

須磨区文化センター 10月開講

2024年秋講座 受講生募集!!

8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

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

【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。】

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。そのため冬講座のお申込みは**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 502 気軽に楽しい絵画教室

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楽しく指導します。初心者の方大歓迎!

講師 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

音楽 519 いつも青春 うきうきソング

歌うって本当に気持ち良い♪昭和の流行歌を仲間と楽しく歌いませんか? 初心者大歓迎! 好きな皆様をお待ちしています♪

講師 KOSMA音楽愛好会 高曲 伸和 白石 千尋

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/-

古典芸能 530 謡曲・仕舞

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。初心者の方は先ずはご見学ください。

講師 観世流能楽師 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

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~ 履代5,900円~

茶華道 532 生け花

花の自然の姿、造形の面白さを表現し楽しめます。四季折々の華花と一緒に活けて飾りましょう。先ずは体験にお越しください。

講師 華道家元池坊 華督 竹中 一永

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 (3ヵ月)

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年秋講座 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	-		

POST CARD

650-0031

切手を貼ってください。

ハガキでの申込締切
8月26日(月)消印有効
※締め切り以降は直接センターへお問い合わせ下さい。

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

秋講座募集のご案内

申し込み方法 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
9月1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。
8月26日 消印有効

申込み締切日 9月1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

個人情報の取扱について 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、10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いたします。)

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
警報発表時刻	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、9月20日までにコンビニまたは郵便局でお支払ください。
- ※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料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。
- ★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。10月末日までは残回数按分しますが、11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、残額を按分して10日未満引上げ返金いたします。但しいずれも退講日から1ヵ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〉

- ※返後の材料費の返金はいたしません。**

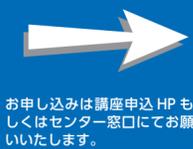
定例講座

お申し込みは講座申込HPもしくはセンター窓口にてお願いいたします。

<p>501 人物画 美術・絵画 10/6~</p> <p>神戸芸術文化会議会員 示現会員 服部 淳子</p> <p>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</p> <p>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。</p>	<p>502 気軽に楽しい絵画教室 美術・絵画 10/3~</p> <p>洋画家・アトリエココペリ主宰 磯野 和美</p> <p>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</p> <p>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楽しく指導します。初心者の方大歓迎!</p>	<p>503 楽しい絵手紙 美術・絵画 10/9~</p> <p>洋画家・アトリエココペリ主宰 磯野 和美</p> <p>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</p> <p>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伝えるのが一番!一緒に楽しい時間を過ごしましょう!</p>	<p>504 パステル画 美術・絵画 10/11~</p> <p>神戸パステル画会 小林 淳子</p> <p>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)</p> <p>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。</p>	<p>505 絵画サークル 美術・絵画 10/2~</p> <p>画家 中西 一郎</p> <p>水曜日/14:00~16:00 (10回) 定員15名 受講料12,800円 材料費等/-</p> <p>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!</p>	
<p>506 色鉛筆で描く海洋画 美術・絵画 10/12~</p> <p>海洋画家 高橋 健一</p> <p>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</p> <p>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。</p>	<p>507 こどもは誰でもピカソ こども絵画造形教室 美術・絵画 10/13~</p> <p>未来スクールありす主宰 坂田 ありす 石野 寛幸</p> <p>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</p> <p>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。</p>	<p>508 毛筆太字 (初級・中級) 書道 10/1~</p> <p>兵庫県書作家協会 中西 浩暘</p> <p>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</p> <p>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。</p>	<p>509 毛筆細字 (初級・中級) 書道 10/1~</p> <p>兵庫県書作家協会 中西 浩暘</p> <p>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</p> <p>かなと実用書を中心に学びます。伝統的な、現代的な漢字な交じり文、儀礼の表書き、手紙文など学びます。初心者歓迎です。</p>	<p>510 うつくしいペン字 書道 10/24~</p> <p>兵庫県書作家協会 左右津 安輝子</p> <p>木曜日/14:00~16:00 (9回) 定員12名 受講料14,400円 材料費等/テキストとノート代1,500円</p> <p>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。</p>	<p>511 小中学生の書道 書道 10/5~</p> <p>兵庫県書作家協会 左右津 安輝子</p> <p>土曜日/14:00~16:00 (9回) 定員15名 受講料13,500円 材料費等/テキスト代1,000円 書道誌代1,800円</p> <p>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。</p>
<p>512 金曜陶芸 工(伊)芸 10/4~</p> <p>丹波焼 市野 元祥</p> <p>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</p> <p>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。</p>	<p>513 陶芸の加飾・技法 工(伊)芸 10/26~</p> <p>丹波焼 市野 元祥</p> <p>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</p> <p>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。</p>	<p>514 木曜陶芸 工(伊)芸 10/3~</p> <p>陶芸家 手島 英則</p> <p>木曜日/10:00~12:00 (10回) 定員20名 受講料17,500円 材料費等/釉薬代2,000円、粘土代150~250円/kg</p> <p>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。</p>	<p>515 日曜陶芸① 工(伊)芸 10/13~</p> <p>陶芸家 手島 英則</p> <p>第2・4日曜日/10:00~12:00 (5回) 定員20名 受講料8,750円 材料費等/釉薬代1,000円、粘土代150~250円/kg</p> <p>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。</p>	<p>516 日曜陶芸② 工(伊)芸 10/13~</p> <p>陶芸家 手島 英則</p> <p>第2・4日曜日/13:00~15:00 (5回) 定員20名 受講料8,750円 材料費等/釉薬代1,000円、粘土代150~250円/kg</p> <p>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。</p>	<p>517 ステンドグラス 工(伊)芸 10/6~</p> <p>ガラス工芸家 則武 英彦</p> <p>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32,000円(初心者のみ)</p> <p>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。</p>

※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。

定例講座



お申し込みは講座申込 HP もしくはセンター窓口にてお願いいたします。

518 暮らしを彩る木彫り 工芸 10/3

木彫り講師 太田 清美

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



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

519 いつも青春♪うきうきソング 音楽 10/1

KOSMA音楽愛好会 高曲 伸和 白石 千尋

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



歌って本当に気持ちいい♪昭和の流行歌を仲間と楽しく歌いませんか?初心者大歓迎! 好きな歌をお待ちしています。

520 英語でPoPs! 音楽 10/2

英会話講師 古津 玲子 宮崎 恭子

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/—



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 10/3

元ヤマハシステム講師 福島 美幸

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/—



朝の気持ちいい時間に個人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びます。

522 木曜ピアノ教室② 音楽 10/10

元ヤマハシステム講師 福島 美幸

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/—



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 10/4

元ヤマハシステム講師 福島 美幸

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/—



楽譜が読めなくても大丈夫! 自分のペースでピアノレッスン始めてみましょう! お酒落ながら一緒に過ごしませんか?

524 金曜ピアノ教室② 音楽 10/11

元ヤマハシステム講師 福島 美幸

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/—



脳トレになるピアノ! おしゃべりしながらの楽しい個人レッスンです! 朝の30分を自分時間にリフレッシュ! 初心者大歓迎!

525 金曜恵しのピアノ 音楽 10/4

元ヤマハシステム講師 福島 美幸

第1・3金曜日/13:00~17:00 (5回) 定員15名 受講料16,200円 材料費等/—



午後のプライベートレッスン。月2回、お好きな時間に30分! お子様から大人まで、始めよう笑顔で楽しいピアノレッスン!

526 ドラム教室① 音楽 10/20

ドラム奏者 古田 雄士

日曜日/9:30~11:00 (6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等/—



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 10/20

ドラム奏者 古田 雄士

日曜日/11:10~12:40 (6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等/—



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 10/20

ドラム奏者 古田 雄士

日曜日/13:30~15:00 (6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等/—



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 10/20

ドラム奏者 古田 雄士

日曜日/15:10~16:40 (6回) 定員4名 受講料18,000円 材料費等/—



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 10/2

観世流能楽師 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

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~ 原代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。初心者の方は先ずはご見学ください。

531 こども心に届く読み聞かせ教室 文学歴史 10/14

NPO法人「絵本で子育て」センター 絵本講師 野口 明子 久保 雅生 藤本 佐知子

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



絵本の持つ力と可能性を伝え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 10/10

華道家元池坊 華翁 竹中 一永

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 (3ヵ月)



花の自然の姿、造形の面白さを表現を楽しみます。四季折々の草花を一緒に活かして飾りましょう。先ずは体験にお越しください。

533 茶道① 茶華道 10/5

裏千家教授 多田 宗智

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



初めての方にお勧め、気軽に始めませんか。入門編は初級者からでも学んでいただける内容で、体験をさせていただきます。

534 茶道② 茶華道 10/5

裏千家教授 多田 宗智

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



茶道は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。茶道①とも併せて受講も可能です。

535 英会話(初級) 語学 10/8

英会話講師 古津 玲子

火曜日/13:15~14:15 (9回) 定員15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、頭の中を整理してシンプルな台詞で話す練習をしてみましょう。

536 英会話(中級) 語学 10/4

アメリカ人講師 コリンズ・ブルース

金曜日/15:00~16:30 (10回) 定員15名 受講料15,500円 材料費等/—



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 10/12

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 10/12

神戸海星女子学院大学非常勤講師 坂口 文馨

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 10/4

神戸学院大学非常勤講師(朝鮮語) 魯 惠英 (ノヘヨ)

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)

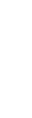


文字の読み書きと基礎文法を学んだ方にお勧め。日常よく用いられる表現を中心に実践的な会話ができる文型を学んでいきます。

540 レベルアップ韓国語 語学 10/4

神戸学院大学非常勤講師(朝鮮語) 魯 惠英 (ノヘヨ)

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が対象です。豊かな表現力を育てます。

541 スペイン語(初級) 語学 10/4

スペイン語講師 福田 ルーツ

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る多彩な魅力を持つスペイン語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 10/11

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

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



初心者大歓迎! 立ち方、歩き方から初歩のステップを学びます。楽しく踊れるよう、皆様お誘い合せの上、是非ご参加ください。

543 楽楽ヨーガ スポーツ・健康 10/5

(社)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士 中野 愛子 認定講師 小島 輝美

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



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 10/1

全米ヨガアライアンス認定RYT200 五百尾 ひろみ

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



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。

545 ヨガ健康体操① スポーツ・健康 10/2

ヘルシーワークハラ 中柳 照子

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



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 10/2

ヘルシーワークハラ 中柳 照子

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



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 気功太極拳 スポーツ・健康 10/5

ヘルシーワークハラ 中柳 照子

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



ゆったり無理なく動き生じる生気スポーツ。気・血の流れを良くし、心と体の調和をはかりまします。

548 健康体操 スポーツ・健康 10/7

ヘルシーワークハラ 中柳 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/—



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 10/2

日本武術太極拳連盟 公認指導員 福光 知子

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



24式太極拳が一番普及している太極拳です。入門編は初心者からでも学んでいただける内容で、体験をさせていただきます。

550 太極拳中級 スポーツ・健康 10/2

日本武術太極拳連盟 公認指導員 福光 知子

水曜日/14:15~15:45 (10回) 定員25名 受講料11,000円 材料費等/—



24式太極拳は奥深く頭の体操にもなり、心も身体も柔軟に伸びてきています。これを続けることで体力が付いてきます。

551 32式剣 太極剣(たいぎょくつぎ) スポーツ・健康 10/2

日本武術太極拳連盟 公認指導員 福光 知子

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



24式太極拳と32式剣を一纏に学ぶと、さらに上達し、剣の長さや長さ、舞うように、剣の動きを伝えます。

552 ジュニア空手①(概ね3歳~小2) スポーツ・健康 10/13

神戸空手道連盟大成塾 代表 棚田 健司 他

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、強く優しく、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 10/13

神戸空手道連盟大成塾 代表 棚田 健司 他

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、強く優しく、礼儀正しい成長を育みます。

554 シニア空手(概ね高校生~シニア) スポーツ・健康 10/13

神戸空手道連盟大成塾 代表 棚田 健司 他

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し、ミットパンチやキックを行います。トレーニングウェアでもOKです。お気軽にご参加下さい。

555 リズム&ストレッチ スポーツ・健康 10/1

フキジャズダンスカンパニー 薫 ゆみこ

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



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 10/19

フキジャズダンスカンパニー MAKIKO

土曜日/13:00~14:15 (8回) 定員25名 受講料9,600円 材料費等/—



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 10/19

フキジャズダンスカンパニー MAKIKO

土曜日/14:20~15:35 (8回) 定員25名 受講料9,600円 材料費等/—



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 10/19

フキジャズダンスカンパニー MAKIKO

土曜日/15:40~16:55 (8回) 定員25名 受講料9,600円 材料費等/—



小学校高学年以上のレベルアップクラス。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 スポーツウエルネス 吹矢① スポーツ・健康 10/6

(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、クリナー/灰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 スポーツウエルネス 吹矢② スポーツ・健康 10/6

(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/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/灰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 スポーツウエルネス 吹矢③ スポーツ・健康 10/6

(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/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/灰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 スポーツウエルネス 吹矢④ スポーツ・健康 10/6

(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/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/灰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 ゆっくり登って健康に スポーツ・健康 10/17

(公社)日本山岳ガイド協会認定ガイド 加藤 智二

木曜日/13:00~14:30 (4回) 定員15名 受講料9,200円 材料費等/館外実習交通費実費(3回)



長い人生、健康に過ごすために必ず役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。

564 須磨琴(一絃琴) 伝統芸能 10/7

一絃須磨琴保存会師範 福羅 あけみ

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3,300円



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。

随時講座



15 ハッピーメロディ♪歌って健康 随時講座 10/9

KOSMA音楽愛好会 中野 愛子

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/—



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

16 水曜ピアノ教室~個人レッスン 随時講座 10/2

元ヤマハシステム講師 福島 美幸

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/—



初心者大歓迎! 楽譜が読めなくても大丈夫! 椅子に座って無理のない体操・ツボマッサージなど音楽療法士が楽しく指導します。

17 音楽で心も体も健康に♪ 随時講座 10/10

兵庫県認定音楽療法士 前川 幸輝 武内 淑子 五反田 重夫

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/—



懐かしい歌謡曲・季節の歌・洋楽などを歌い、椅子に座って無理のない体操・ツボマッサージなど音楽療法士が楽しく指導します。

18 水曜ジュニアI空手 随時講座 10/9

神戸空手道連盟大成塾師範 道山 一成

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、礼儀正しく強く優しく心を育てることが出来ます。保護者の皆様も大歓迎です。

19 水曜ジュニアII空手 随時講座 10/9

神戸空手道連盟大成塾師範 道山 一成

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、礼儀正しく強く優しく心を育てることが出来ます。保護者の皆様も大歓迎です。

20 水曜一般・シニア空手 随時講座 10/9

神戸空手道連盟大成塾師範 道山 一成

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しミットパンチやキックを行います。トレーニングウェア可です。お気軽にご参加下さい。

21 中国語会話(入門) 随時講座 10/12

神戸海星女子学院大学非常勤講師 坂口 文馨

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



初めて学ぶ方におすすめの入門講座です。先ずはお気軽に見学にお越しください。授業のレベルをご確認いただけます。

市民講座



1 ウクレレ教室 市民講座 10/3

MASAウクレレ教室主宰 大原 昌邦

第1・3木曜日/13:00~15:00 (6回) 定員15名 受講料**円 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 10/14

神戸川柳協会常任理事 長川 哲夫

第2・4日曜日/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。



川柳は人脈を築きます。楽しい人は楽しい句を、今の心を素直に反映し、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 10/5

アメリカ人講師 コリンズ・ブルース

土曜日/9:50~11:40 (10回) 定員6名 受講料3,500円 詳細はお問合せください。



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す。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 10/2

神戸海星女子学院大学講師 筒井 ジョスリン

水曜日/10:30~11:30 (8回) 定員**名 受講料**円 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難なレベルから、基礎をある程度強めてきた方が対象です。

5 囲碁 市民講座 10/12

須磨囲碁研究会代表 野田 武士

土曜日/13:00~17:00 (8回) 定員15名 受講料**円 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高める石と遊ぶゲームです。解説や実践で楽しんでください。

6 バランス経絡体操 市民講座 10/7

バランス体操トレーナー 小川 ゆかり 石川 裕子

月曜日/14:00~15:30 (8回) 定員**名 受講料**円 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、関節を解すような痛みの強弱が軽くなります。お気軽にご参加下さい。

7 ヒップホップ 市民講座 10/5

フキジャズダンスカンパニー MINA

土曜日/18:00~19:30 (11回) 定員25名 受講料**円 詳細はお問合せください。



色々なジャンル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、ストレッチ等もしっかりしていきます。

※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。NEW は、新しく始まる講座です。