法士
インド中央協会認定(VYASA) 公認教師
小島 輝美

7/6

土曜日/10:30~12:00(9回)
定員12名 受講料14,400円
材料費等/ー



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。

544

女性のためのヨガ

スポーツ健康

全米ヨガアライアンス認定 RYT200
五百尾 ひろみ

7/2

火曜日/18:30~20:00(10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等/ー



ヨガの呼吸法を取り入れ、身体は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。

545

ヨガ健康体操①

スポーツ健康

ヘルシーワークハラ
中桐 照子

7/3

水曜日/9:15~10:30(10回)
定員15名 受講料13,900円
材料費等/ー



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しょう。

546

ヨガ健康体操②

スポーツ健康

ヘルシーワークハラ
中桐 照子

7/3

水曜日/10:45~12:00(10回)
定員15名 受講料13,900円
材料費等/ー



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しょう。

547

氣功太極拳

スポーツ健康

ヘルシーワークハラ
中桐 照子

7/6

土曜日/10:00~11:30(10回)
定員15名 受講料16,000円
材料費等/ー



ゆったり無理なく動かす生体スポーツ。気・血の流れを良くし、心と体の調和をはかります。

548

健康体操

スポーツ健康

ヘルシーワークハラ
中桐 照子

7/1

月曜日/10:00~11:30(7回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/ー



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。

549

太極拳入門

スポーツ健康

日本武術太極拳連盟 公認指導員
福光 知子

7/3

水曜日/13:00~14:10(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/ー



24式太極拳が一番普及している太極拳です。今週、入門編の講座を設け、初心者からでも学んでいただけるようになりました。

550

太極拳中級

スポーツ健康

日本武術太極拳連盟 公認指導員
福光 知子

7/3

水曜日/14:15~15:45(10回)
定員20名 受講料11,000円
材料費等/ー



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になります。飛躍した体操にもなります。心も身体も柔軟にゆるんであげてあげていきます。

551

32式剣 太極剣(たいぎょくつるぎ)

スポーツ健康

日本武術太極拳連盟 公認指導員
福光 知子

7/3

水曜日/16:00~17:00(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/ー



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。

552

ジュニア空手①(概ね3歳~小2)

スポーツ健康

神戸空手道連盟大成塾 代表
棚田 健司 他

7/4

日曜日/9:30~10:30(9回)
定員25名 受講料10,800円
材料費等/サポーター3,500円、空手衣不要



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、強く速く、礼儀正しい成長を育みます。

553

ジュニア空手②(概ね小3~中学生)

スポーツ健康

神戸空手道連盟大成塾 代表
棚田 健司 他

7/4

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3,500円、空手衣不要



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、強く速く、礼儀正しい成長を育みます。

554

シニア空手(概ね50歳以上)

スポーツ健康

神戸空手道連盟大成塾 代表
棚田 健司 他

7/4

日曜日/10:40~12:00(9回)
定員10名 受講料13,410円
材料費等/サポーター5,000円、空手衣不要



空手の稽古は全身をバランスよく動かす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」と同室での練習になります。

555

リズム&ストレッチ

スポーツ健康

フキジャズダンスカンパニー
薫 ゆみこ

7/2

火曜日/10:00~11:30(8回)
定員15名 受講料12,800円
材料費等/ー



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。

556

チャイルドジャズダンス①(3歳~小1)

スポーツ健康

フキジャズダンスカンパニー
MAKIKO

7/6

土曜日/13:00~14:15(9回)
定員25名 受講料10,800円
材料費等/ー



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。

557

チャイルドジャズダンス②(小2~小4)

スポーツ健康

フキジャズダンスカンパニー
MAKIKO

7/6

土曜日/14:20~15:35(9回)
定員25名 受講料10,800円
材料費等/ー



色々なステップにチャレンジ出来るクラスです。様々な音楽に合わせて楽しくダンスをしましょう。

558

チャイルドジャズダンス③(小5~小6)

スポーツ健康

フキジャズダンスカンパニー
MAKIKO

7/6

土曜日/15:40~16:55(9回)
定員25名 受講料10,800円
材料費等/ー



小中学生高学年以上の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。

559

スポーツツエルネス 吹矢①

スポーツ健康

(一社) 日本スポーツツエルネス吹矢協会
上級公認指導員
前川 幸輝 武内 淑子 五反田 重夫

7/7

第1・3日曜日/9:30~11:00(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース550円、クリナー/3,150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。

560

スポーツツエルネス 吹矢②

スポーツ健康

(一社) 日本スポーツツエルネス吹矢協会
上級公認指導員
前川 幸輝 武内 淑子 五反田 重夫

7/7

第1・3日曜日/11:10~12:40(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース550円、クリナー/3,150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。

561

スポーツツエルネス 吹矢③

スポーツ健康

(一社) 日本スポーツツエルネス吹矢協会
上級公認指導員
前川 恵子 他

7/7

第1・3日曜日/13:20~14:50(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース550円、クリナー/3,150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。

562

スポーツツエルネス 吹矢④

スポーツ健康

(一社) 日本スポーツツエルネス吹矢協会
上級公認指導員
前川 恵子 他

7/7

第1・3日曜日/15:00~16:30(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース550円、クリナー/3,150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。

563

神戸の山から 神戸の山から健康に 神戸の山から健康に

スポーツ健康

(公社) 日本山岳ガイド協会認定ガイド
加藤 智二

7/11

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



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。<館外実習について>2回が館外実習です。(交通費実費) 館外実習は朝からになります。初心者大歓迎!

564

須磨琴(一絃琴)

伝統芸能

一絃須磨琴保存会師範
福羅 あけみ

7/8

主に第2・4日曜日/13:00~17:00(5回)
定員15名 受講料8,000円
材料費等/琴の爪3,000円、教本1,400円(初回のみ)



須磨琴は、一枚の板の上に一本の弦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。13:00~17:00の間、少人数で約60分間練習します。初心者大歓迎!

7

ハッピーメロディ♪歌って健康

随時講座

KOSMA音楽愛好会
中野 愛子

7/10

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/ー



初心者も自信のない方も安心して歌えます。お子様同様に大歓迎! 歌うことで表情が豊かになります。

8

水曜ピアノ教室~個人レッスン

随時講座

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

7/3

第1・3水曜日/9:00~12:00(5回)
定員6名 受講料16,200円
材料費等/ー



楽譜が読めなくても大丈夫! 初めての方、お子様、シニアの方も大歓迎! 一人1人30分の個人レッスンです。

9

音楽で心も体も健康に♪

随時講座

兵庫県認定音楽療法士 ホリスティック医学協会認定療法士 プロミュージシャン
Jesse ジョシ

7/11

第2・4水曜日/10:00~11:30(5回)
定員12名 受講料7,000円
材料費等/ー



懐かしい歌謡曲・季節の歌・洋楽などを歌いましょう! そして椅子に座って無理なく、体操・リラクゼーション・ツボマッサージなど音楽療法士が楽しく指導します。

10

水曜ジュニア/シニア空手 ジュニアI

随時講座

神戸空手道連盟大成塾師範
道山 一成

7/10

水曜日/17:30~18:30(9回)
定員15名 受講料10,800円
材料費等/サポーター3,500円(任意)、空手衣不要



全身をバランスよく鍛え、礼儀正しく強く速く、礼儀正しい成長を育みます。保護者の皆様も大歓迎です。

11

水曜ジュニア/シニア空手 ジュニアII

随時講座

神戸空手道連盟大成塾師範
道山 一成

7/10

水曜日/18:35~19:35(9回)
定員15名 受講料10,800円
材料費等/サポーター3,500円(任意)、空手衣不要



全身をバランスよく鍛え、礼儀正しく強く速く、礼儀正しい成長を育みます。保護者の皆様も大歓迎です。

12

水曜ジュニア/シニア空手 一般・シニア

随時講座

神戸空手道連盟大成塾師範
道山 一成

7/10

水曜日/19:40~20:40(9回)
定員10名 受講料13,410円
材料費等/サポーター5,000円(任意)、空手衣不要



空手の稽古は全身をバランスよく動かす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。

市民講座

1

ウクレレ教室

市民講座

MASAウクレレ教室主宰
大原 昌邦

7/11

第1・3木曜日/13:00~15:00(6回)
定員15名
詳細はお問合せください。



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。

2

川柳

市民講座

神戸川柳協会常任理事
長川 哲夫

7/8

第2・4火曜日/13:30~15:00(5回)
定員12名 受講料5,000円
詳細はお問合せください。



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。

3

こども英会話

市民講座

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

7/6

土曜日/9:50~11:40(10回)
定員6名 受講料13,500円
詳細はお問合せください。



初めてでもOK! 経験豊富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。

4

フランス語(中級)

市民講座

神戸海星女子学院大学講師
筒井 ジョスリン

7/3

水曜日/10:30~11:30
詳細はお問合せください。



基本的なフランス語の日常会話を楽しむ無理なく学びます。基礎のある程度勉強してきた方が対象です。

5

囲碁

市民講座

須磨囲碁同好会代表
野田 武士

7/13

土曜日/13:00~17:00(春夏15回)
定員15名
詳細はお問合せください。



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鍛えながら石と遊ぶゲームです。解説や実践対局で楽しんでください。

6

バランス経路体操

市民講座

バランス体操トレーナー
小泉 ゆかり 石川 裕子

7/1

月曜日/14:00~15:30
詳細はお問合せください。



身体の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痺れが軽減されます。お気軽にご参加下さい。

7

ヒップホップ

市民講座

フキジャズダンスカンパニー
MINA

7/6

土曜日/18:00~19:30(10回)
定員25名
詳細はお問合せください。



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を、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。