

灘区文化センター

1月開講

2025年冬講座 1月~3月

受講生募集!!

11月15日から受付開始!

〒657-0038
神戸市灘区深田町4丁目1番39号(4・5階)
お問合せ ☎078-841-1711



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

★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できません。】

おすすめ講座

音楽 128 ウェルネスボイス トレーニング

講師: ヴォイストレーナー 国際中薬膳管理師 李 浩麗

中医学に基づく呼吸法とストレッチで声の出しやすさを高め、発声トレーニングで肺活量と腹筋を強化。簡単な歌で表情筋の鍛えとストレス解消。

第1・3金曜日/10:30~12:00(5回)
定員15名 受講料/8,500円
材料費等/テキスト代、実費

音楽 132 ジャズしませんか?

講師: ジャズシンガー 松岡 美穂

スタンダードジャズをお洒落にカッコよく歌ってみませんか?英語が苦手な方でも気軽に学べます。Let's Swing!

第1・3水曜日/10:00~11:30(5回)
定員20名 受講料/7,500円
材料費等/教材費 実費

舞踊 171 ハワイアンフラ入門

講師: キミヨ フラ ハーラウ 藤原 佳織

どなたでも参加していただけるクラスです。ハワイアンダンスを聞きながら、心と身体をリフレッシュさせましょう。

第2・4金曜日/9:30~10:45(5回)
定員12名 受講料/8,000円
材料費等/教材費 実費

舞踊 172 はじめてのZUMBA

講師: ヨガ&ZUMBAインストラクター 伊澤 明美

世界中の様々な曲(メレンゲ、サルサ、レグトン...)で踊るダンスエクササイズです。振付けが楽しくて踊ればOK!!

第2・4木曜日/14:00~15:15(5回)
定員20名 受講料/7,000円
材料費等/—

舞踊 173 KIDS HIP HOP (年長~3年生)

講師: フキジャズカンパニー専属 MINA

色んな音楽を使いながら音楽もダンスも楽しめるクラスです。沢山身体を動かしてダンスを楽しみましょう。初めての方も大丈夫です。

土曜日/13:30~14:45(8回)
定員12名 受講料/9,600円
材料費等/—

舞踊 174 ベリーダンス (ビギナー)

講師: オリエンタルダンサー ファティマ

エジプシャンスタイルのベリーダンスの基礎を学びます。初心者の方、経験者でも基礎の見直しをされたらいい方もおすすめです。

第1・3月曜日/18:20~19:30(5回)
定員12名 受講料/10,000円
材料費等/—

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>101 洋画 美術・絵画 1/10</p> <p>松原 政祐</p> <p>金曜日/10:00~12:00(10回) 定員18名 受講料16,000円 材料費等/モチーフ実費</p>	<p>102 人物画 美術・絵画 1/10</p> <p>新元会 大和 純子</p> <p>土曜日/10:00~12:00(8回) 定員18名 受講料16,500円 材料費等/モチーフ・モデル代込み</p>	<p>103 デッサン 美術・絵画 1/11</p> <p>前田 真弥子</p> <p>第2・4木曜日/18:30~20:30(5回) 定員15名 受講料8,500円 材料費等/モチーフ・モデル代、その他実費</p>	<p>104 パステル画 美術・絵画 1/6</p> <p>神戸パステル画会 小林 淳子</p> <p>月曜日/10:00~12:00(10回) 定員18名 受講料18,000円 材料費等/モチーフ・モデル代込み</p>	<p>105 土曜・喜び水彩画 美術・絵画 1/11</p> <p>アトリエ・ヒロミキ・アトリエ石井 石井 博子</p> <p>月曜日/13:00~15:00(3回) 定員15名 受講料5,250円 材料費等/モチーフ代3,000円</p>	<p>106 はじめての絵画教室 美術・絵画 1/20</p> <p>洋画家・アトリエエコペリ主宰 磯野 和美</p> <p>月曜日/10:00~12:00(8回) 定員15名 受講料11,520円 材料費等/材料費 1,500円(8回分)</p>	<p>107 絵画に楽しむ 気楽な教室 美術・絵画 1/15</p> <p>洋画家・アトリエエコペリ主宰 磯野 和美</p> <p>第1・3水曜日/14:00~16:00(5回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/材料費 1,500円(5回分)</p>	<p>108 楽しい絵紙紙A 美術・絵画 1/15</p> <p>洋画家・アトリエエコペリ主宰 磯野 和美</p> <p>月曜日/10:00~12:00(5回) 定員18名 受講料8,000円 材料費等/材料費 500円(5回分)</p>		
<p>109 楽しい絵紙紙B 美術・絵画 1/11</p> <p>洋画家・アトリエエコペリ主宰 磯野 和美</p> <p>第1・3土曜日/14:00~16:00(5回) 定員18名 受講料8,000円 材料費等/材料費 500円(5回分)</p>	<p>110 暮らしの書道A 書道 1/15</p> <p>兵庫県書道協会 佐伯 孝子</p> <p>水曜日/14:00~15:50(9回) 定員24名 受講料12,510円 材料費等/—</p>	<p>111 暮らしの書道B 書道 1/15</p> <p>兵庫県書道協会 佐伯 孝子</p> <p>水曜日/18:00~19:50(9回) 定員15名 受講料12,510円 材料費等/—</p>	<p>112 暮らしの書道C 書道 1/6</p> <p>兵庫県書道協会 佐伯 孝子</p> <p>月曜日/14:00~15:50(9回) 定員24名 受講料12,510円 材料費等/—</p>	<p>113 日曜陶芸 工芸 1/12</p> <p>陶芸作家 木村 貴史</p> <p>日曜日/10:00~15:00(5回) 定員24名 受講料14,000円 材料費等/3,500円(陶器代・粘土約2.5kg・燃料代)</p>	<p>114 月曜陶芸 工芸 1/6</p> <p>陶芸作家 市野 太郎/木村 貴史</p> <p>月曜日/14:00~16:00(10回) 定員24名 受講料14,000円 材料費等/3,500円(陶器代・粘土約2.5kg・燃料代)</p>	<p>115 火曜陶芸A 工芸 1/7</p> <p>陶芸作家 手島 英則</p> <p>火曜日/14:00~16:00(10回) 定員24名 受講料14,000円 材料費等/3,500円(陶器代・粘土約2.5kg・燃料代)</p>	<p>116 火曜陶芸B 工芸 1/7</p> <p>陶芸作家 手島 英則</p> <p>火曜日/18:00~20:00(10回) 定員24名 受講料14,000円 材料費等/3,500円(陶器代・粘土約2.5kg・燃料代)</p>	<p>117 金曜陶芸 工芸 1/10</p> <p>陶芸作家 丹野 元祥</p> <p>金曜日/14:00~16:00(10回) 定員24名 受講料14,000円 材料費等/3,500円(陶器代・粘土約2.5kg・燃料代)</p>	<p>118 七宝A 工芸 1/20</p> <p>陶芸作家 青木 直美</p> <p>月曜日/14:00~16:00(9回) 定員24名 受講料11,520円 材料費等/材料・道具代3,000円</p>
<p>119 七宝B 工芸 1/20</p> <p>陶芸作家 青木 直美</p> <p>月曜日/18:00~20:00(9回) 定員13名 受講料11,520円 材料費等/材料・道具代3,000円</p>	<p>120 楽しい手作り 銀・アクセサリー 工芸 1/7</p> <p>アトリエエコペリ 比田 加代子</p> <p>火曜日/18:00~20:00(10回) 定員15名 受講料11,400円 材料費等/工具代10,000円程度+初回の手配料</p>	<p>121 木・彫刻 工芸 1/18</p> <p>木彫師 智寛</p> <p>第1・3土曜日/10:00~12:00(5回) 定員15名 受講料7,200円 材料費等/木代1,500円、初回の手配料</p>	<p>122 パッチワーク キルト 工芸 1/15</p> <p>日本パッチワーク協会 大田垣 喜久子</p> <p>第1・3水曜日/14:00~16:00(5回) 定員20名 受講料6,950円 材料費等/材料費、実費、別途テキスト代</p>	<p>123 みんなのコーラス 音楽 1/7</p> <p>ソングライター 榎野 望</p> <p>火曜日/14:30~16:00(10回) 定員20名 受講料15,000円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>124 Love ポピュラーソングA 音楽 1/15</p> <p>元・宝塚歌劇団 神楽 あい 桐 さと実</p> <p>水曜日/13:00~14:30(9回) 定員30名 受講料13,500円 材料費等/楽譜代 800円</p>	<p>125 Love ポピュラーソングB 音楽 1/15</p> <p>元・宝塚歌劇団 神楽 あい 桐 さと実</p> <p>水曜日/15:00~16:30(9回) 定員30名 受講料13,500円 材料費等/楽譜代 800円</p>	<p>126 魅惑のシャンソン 音楽 1/13</p> <p>宝塚歌劇団協会正会員 梶井 加代子</p> <p>第2・4月曜日/10:00~12:00(5回) 定員24名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>127 ピアノ演奏で歌う 歌声サロン 音楽 1/13</p> <p>声楽家 李 浩麗</p> <p>第2・4月曜日/14:00~15:30(5回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>128 ウェルネスボイス トレーニング 音楽 1/17</p> <p>ヴォイストレーナー・国際中薬膳管理師 李 浩麗</p> <p>第1・3金曜日/10:30~12:00(5回) 定員15名 受講料8,500円 材料費等/テキスト代、実費</p>
<p>129 日本で育んだ世界のうた 音楽 1/17</p> <p>声楽家 李 浩麗</p> <p>第1・3金曜日/13:30~15:00(5回) 定員20名 受講料8,500円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>130 懐かしいメロに、 音楽 1/4</p> <p>KOSMA音楽愛好会 重久 佳子</p> <p>第2・4火曜日/10:00~11:30(5回) 定員20名 受講料8,250円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>131 はじめてのピアノ 音楽 1/14</p> <p>KOSMA音楽愛好会 後藤 美和子</p> <p>第2・4火曜日/12:00~14:00(5回) 定員6名 受講料10,000円 材料費等/教材費 実費</p>	<p>132 ジャズしませんか? 音楽 1/15</p> <p>ジャズシンガー 松岡 美穂</p> <p>第1・3水曜日/10:00~11:30(5回) 定員20名 受講料7,500円 材料費等/教材費 実費</p>	<p>133 フルーツ初級A 音楽 1/7</p> <p>アンサンブル神戸代表 矢野 正浩</p> <p>火曜日/18:05~18:55(10回) 定員10名 受講料11,900円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>134 フルーツ初級B 音楽 1/7</p> <p>アンサンブル神戸代表 矢野 正浩</p> <p>火曜日/19:00~19:50(10回) 定員10名 受講料11,900円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>135 フルーツ中級 音楽 1/7</p> <p>アンサンブル神戸代表 矢野 正浩</p> <p>火曜日/19:55~20:45(10回) 定員10名 受講料11,900円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>136 基礎から学ぶ二胡入門クラス 音楽 1/9</p> <p>にこにこ Harmony 藤田 留美</p> <p>第2・4木曜日/18:20~19:30(5回) 定員7名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>137 二胡上達を目指す 二胡クラス 音楽 1/9</p> <p>にこにこ Harmony 藤田 留美</p> <p>第2・4木曜日/19:40~20:50(5回) 定員7名 受講料11,000円 材料費等/テキスト代、実費</p>	<p>138 オリガナ中級 音楽 1/8</p> <p>オリガナ楽会 橋本 智寛</p> <p>第2・4水曜日/10:30~12:00(6回) 定員20名 受講料10,800円 材料費等/—</p>
<p>139 俳句入門 (A) 文学 1/18</p> <p>「ホトギス」同人・「九句年」主宰 小杉 伸一</p> <p>第1・3土曜日/10:00~12:00(5回) 定員24名 受講料8,000円 材料費等/—</p>	<p>140 楽しい俳句入門 文学 1/11</p> <p>「ホトギス」同人・「九句年」主宰 小杉 伸一</p> <p>第2・4土曜日/9:50~11:50(5回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/—</p>	<p>141 俳句 (初歩) 文学 1/9</p> <p>「西園」同人 岡部 栄一</p> <p>第2・4木曜日/13:30~15:30(5回) 定員12名 受講料8,000円 材料費等/—</p>	<p>142 川柳しませんか入門講座 文学 1/8</p> <p>川柳師社理事 居谷 真理子</p> <p>第2・4水曜日/10:00~12:00(5回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代 100円</p>	<p>143 謡曲・仕舞 文学 1/20</p> <p>日本能楽協会 東条 勲</p> <p>月曜日/10:00~12:00(3回) 定員8名 受講料1,170円 材料費等/テキスト代、その他実費</p>	<p>144 須磨琴 文学 1/10</p> <p>一松須磨琴保存会 藤田 留美</p> <p>金曜日/13:30~16:00(10回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代、その他実費</p>	<p>145 みるきいける花詩集 Oharayu 茶道 1/27</p> <p>(財)小原流一松茶室 三輪 豊明</p> <p>第2・4月曜日/18:00~20:20(5回) 定員8名 受講料5,400円 材料費等/花(花6,600円)5回分、テキスト代</p>	<p>146 基礎から学ぶ 料理 料理・健康 1/14</p> <p>神戸市生活指導研究会 小川 ぶさ栄</p> <p>火曜日/10:00~12:00(3回) 定員24名 受講料4,200円 材料費等/材料費 3,000円(3回分)</p>	<p>147 手作りパン(土曜) 料理・健康 1/18</p> <p>神戸市生活指導研究会 廣田 久子</p> <p>土曜日/13:30~16:30(3回) 定員24名 受講料5,400円 材料費等/材料費 2,400円(3回分)</p>	<p>148 手作りパン(日曜) 料理・健康 1/19</p> <p>神戸市生活指導研究会 廣田 久子</p> <p>日曜日/10:00~13:00(3回) 定員24名 受講料4,400円 材料費等/材料費 2,400円(3回分)</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。

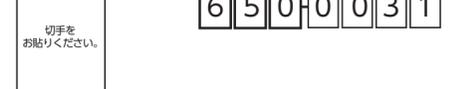
受付日	受付者名	受付No.
/		

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	2025年冬講座 灘区文化センター		
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送ください

POST CARD 6500031



ハガキでの申込締切
11月28日(木)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

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、受付けておりません。)

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 12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。11月28日 消印有効

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
警報発表判断時間	午前8時	午前11時	午後1時	午後4時

それ以外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。
- 結果が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料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たせする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をお分しますが、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。開講後、お客都合の場合は、受講料総額の30%手数料を差し引く。残回数をお分して10月末前までに返金いたします。但し10月末前までに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

- 受講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。

149 楽しくクッキング 料理・健康 **1/8**

神戸市生活指導研究会
廣田 久子

第1・3水曜日 / 10:30~13:00 (5回)
定員24名 受講料8,500円
材料費等 / 材料費 5,000円 (5回分)



きちんと食事をしていますか。食から健やかな身体作りを。和洋中エスニックお菓子を取り混ぜ、すぐ使えるメニューです。初心者大歓迎!

150 簡単らくらく洋裁 洋和裁 **1/15**

服飾研究家
高岡 道子

第1・3水曜日 / 10:00~12:00 (5回)
定員18名 受講料9,000円
材料費等 / 材料費、実費



初めての方は基礎から学び、簡単なデザインから着やすい服作りを楽しみ始めてみませんか?

151 ハンドメイドソーイング 洋和裁 **1/8**

服飾研究家
高岡 道子

第2・4水曜日 / 18:00~20:00 (5回)
定員18名 受講料6,600円
材料費等 / 材料費、実費



おしゃれな作品を作る楽しさ! 完成の着る喜びを一緒に始めませんか? 初心者の方も安心して取り組みます。

152 英会話入門 語学 **1/6**

アメリカ人講師
ディーン ヨハンソン

月曜日 / 10:00~11:30 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / テキスト代、実費



Enjoy English! 少々自信がなくても大丈夫です。楽しくおしゃべりしながら英語に慣れたい方におすすです。

153 少人数英会話 (初級) 語学 **1/9**

アメリカ人講師
ディーン ヨハンソン

木曜日 / 13:00~14:30 (8回)
定員12名 受講料19,200円
材料費等 / テキスト代、実費



入門クラスを終了された方対象。少人数の初級クラスで会話力のアップを目指します。Let's Speak English!

154 英会話中級 語学 **1/10**

アメリカ人講師
ディーン ヨハンソン

金曜日 / 10:00~11:30 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / テキスト代、実費



発音・イントネーションや会話上の言葉使い、またボキャブラリーの向上に力を入れ会話できる時間をなるべく多くとります。

155 土曜英会話 (初級) 語学 **1/11**

カナダ人講師
リチャード オウエン

第2・4土曜日 / 13:00~14:30 (5回)
定員18名 受講料8,000円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



日常生活での色々な場面色々なトピックについて、簡単な英語でお話してみませんか?

156 ビジネスイングリッシュ 語学 **1/11**

カナダ人講師
リチャード オウエン

第2・4土曜日 / 10:30~12:00 (5回)
定員8名 受講料12,500円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



簡単な日常英会話ができる方を対象に、ビジネス英会話の初歩から様々なビジネスシーンを想定したクラスです。

157 トラベルイングリッシュ 語学 **1/10**

カナダ人講師
リチャード オウエン

金曜日 / 19:00~20:30 (10回)
定員9名 受講料21,000円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



旅に出かけましょう! 海外旅行に便利で実際に使える英会話を学んでいきます。次の旅がもっと楽しくなること間違いなし!

158 たのしいドイツ語 語学 **1/10**

ドイツ人講師
ローランド ツァイトラー

水曜日 / 18:00~19:30 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / テキスト代、実費



冬講座は休講です。春講座からお申込み下さい。

初心者向きの楽しいドイツ語。耳から入るドイツ語の基礎を学びます。

159 ドイツ語中級 語学 **1/10**

ドイツ人講師
ローランド ツァイトラー

水曜日 / 19:40~20:40 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / テキスト代、実費



冬講座は休講です。春講座からお申込み下さい。

たのしいドイツ語を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方の講座です。

160 たのしいフランス語 語学 **1/10**

フランス人講師
ジャンフィリップ・ボルドー

金曜日 / 18:00~19:30 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / テキスト代、実費



フランス人講師による楽しい日常フランス語会話。初心者向き。

161 フランス語中級 語学 **1/10**

フランス人講師
ジャンフィリップ・ボルドー

金曜日 / 19:40~20:40 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / テキストは講師のオリジナル



たのしいフランス語を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方の講座です。

162 中国語入門 語学 **1/9**

中国語講師
于 亜

木曜日 / 18:00~19:30 (8回)
定員10名 受講料9,440円
材料費等 / テキスト代、実費



中国語の発音から、衣食住などの文化を交えて、いかに指導します。中国語の世界に、はじめの一歩を。

163 中国語初級 語学 **1/10**

中国語講師
于 亜

金曜日 / 18:00~19:20 (10回)
定員18名 受講料11,800円
材料費等 / テキスト代、実費



中国語学習経験2~3年以上の方対象。実践的な会話や書き取り・ヒアリングを行います。

164 中国語中級 語学 **1/10**

中国語講師
于 亜

金曜日 / 19:30~20:40 (10回)
定員18名 受講料11,800円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



中国語学習経験4年以上の方を対象に、実践的な会話や書き取り・ヒアリングを行います。

165 楽しもう韓国語 (初級) 語学 **1/7**

韓国語講師
李 英熙

火曜日 / 12:00~13:30 (10回)
定員8名 受講料18,000円
材料費等 / テキスト代、実費



韓国語に対する基礎知識のある方を対象とするクラスです。文法の知識をさらに広げ、これらを活用した会話の練習を主にします。

166 遊ぼう韓国語 (中級) 語学 **1/7**

韓国語講師
李 英熙

火曜日 / 13:40~15:10 (10回)
定員8名 受講料18,000円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



既に初級レベルの韓国語知識をお持ちの方を対象とするクラスです。より生活に沿った韓国語を習得することにつなげましょう。

167 スペイン語入門 語学 **1/11**

メキシコ人講師
ビジェガス・ヘラルド

土曜日 / 16:20~17:50 (10回)
定員12名 受講料12,800円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



スペイン語の基礎をスペインやラテンアメリカの国々の文化や芸術、歴史、慣習などの話を通して楽しく学びます。

168 スペイン語初級 語学 **1/11**

メキシコ人講師
ビジェガス・ヘラルド

土曜日 / 18:00~19:30 (10回)
定員24名 受講料16,000円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



スペイン語入門を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方。

169 スペイン語中級 語学 **1/11**

メキシコ人講師
ビジェガス・ヘラルド

土曜日 / 19:40~20:40 (10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



スペイン語初級を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方。(ある程度過去形を勉強された方)

170 マレー語入門 語学 **1/18**

マレーシア人講師
マルハ・ザビハ・ビティ・エム・ガハル

土曜日 / 13:30~15:00 (5回)
定員8名 受講料12,500円
材料費等 / 毎回講師のオリジナルプリントを使用



マレー語は日本人にとって学びやすい言語です。基本的な挨拶から日常生活や旅行などで使う会話までできるように学んでいきます。

171 ハワイアンフラ入門 舞踊 **1/10**

キミコ フラ ハーラウ
藤原 佳織

第2・4金曜日 / 9:30~10:45 (5回)
定員12名 受講料8,000円
材料費等 / 教材費 実費



どなたでも参加していただけるクラスです。ハワイアンフラを聞きながら、心と身体をリフレッシュさせましょう。

172 はじめてのZUMBA 舞踊 **1/9**

ヨガ&ZUMBAインストラクター
伊澤 明美

第2・4水曜日 / 14:00~15:15 (5回)
定員20名 受講料7,000円
材料費等 / -



世界中の様々な曲 (メレンゲ、サルサ、レゲトン...) で踊るダンスエクササイズです。振付けなんて気にせず楽しく踊ればOK!!

173 KIDS HIP HOP (年長~3年生) 舞踊 **1/4**

フキッズスカパーニ専属
MINA

土曜日 / 13:30~14:45 (8回)
定員12名 受講料9,600円
材料費等 / -



色んな音楽を使いながら音楽もダンスも楽しめるクラスです。JPOP身体を動かしてダンスを楽しみましょう。初めての方でも大丈夫です。

174 ペリーダンス (ビギナー) 舞踊 **1/6**

オリエンタルダンサー
ファティマ

第1・3月曜日 / 18:20~19:30 (5回)
定員12名 受講料10,000円
材料費等 / -



エジプシャンスタイルのペリーダンスの基礎を学びます。初心者の方、経験者で基礎の見直しをされた方にもおすすめです。

175 ペリーダンス (ハイビギナー) 舞踊 **1/9**

オリエンタルダンサー
ファティマ

木曜日 / 19:30~20:45 (3回)
定員12名 受講料6,000円
材料費等 / -



経験者のみ、曲の理解や、表現力に重きを置いて、エジプシャンスタイルのペリーダンス(ラクスマルキ)と一緒に学びましょう。

176 社交ダンス (中級) 舞踊 **1/9**

兵庫県ソーシャルダンス教師協会理事長
本間 宗元

木曜日 / 10:30~11:50 (8回)
定員24名 受講料10,400円
材料費等 / -



ワランク上のステップに挑戦しましょう! そして音楽に合わせて美しく、又優雅に踊るように練習しましょう。経験者対象。

177 やさしいペン字 その他 **1/7**

兵庫県書作家協会
橋本 榮子

火曜日 / 10:00~12:00 (10回)
定員24名 受講料12,800円
材料費等 / -



万年筆、つけペン等を使って「正しく、速く、美しく」をめざし、日常生活に即した文章・文字の書き方を基礎から指導します。

178 女性のための健康麻雀 (入門) その他 **1/6**

健康麻雀協会 レッスンプロ
徳川 孔明

第1・3月曜日 / 13:00~14:50 (5回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等 / 材料費 テキスト代1,500円



楽しみながら脳を鍛えられるということで、近年麻雀を楽しむ女性が増えています。麻雀を知らなくても安心してスタートできます。

179 女性のための健康麻雀 (初級) A その他 **1/6**

健康麻雀協会 レッスンプロ
徳川 孔明

第1・3月曜日 / 15:10~17:00 (5回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等 / 材料費 テキスト代1,500円



麻雀は少し知っているけれど... そんなあなたにうってつけの講座です。

180 女性のための健康麻雀 (初級) B その他 **1/9**

健康麻雀協会 レッスンプロ
徳川 孔明

第2・4水曜日 / 13:00~14:50 (5回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等 / 材料費 テキスト代1,500円



麻雀は少し知っているけれど... そんなあなたにうってつけの講座です。

181 女性のための健康麻雀 (中級) その他 **1/9**

健康麻雀協会 レッスンプロ
徳川 孔明

第2・4水曜日 / 15:10~17:00 (5回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等 / 材料費 テキスト代1,500円



女性のための健康麻雀 (初級) を卒業されて、もう少しレベルアップを目指す方、また同程度の方の講座です。

182 頭の体操囲碁講座 その他 **1/10**

(財)関西棋院 棋士九段
本田 満彦

金曜日 / 10:00~12:00 (10回)
定員24名 受講料11,800円
材料費等 / -



覚え初めの方から1級程度の方が対象です。「入門者」可。指導者の多面打ち対局、及び受講生同士の間も対局をします。

183 神戸・六甲山の自然探訪 その他 **1/9**

森林インストラクター
清水 孝之

第2・4水曜日 / 10:00~12:00 (6回)
定員28名 受講料10,800円
材料費等 / -



身近な自然を知れば、野山でのハイキングが楽しくなります。野外へ出る機会を増やして健康年齢を伸ばしましょう。

184 四柱推命 (入門) その他 **1/14**

仁占代表認定NPO法人
神戸国際占術協会
玉木 仁邦

第2・4火曜日 / 13:00~14:30 (5回)
定員12名 受講料8,000円
材料費等 / テキスト(命式表)、その他実費



的中率の高さから古い帝王とも呼ばれている四柱推命を学び、自分を知り運気の流れを知りより人生の進むべき道を学びましょう!

185 四柱推命 (研究科) その他 **1/14**

仁占代表認定NPO法人
神戸国際占術協会
玉木 仁邦

第2・4火曜日 / 15:00~16:30 (5回)
定員16名 受講料8,000円
材料費等 / 教材費実費



「四柱推命入門」を修了された方が対象となります。毎回実占を通じて、より正しく四柱推命学を学びます。

186 卓球 A スポーツ・健康 **1/8**

日本スポーツ協会公認
卓球競技コーチ2
山本 昌弘

水曜日 / 10:00~12:00 (10回)
定員28名 受講料11,800円
材料費等 / ビン球代300円は受講料に含む



初心者から大会を目指す方までルールを覚え、楽しく正しい技術のレベルアップをします。

187 卓球 B スポーツ・健康 **1/10**

日本スポーツ協会公認
卓球競技コーチ2
柳谷 茂昭

金曜日 / 18:00~20:00 (10回)
定員28名 受講料11,800円
材料費等 / ビン球代300円は受講料に含む



生涯スポーツとして卓球の基礎技術の習得からゲーム練習まで、各自のレベルに応じてレベルアップを目指します。

188 バドミントン A スポーツ・健康 **1/7**

神戸市バドミントン協会
山住 栄

火曜日 / 10:00~12:00 (10回)
定員35名 受講料12,000円
材料費等 / シャトル代500円は受講料に含む



ラケットの持ち方やルール等、基礎から段階を踏みながら、ゲームの練習まで。ランニングやステップ等の基礎運動をしっかりと行います。

189 バドミントン B スポーツ・健康 **1/7**

神戸市バドミントン協会
山住 栄

火曜日 / 18:30~20:30 (10回)
定員35名 受講料12,000円
材料費等 / シャトル代500円は受講料に含む



ラケットの持ち方やルール等、基礎から段階を踏みながら、ゲームの練習まで。ランニングやステップ等の基礎運動をしっかりと行います。

190 熟年リズム体操 スポーツ・健康 **1/10**

兵庫県女子体育連盟
大谷 あけみ

金曜日 / 14:00~15:30 (10回)
定員25名 受講料12,800円
材料費等 / -



冬講座は休講です。春講座からお申込み下さい。

楽しい曲にのり、仲間と楽しく体力アップを目指します。無理なく体のあらゆる部位を動かして「健康寿命」を伸ばしましょう。

191 太極拳入門 A スポーツ・健康 **1/7**

NPO法人神戸太極拳協会
西谷 幸代

第1・3火曜日 / 11:00~12:00 (5回)
定員10名 受講料7,500円
材料費等 / -



体と心をほぐしながら、ゆっくりと動く運動です。初めての方は、体験のつもりで気軽においで下さい。

192 太極拳入門 B スポーツ・健康 **1/14**

NPO法人神戸太極拳協会
西谷 幸代

第2・4火曜日 / 11:00~12:00 (5回)
定員10名 受講料7,500円
材料費等 / -



体と心をほぐしながら、ゆっくりと動く運動です。初めての方は、体験のつもりで気軽においで下さい。

193 太極拳 (24式) スポーツ・健康 **1/7**

NPO法人神戸太極拳協会
西谷 幸代

火曜日 / 13:00~14:30 (10回)
定員25名 受講料15,000円
材料費等 / -



太極拳入門を学習した方が対象です。基本の歩法・歩型を復習しながら、24式太極拳を学習します。

194 太極拳 (48式) スポーツ・健康 **1/7**

NPO法人神戸太極拳協会
西谷 幸代

火曜日 / 14:45~16:15 (10回)
定員25名 受講料15,000円
材料費等 / -



24式太極拳がおおむね出来るようになった方が対象です。動きの質を高め、長い時間がかかる48式太極拳で体力と気力を養いましょう。

195 仕事帰りの太極拳 スポーツ・健康 **1/10**

NPO法人神戸太極拳協会
片岡 一郎

金曜日 / 19:00~20:30 (10回)
定員18名 受講料13,000円
材料費等 / -



仕事が終わってリフレッシュしたい方、日頃の運動不足を解消したい方、ぜひ太極拳で汗をかきましょう。

196 気功入門 スポーツ・健康 **1/10**

中国人医師
徐 力

金曜日 / 9:00~10:20 (10回)
定員25名 受講料12,800円
材料費等 / -



「気功」が全く初めての方を対象にした講座です。基礎から丁寧に指導します。

197 気功初級・中級 スポーツ・健康 **1/10**

中国人医師
徐 力

金曜日 / 10:30~12:00 (10回)
定員25名 受講料12,800円
材料費等 / -



姿勢や動きを正しく調整し、呼吸を整え、雑念を排除して心の状態を正しく調整する健康法「気功」で心と身体をリフレッシュしましょう。

198 元気がでる自強術体操 スポーツ・健康 **1/8**

(公社)自強術普及会中伝
泉谷 ふく

水曜日 / 10:30~12:00 (10回)
定員20名 受講料12,800円
材料費等 / 自強術「回廊」500+税※希望者のみ



体にやさしい健康体操です。全身をくまなく動かして自律神経の調整・腰痛や首肩のこりを改善しながら心身を整えます。

199 体にやさしい自強術体操 スポーツ・健康 **1/15**

(公社)自強術普及会中伝
泉谷 ふく

第1・3水曜日 / 13:00~14:30 (5回)
定員20名 受講料6,400円
材料費等 / 自強術「回廊」500+税※希望者のみ



元気がでる自強術体操と同じ内容が進みますが、要点を絞って5回で完結します。

200 自力整体 スポーツ・健康 **1/15**

自力整体ナビゲーター
清水 克晃

第1・3水曜日 / 15:00~16:15 (5回)
定員25名 受講料6,400円
材料費等 / -



慢性不調の改善と予防を目指し、人に頼らず自分で行える自己治療メソッドです!

201 ヨガ美体体操 A スポーツ・健康 **1/6**

ヘルシークワハラ
禿子 まさ美

月曜日 / 10:00~11:30 (10回)
定員35名 受講料12,800円
材料費等 / -



ヨガの体操法と呼吸法で、体と心の若返り。

202 ヨガ美体体操 B スポーツ・健康 **1/7**

ヘルシークワハラ
村上 伊久子

火曜日 / 10:00~11:30 (10回)
定員35名 受講料12,800円
材料費等 / -



ヨガの体操法と呼吸法で、体と心の若返り。腰痛、肩こり、冷え症等を緩和します。

203 フレッシュヨガ スポーツ・健康 **1/8**

ヨガ&ZUMBAインストラクター
伊澤 明美

水曜日 / 18:30~20:00 (10回)
定員20名 受講料11,500円
材料費等 / -



深い呼吸と共に全身を動かす事で心と身体を心地良い状態に整えていきます。その日体調に合わせて気持ちよく動いていきます。

204 熟年ヨガ美体体操 スポーツ・健康 **1/10**

ヘルシークワハラ
伊関 千鶴

金曜日 / 13:00~14:30 (10回)
定員28名 受講料12,800円
材料費等 / -



熟年者を対象に、自分の呼吸に合わせて無理なく体を動かし心身をリフレッシュさせます。

205 イキイキ元気に健康体操 スポーツ・健康 **1/10**

ダイエット&トリートメントサロン
Gloria body's
和田 忠士

金曜日 / 15:00~16:30 (10回)
定員25名 受講料13,000円
材料費等 / -



誰にでもできる簡単な有酸素運動、簡単な筋力、ストレッチを中心に、食事や呼吸法のお話もいたします。

206 子供新体操 (年少~小学2年) スポーツ・健康 **1/8**

神戸すみれ新体操クラブ専属
吉岡 まち子

水曜日 / 17:10~18:25 (8回)
定員20名 受講料9,600円
材料費等 / -



手具(リボン、ボール、フープなど)を使い、音楽に合わせて踊るスポーツです。基礎運動能力、表現力、協調性を培います。

207 子供新体操 (小学3年~小学6年) スポーツ・健康 **1/8**

神戸すみれ新体操クラブ専属
吉岡 まち子

水曜日 / 18:35~19:50 (8回)
定員15名 受講料9,600円
材料費等 / -



手具(リボン、ボール、フープなど)を使い、音楽に合わせて踊るスポーツです。基礎運動能力、表現力、協調性を培います。

208 ハワイアンフラ初級 舞踊 **1/10**

キミコ フラ ハーラウ
藤原 佳織

第2・4金曜日 / 10:55~12:10 (5回)
定員12名 受講料8,000円
材料費等 / 教材費 実費



ハワイアンフラに合わせて、体操・体操ダンス・踊りの練習をします。笑顔で踊り、心と身体をリフレッシュさせましょう!

随時講座

随時 フルート入門 随時 **1/7**

アンサンブル神戸代表
矢野 正浩

火曜日 / 17:10~18:00 (10回)
定員10名 受講料11,900円
材料費等 / テキスト代、実費



魂の原動力、息が直接音となって奏でられるフルートを習ってみませんか。フルートの手ほどきから指導します。

随時 たのしい書道 (小学3年~中学生) 随時 **1/11**

兵庫県書作家協会
穴田 尚子

第2・4土曜日 / 13: