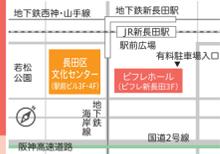


受講生募集!!

11月15日から受付開始!

長田区文化センター ☎078-643-2431
〒653-0038 神戸市長田区若松町5-5-1 新長田駅前ビル3F
ピフレホール ☎078-621-1120
〒653-0038 神戸市長田区若松町4-2-15 ピフレ新長田3F



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次第ご連絡させていただきます。)

長田おすすめ講座

ピフレおすすめ講座

351 ヨガ美療体操 E [女性]
講師 ヘルシークワハラ のりちゃん
ヨガを日常生活に取り入れて、心身のリフレッシュと健康維持に役立てましょう!
第4を除く水曜日/18:30~20:00(8回)
定員16名 受講料/10,400円
材料費等/—

910 歌いながら楽しい脳トレ! [女性]
講師 ミュージックインストラクター 養成学院認定 歌療療法士 皆美 久音
童謡・唱歌・懐メロを歌いながら手遊び・間違いないでがしなどの脳トレ! 脳を活性化! 楽しくひとときを一緒に!
月曜日/10:00~11:30(5回)
定員24名 受講料/6,500円
材料費/教材費300円(初回にお支払いください)

14 子供が主役! 楽しいコーラス!
講師 関西二期会理事・相愛大学講師 馬場 清孝
一緒に歌う子供達大喜! 現役オペラ歌手の本格的な指導で楽しく歌が上進します。いつも楽しい美しい歌声が聴かれます。声帯を鍛えながら正しい発声と正しい発声の声を身に付けるとお子様に自信が湧き自己肯定感の向上も期待できます!
土曜日/10:40~11:50(5回)
定員20名 受講料/6,000円
材料費等/材料費500円(講師に支払)

921 日曜料理教室
講師 神戸市生活指導研究会 中山 智子
“食卓に季節を感じるお料理を”自分のために、誰かのために楽しく料理を作りましょう。
日曜日/10:00~12:00(3回)
定員18名 受講料/5,400円
材料費等/材料費3,000円(3回分は初回にお支払いください)

16 リーダー発! 女性麻雀 (初級) 夜の部
講師 健康マージャン協会 レッスンプロ 徳川 孔明
楽しみながら脳を鍛えられるという事で麻雀を楽しむ女性が増えてきています。はじめての方にもわかりやすく解説いたします。
月曜日/18:00~20:00(5回)
定員20名 受講料/8,000円
材料費等/テキスト代1,500円(講師に支払)

925 ハワイアンフラ (初級) [女性]
講師 Kimiyo フラ ハーラウ所属講師 藤原 佳織
ハワイアンソングに合わせて、体操・体幹トレーニング・踊りの練習をしていきます。笑顔で踊り、心と身体をフレッシュさせましょう。
火曜日/13:00~14:30(5回)
定員24名 受講料/7,000円
材料費等/実費

20 ウクレレを弾いてみよう
講師 ギタリスト 井伊 敬子
基礎からゆっくり丁寧に学びますので、初心者の方も大歓迎! 楽譜の読めない方も安心ください。ウクレレを通して、気軽に楽しく時間を生活の中で作ってあげませんか?
月曜日/13:00~14:00(6回)
定員10名 受講料/9,000円
材料費等/楽譜代1,500円・ウクレレ貸し出し1,000円

929 クラシックバレエ (中学生~一般女性)
講師 柴田バレエスタジオ 築本 美奈
レベルに応じて指導いたします。エレガントな動きと美しい姿勢を身につけましょう。
金曜日/18:45~20:00(5回)
定員18名 受講料/7,500円
材料費等/—

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	<input type="checkbox"/> 長田区文化センター	<input type="checkbox"/> ピフレホール
講座番号			
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	-	-	

POST CARD

6 5 0 0 0 3 1

切手を貼ってください。

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。神戸市民文化振興財団 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

申込み締切日 12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 ◎見学いただける講座もありません

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の場合は、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。)

〈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、12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いください。(ネット振込み不可)**
- 納入期限までに受講料の払込取扱票を郵送していただき、12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。
- お支払いは、受講料の払込取扱票を郵送していただき、12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。
- ★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。1月末日までは残回数をお知らせしますが、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。

〈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、お客都合の場合は、受講料総額の30%手数料を差し引き、残額を返金して10月末未納分まで返金いたします。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〉

- ※返金後の材料費の返金はいたしません。**

〈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)が発せら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。

ピフレ 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>901 はがき絵教室(日曜) 友会会主 西川 友佳子 日曜日/10:00~12:00(5回) 定員27名 受講料6,000円 材料費等/実費</p>	<p>902 はがき絵教室(木曜) 友会会主 西川 友佳子 木曜日/10:00~12:00(5回) 定員27名 受講料6,000円 材料費等/実費</p>	<p>903 はがき絵教室(水曜) 友会会主 西川 友佳子 水曜日/13:30~15:30(5回) 定員27名 受講料6,000円 材料費等/実費</p>	<p>904 書道 神戸新聞習字班 上原道子 牛丸 好一 火曜日/13:00~15:00(10回) 定員27名 受講料12,000円 材料費等/実費</p>	<p>905 ボールペン・筆ペン・毛筆講座 文部科学省後援書道技能検定 兵庫県審査委員 光原幸幸 西川 絵梨 金曜日/10:00~12:00(5回) 定員27名 受講料6,500円 材料費等/教材費1,500円(5回分)</p>	<p>906 簡単和紙ちぎり絵 [工芸] しんこう認定講師 荒川 ひろみ 火曜日/10:00~12:00(3回) 定員12名 受講料4,200円 材料費等/実費</p>	<p>907 魅惑のシャンソン 日本シャンソン協会正会員 梶井 加代子 金曜日/10:00~12:00(5回) 定員27名 受講料6,500円 材料費等/実費</p>		
<p>908 初めてのシャンソン 日本シャンソン協会正会員 梶井 加代子 火曜日/10:00~12:00(5回) 定員27名 受講料6,500円 材料費等/実費</p>	<p>909 きらめき青春ソング 楽しい歌のタイムトラベル KOSMA音楽愛好会 谷口 愛 富永 まりい 月曜日/13:30~15:00(5回) 定員27名 受講料6,500円 材料費等/テキスト代1,200円(初回にお支払いください)</p>	<p>910 歌いながら楽しい脳トレ! [女性] ミュージックインストラクター 養成学院認定 歌療療法士 皆美 久音 月曜日/10:00~11:30(5回) 定員24名 受講料6,500円 材料費/教材費300円(初回にお支払いください)</p>	<p>911 俳句入門1 芭蕉俳句全国俳句大会特選 杉岡 竜風 水曜日/10:00~12:00(4回) 定員20名 受講料4,800円 材料費等/テキスト代1,500円</p>	<p>912 俳句入門2 芭蕉俳句全国俳句大会特選 杉岡 竜風 水曜日/13:30~15:30(4回) 定員20名 受講料4,800円 材料費等/テキスト代1,500円</p>	<p>913 俳句入門3 芭蕉俳句全国俳句大会特選 杉岡 竜風 木曜日/10:00~12:00(4回) 定員20名 受講料4,800円 材料費等/テキスト代1,500円</p>	<p>914 俳句入門4 芭蕉俳句全国俳句大会特選 杉岡 竜風 木曜日/13:30~15:30(4回) 定員20名 受講料4,800円 材料費等/テキスト代1,500円</p>	<p>915 神戸・阪神間のまちかど学 神戸学院大学非常勤講師(神戸市・地域) 谷口 義子 月曜日/14:00~15:30(5回) 定員35名 受講料6,500円 材料費等/—</p>	<p>916 おもしろ日本史III (現代) 元神戸学院女子大学准教授 藤井 雅英 木曜日/10:30~12:00(5回) 定員20名 受講料7,000円 材料費等/テキスト代1,980円(各自購入)</p>
<p>917 茶道1 長年 尾藤 早苗 月曜日/18:00~20:00(9回) 定員12名 受講料14,400円 材料費等/2,500円は初回にお支払いください</p>	<p>918 セブスアップいけばな 末生流家元 柳山 恵雨 月曜日/18:30~20:30(5回) 定員25名 受講料6,500円 材料費等/花代6,500円(5回分)は初回にお支払いください</p>	<p>919 くらしを彩るいけばな 末生流家元 柳山 恵雨 金曜日/13:00~15:00(5回) 定員25名 受講料6,500円 材料費等/花代6,500円(5回分)は初回にお支払いください</p>	<p>920 フラワーアレンジメントと植物雑貨 神戸フローラルアートスクール 中嶋 恵子 金曜日/18:10~20:10(3回) 定員18名 受講料5,400円 材料費等/9,000円(3,000円/回)</p>	<p>921 日曜料理教室 神戸市生活指導研究会 中山 智子 日曜日/10:00~12:00(3回) 定員18名 受講料5,400円 材料費等/材料費3,000円(3回分)は初回にお支払いください</p>	<p>922 大人のおもてなし料理 料理研究家 橋本 朋子 土曜日/10:00~12:00(3回) 定員18名 受講料5,400円 材料費等/材料費3,000円(3回分)は初回にお支払いください</p>	<p>923 おうちで作れる季節の和菓子 神戸市生活指導研究会 中嶋 恵子 水曜日/10:00~12:00(3回) 定員18名 受講料5,400円 材料費等/材料費1,800円(3回分)は初回にお支払いください</p>	<p>924 ハワイアンフラ (入門) [女性] Kimiyo フラ ハーラウ所属講師 藤原 佳織 木曜日/10:30~12:00(5回) 定員24名 受講料7,000円 材料費等/実費</p>	<p>925 ハワイアンフラ (初級) [女性] Kimiyo フラ ハーラウ所属講師 藤原 佳織 火曜日/13:00~14:30(5回) 定員24名 受講料7,000円 材料費等/実費</p>
<p>926 ヒップホップI 流行音楽・R代表 山本 秀子 水曜日/19:00~20:30(9回) 定員24名 受講料11,700円 材料費等/—</p>	<p>927 ガールズ HIPHOP [女性] 流行音楽・R代表 山本 秀子 月曜日/19:00~20:30(9回) 定員24名 受講料11,700円 材料費等/—</p>	<p>928 楽しいジャズダンス 流行音楽・R代表 山本 秀子 金曜日/13:30~15:00(9回) 定員24名 受講料11,700円 材料費等/—</p>	<p>929 クラシックバレエ(中学生~一般女性) 柴田バレエスタジオ 築本 美奈 金曜日/18:45~20:00(5回) 定員18名 受講料7,500円 材料費等/—</p>	<p>930 らくらくヨガ健康体操 ヘルシークワハラ 藤本 久美子 水曜日/13:30~15:00(5回) 定員21名 受講料6,500円 材料費等/—</p>	<p>931 シニアのためのヨガ&リズム体操 [女性] ヘルシークワハラ 藤本 久美子 水曜日/13:30~15:00(9回) 定員21名 受講料11,700円 材料費等/—</p>	<p>932 平野式アンチエイジングエクササイズ [女性] 元・宝塚歌劇団 平野 未祐紀 木曜日/18:30~20:00(10回) 定員18名 受講料13,000円 材料費等/—</p>	<p>933 お守り体操(金曜) [50歳以上] 健康運動指導士 藪田 恵 金曜日/11:00~12:30(5回) 定員24名 受講料6,500円 材料費等/—</p>	<p>934 いつでもできる力を自宅でできるトレーニング [50歳以上] GLORIA BODY'S 和田 忠士 火曜日/13:00~14:30(5回) 定員24名 受講料6,750円 材料費等/—</p>
<p>935 若々しく美しい姿勢と歩き方 姿勢スタイルリスト(一) 柳井 博子 月曜日/10:30~12:00(3回) 定員24名 受講料3,900円 材料費等/—</p>	<p>936 楽しい写真教室 写真講師 柳井 博子 金曜日/10:00~12:00(6回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/実費</p>	<p>① 親子でリトミック (1歳半~3歳くらい) 関西国際大学非常勤講師 三橋 佳佳子 金曜日/10:00~10:40(11:00~11:40)(5回) 定員12名 受講料6,500円 材料費等/—</p>	<p>② こども新体操教室 (4歳~小学6年) 神戸市立新体操クラブ 中山 和子 水曜日/16:45~18:15(9回) 定員18名 受講料9,900円 材料費等/実費</p>	<p>③ 本格タイ料理教室 ミーサンティア ペンジャウン 火曜日/12:00~14:00(5回) 定員18名 受講料9,000円 材料費等/材料費5,000円は初回にお支払いください</p>	<p>④ クラシックバレエ [女性] 柴田バレエスタジオ 築本 美奈 水曜日/10:30~11:45(5回) 定員18名 受講料7,500円 材料費等/—</p>			

ピフレ 随時講座

健康は歩くこと! 良い姿勢の正しい歩行で健康的な歩方をマスターしましょう。歩くことで心身が楽しくなる1歩くことは楽しいスポーツです。

カメラの使い方、光の使い方、写真加工など実習を交えながら楽しく学びます。「写す」だけでなく「表現したい」を目標として1写真撮影は関係なくご自身の写真のレベルアップを目指しましょう。

ピフレ 市民講座

詳細はお問い合わせください。

① 韓国朝鮮語教室 韓玉順
火曜日/10:30~12:00/18:30~20:00
水曜日/10:30~12:00
木曜日/18:30~20:00

初心者でもOKです。日本と同じ意味で使われている漢字単語を駆使して分かり易く指導いたします。韓国語を楽しみましょう!

長田 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。

303 日曜水彩画 美術・絵画 関西水彩画会常任委員、東光会会員 松井 美保子 日曜日/10:00~12:00(5回) 定員18名 受講料8,500円 材料費等/モチーフ代 約500円	304 やさしい染色 工(手)芸 日展会員、日本新工芸家連盟所属 中來友 万里 土曜日/13:30~15:30(5回) 定員20名 受講料6,500円 材料費等/8,000円(引き継ぎの方は7,000円)	305 歌謡レッスン 音楽 日本クラウン 美山 京子 美山 文子 火曜日/13:00~15:00(10回) 定員30名 受講料11,000円 材料費等/実費	306 コーラス(A) [女性] 音楽 コーラス講師 松平 舞以 第4を除く水曜日/13:00~14:45(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/実費	307 コーラス(B) [女性] 音楽 コーラス講師 松平 舞以 第4を除く水曜日/14:55~16:40(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/実費	308 愛LOVEポピュラーソング花組A 音楽 愛LOVEポピュラーソング講師 神奈 あい 桐 さと美 金曜日/10:00~11:30(9回) 定員30名 受講料11,700円 材料費等/楽譜代 800円	309 愛LOVEポピュラーソング花組B 音楽 愛LOVEポピュラーソング講師 神奈 あい 桐 さと美 金曜日/13:30~15:00(9回) 定員30名 受講料11,700円 材料費等/楽譜代 800円	311 ピアノ伴奏で歌う歌謡講座 音楽 声楽家 李 浩麗 高橋 麻理子 月曜日/10:30~12:00(5回) 定員20名 受講料7,500円 材料費/テキスト代約500円(楽譜代別注) 他費
313 昭和の歌謡曲を歌おう! 音楽 KOSMA音楽愛好会 早川 奈緒美 住元 美穂 土曜日/10:30~12:00(5回) 定員20名 受講料7,500円 材料費等/テキスト代1,300円+税その他実費	314 はずむ歌声リフレッシュ 音楽 KOSMA音楽愛好会 後藤 美和子 KOSMA音楽愛好会 住元 美穂 月曜日/10:30~12:00(5回) 定員20名 受講料7,500円 材料費/テキスト代500円(楽譜代別注) 他費	315 世界の名歌を歌おう(月クラス) 音楽 講師:工藤カゲノブ 講師:江崎カゲノブ 西村 圭市 村田 夏帆 月曜日/14:00~15:30(5回) 定員30名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代1,000円	316 世界の名歌を歌おう(水クラス) 音楽 講師:工藤カゲノブ 講師:江崎カゲノブ 伊藤 友祐 高津 小百合 水曜日/10:30~12:00(5回) 定員30名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代1,000円	317 楽しいピアノ教室(月) 音楽 ピアノ講師 福島 美幸 月曜日/13:00~16:00(5回) 定員7名 受講料16,000円 材料費等/テキスト代約3,000円(講師と相談)	318 楽しいピアノ教室(金) 音楽 ピアノ講師 福島 美幸 金曜日/13:00~15:30(5回) 定員6名 受講料16,000円 材料費等/テキスト代約1,500円(講師と相談)	319 川柳はじめての一步 文学 ふあうすと同人 現代川柳会 宮本 緑 妻木 寿美代 水曜日/10:00~12:00(5回) 定員20名 受講料6,500円 材料費等/実費	320 初級英会話 語学 英会話講師 ヒトミ コーザ 城間 火曜日/10:30~12:00(10回) 定員20名 受講料13,000円 材料費等/テキスト代講師が準備
321 楽しい英会話 語学 英会話講師 ジーン k トヨサキ 第4を除く水曜日/18:30~20:00(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/テキスト代講師が準備	323 ベリーダンス de 健康美 [女性] ダンス ベリーダンサー Nagu 土曜日/13:00~14:30(6回) 定員20名 受講料8,100円 材料費等/—	324 ベリーダンス (ビギナー・ハイビギナー) ダンス ベリーダンサー Nagu 土曜日/14:50~16:20(6回) 定員20名 受講料8,100円 材料費等/—	325 歌って笑って若返り! 楽しい歌唱法(65歳以上女性) その他 ミュージックインストラクターズ 音楽療法士 皆美 久音 火曜日/10:00~11:30(5回) 定員20名 受講料6,500円 材料費等/教材費(500円/初回のみ)	326 男性のための歌唱療法講座(65歳以上男性) その他 ミュージックインストラクターズ 音楽療法士 皆美 久音 火曜日/13:30~15:00(5回) 定員10名 受講料6,500円 材料費等/教材費(800円/初回のみ)	327 女性のための健康麻雀(初級) その他 健康マージャン協会 レッスンプロ 徳川 孔明 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1,500円(講師に講師へ支払)	328 女性のための健康麻雀(入門) その他 健康マージャン協会 レッスンプロ 徳川 孔明 月曜日/13:00~15:00(5回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代1,500円(講師に講師へ支払)	329 女性のための健康麻雀(中級A) その他 健康マージャン協会 レッスンプロ 徳川 孔明 月曜日/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1,500円(講師に講師へ支払)
330 女性のための健康麻雀(中級B) その他 健康マージャン協会 レッスンプロ 徳川 孔明 水曜日/13:00~15:00(5回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代1,500円(講師に講師へ支払)	331 フレイル予防のための「足腰元気体操」 スポーツ・健康 健康運動指導士 NPO法人ステップ協会スクエア 黒木 輝幸 月曜日/10:00~11:30(5回) 定員20名 受講料4,500円 材料費等/—	332 卓球 A スポーツ・健康 日本スポーツ協会公認 スポーツ指導者卓球 吉田 香代子 窪田 千安岐 第4を除く水曜日/9:45~11:45(8回) 定員30名 受講料10,400円 材料費等/ピン球代含む	333 卓球 B スポーツ・健康 日本スポーツ協会公認 スポーツ指導者卓球 川崎 正幸 柳谷 茂昭 火曜日/18:00~20:00(10回) 定員30名 受講料13,000円 材料費等/ピン球代含む	334 熟年卓球 スポーツ・健康 日本スポーツ協会公認 スポーツ指導者卓球 剛 由美子 稲満 一美 月曜日/10:00~12:00(10回) 定員30名 受講料13,000円 材料費等/ピン球代含む	335 バドミントン A スポーツ・健康 神戸市バドミントン協会 肝月 肇 清水 靖子 金曜日/10:00~12:00(9回) 定員30名 受講料12,600円 材料費等/シャトル代含む	336 バドミントン B スポーツ・健康 神戸市バドミントン協会 嶋村 明美 山田 優子 金曜日/13:30~15:30(9回) 定員30名 受講料12,600円 材料費等/シャトル代含む	337 バドミントン C スポーツ・健康 神戸市バドミントン協会 高垣 明子 天羽 淳子 火曜日/18:30~20:30(10回) 定員30名 受講料14,000円 材料費等/シャトル代含む
338 バドミントン D スポーツ・健康 神戸市バドミントン協会 湯村 明美 山田 優子 第4を除く水曜日/14:00~16:00(8回) 定員30名 受講料11,200円 材料費等/シャトル代含む	339 マットピラティス A スポーツ・健康 ストットピラティス認定インストラクター 赤松 由美子 土曜日/13:00~14:30(10回) 定員18名 受講料13,000円 材料費等/—	340 マットピラティス 中級 B スポーツ・健康 ストットピラティス認定インストラクター 赤松 由美子 土曜日/14:50~16:20(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—	341 マットピラティス C スポーツ・健康 ストットピラティス認定インストラクター 赤松 由美子 木曜日/18:00~19:30(10回) 定員17名 受講料13,000円 材料費等/—	342 ヘルスアップ 美・ボディ スポーツ・健康 ストットピラティス認定インストラクター 赤松 由美子 月曜日/13:00~14:45(5回) 定員20名 受講料6,500円 材料費等/—	343 気功入門(水曜) スポーツ・健康 李 敬烈 第4を除く水曜日/10:30~12:00(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/—	344 気功入門(木曜) スポーツ・健康 李 敬烈 木曜日/10:30~12:00(10回) 定員20名 受講料13,000円 材料費等/—	345 ゆうゆう太極拳 入門クラス(初級)(女性) スポーツ・健康 NPO法人神戸太極拳協会 MISA 金曜日/13:00~14:30(9回) 定員20名 受講料12,150円 材料費等/—
346 ゆうゆう太極拳 24式クラス(中級) スポーツ・健康 NPO法人神戸太極拳協会 MISA 金曜日/14:45~16:15(9回) 定員20名 受講料12,150円 材料費等/—	347 ヨガ美療体操 A [女性] スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 嶋津 清江 火曜日/10:30~12:00(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—	348 ヨガ美療体操 B [女性] スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 伊関 千鶴 金曜日/10:00~11:30(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—	349 ヨガ美療体操 C [女性] スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 松井 由紀子 第4を除く水曜日/13:00~14:30(8回) 定員16名 受講料10,400円 材料費等/—	350 ヨガ美療体操 D [女性] スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 藤本 久美子 金曜日/18:30~20:00(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—	351 ヨガ美療体操 E [女性] スポーツ・健康 ヘルシークワハラ のりちゃん 第4を除く水曜日/18:30~20:00(8回) 定員16名 受講料10,400円 材料費等/—	352 整体ヨガ美療 スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 嶋津 清江 火曜日/13:30~15:00(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—	353 熟年ヨガ美療体操 スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 竹村 京子 金曜日/14:00~15:30(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—
354 男性ピラティス&ストレッチ スポーツ・健康 ストットピラティス認定インストラクター 赤松 由美子 月曜日/18:30~20:00(9回) 定員16名 受講料11,700円 材料費等/—	355 熟年健康体操 [50歳以上] スポーツ・健康 健康運動指導士 小原 裕子 金曜日/13:30~15:00(10回) 定員50名 受講料13,000円 材料費等/—	356 いきいき体操 スポーツ・健康 近畿自衛隊の森実指導員 藤井 千代 森山 万里子 第4を除く水曜日/14:00~15:30(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/—	359 じわ汗! ゆっくり骨盤体操 スポーツ・健康 フィットネスインストラクター 橋本 麻友子 第4を除く水曜日/10:00~11:30(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/—	360 自力整体 スポーツ・健康 自力整体ナビゲーター 清水 克晃 月曜日/13:30~14:45(10回) 定員15名 受講料13,000円 材料費等/—	361 バランス経絡体操(午前) スポーツ・健康 (有)グリーンハウス所属 小原 裕子 木曜日/10:00~11:30(10回) 定員20名 受講料13,000円 材料費等/—	362 バランス経絡体操(午後) スポーツ・健康 (有)グリーンハウス所属 原 美幸 木曜日/14:55~16:25(8回) 定員20名 受講料10,400円 材料費等/—	363 心と体のバランスをとるストレッチヨガ スポーツ・健康 ヨガインストラクター 高山 理恵 土曜日/10:00~11:30(10回) 定員16名 受講料13,000円 材料費等/—

301 洋画 美術・絵画 1/10 劇元会兵庫支部長 大和 純子 金曜日/10:00~12:00(10回) 定員20名 受講料20,000円 材料費等/— 初心者歓迎! 静物、風景などの画題に取り組み自由な画材で自由な描き方で自分なりの表現が出来るように指導していきます。(モデル代含む)	302 人物デッサン 美術・絵画 1/12 前田 真弥子 日曜日/10:30~12:30(5回) 定員20名 受講料9,000円 材料費等/モデル代:実費 2回目にモデルが変わり、初心者から熟練者まで、それぞれのデッサン力の向上をめざします。
---	---

14 子どもが主役! 楽しいコーラス 随時 関西二期会理事・相模大学講師 馬場 清孝 土曜日/10:40~11:50(5回) 定員20名 受講料6,000円 材料費等/教材材料費500円(講師へ支払)	15 美幸の楽しいピアノ教室 随時 ピアノ講師 福島 美幸 月曜日/9:00~11:30(5回) 定員6名 受講料16,000円 材料費等/テキスト代約3,000円(講師と相談)	16 リーチー発! 女性麻雀(初級)夜の部 随時 健康マージャン協会 レッスンプロ 徳川 孔明 月曜日/18:00~20:00(5回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/テキスト代1,500円(講師に講師へ支払)	17 ホットゆるめるリラクソロジー 随時 ヨガインストラクター 高山 理恵 火曜日/18:30~20:00(5回) 定員18名 受講料6,500円 材料費等/—	20 ウクレレを弾いてみよう 随時 ギタリスト 井伊 敏子 月曜日/13:00~14:00(6回) 定員10名 受講料9,000円 材料費等/楽譜代1,500円(クレイジー1回1,000円)	21 心も踊る! ポリウッドダンス 随時 南インド古典舞踊グループ モリ 真奈美 水曜日/18:30~20:00(4回) 定員20名 受講料6,800円 材料費等/—
---	--	---	---	--	--

長田 随時講座

※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。