

北神区文化センター

1月開講

2026年冬講座
1月〜3月

受講生募集!!

11月7日から受付開始!

〒651-1302
神戸市北区藤原台中町1-3-1
☎078-987-3400
休館日: 第4月曜 ※第4が祝日の場合は開館します。

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

同場公園
文化センター
有野小学校
北神区役所
神戸区役所
神戸区立中央図書館
神戸区立中央公民館
神戸区立中央体育館
神戸区立中央市民会館
神戸区立中央市民センター

★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。】

中学生のみさんへ

神戸市の中学生対象 KOBE・KATSU 開始を見据えて2025年度冬講座から **中学** のある講座では中学生を受け入れます。

受講料は **半額**

補欠・落選通知ハガキ廃止のお知らせ

2026年度春講座より、これまでハガキでお送りしていたご案内ですが、今後はSMSでのお知らせとなります。また、すでに受講中の皆さまは、各センターまで携帯電話番号を必ずお知らせください。ご理解とご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

※SoftBankをご利用のお客様には、6桁の番号から、その他のキャリアをご利用のお客様には、078-381-5330(文化センター部)の番号からSMSが届きます。

おすすめ定例講座

美術・絵画

1/10

808 土曜絵画 (高校生〜)

講師
国画会会員
山口 静治

土曜日 / 13:00〜15:00 (8回)
定員 / 10名 受講料 / 16,000円 材料費等 / 実費

デッサン・水彩・油絵等自由な題材で初歩から指導します。いつでも、何でも楽しく描けるよう、また経験者はそれなりに高度な技術。

音楽

1/16

825 ポップス・ジャズを歌おう①※3

講師
ボーカル・ピアノ弾き語り
新田 佳子

原則第1・3金曜日 / 13:00〜14:30 (16回) 定員 / 12名
受講料 / 12,000円 材料費等 / 英朗朗読のCD500円程度

ジャズやポップス、ラテンや映画音楽など、歌うためのポイントを学びながら歌い、発表会やセッションも有志で参加できます。

音楽

1/4

836 夜のギター (初級〜中級)

講師
クラブ音楽教室・アジャンプ音楽教室ギター講師
井上 成人

水曜日 / 19:00〜20:00 (8回)
欠員補充 受講料 / 11,200円 材料費等 / テキスト代1,650円

初心者から経験者まで、ポピュラーやクラシックの名曲を教材に、ギターの演奏技術を学んでいきます。

音楽

1/12

875 ハワイアン フラ (入門)

講師
Kimiko フラ ハーウ インストラクター
風 敬子

月曜日 / 9:10〜10:40 (8回)
定員 / 20名 受講料 / 13,520円 材料費等 / 実費

「明るく楽しくいきいき」とをモットーにハワイ語の意匠を取り合い踊ります。心も身体もウキウキ。アロハの心で健康になりましょう。

スポーツ・健康

1/9

894 バランス 経絡体操

講師
グリーン健康会
原美幸 石川裕子 赤井 衛子

金曜日 / 13:30〜14:50 (8回)
定員 / 20名 受講料 / 10,800円 材料費等 / 実費

体の歪みによる痛みや強張りを目分はることで、長年のつらから解放されます。自分の体自分で治す体操を知るチャンスです。

スポーツ・健康

1/14

900 タイ式自己整体ヨガ ルーシーダットン

講師
CCAルーシーダットンインストラクター
人見 祐三子

水曜日 / 10:00〜11:30 (8回)
定員 / 12名 受講料 / 12,000円 材料費等 / 実費

独自の呼吸法と「セン」というエネルギーを軸としたポーズでセルスマッサージや自己整体の要素が高いのが特長。呼吸も身体もすっきり軽やかになりますよ!

スポーツ・健康

1/6

913 美と健康 get 気分爽快! キックボクシング (女性限定)

講師
キックボクシングトレーナー
りか&しん

火曜日 / 19:30〜20:45 (8回)
定員 / 12名 受講料 / 14,800円 材料費等 / グローブ、レガース代

「運動不足の自分でもできるかな?」かためて、夢にもなる燃焼! 楽しく、健康的、人物にも挑戦。楽しく、厳しく自分の体を鍛えていきます。初心者でも大丈夫です。描き続けてきた人も歓迎です。

※ 楽器を使用する講座、語学の講座は秋講座の受講生が優先して冬講座を受講できます。これらの冬講座は欠員補充の募集となります。

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	2026年冬講座 北神区文化センター		
講座番号			
講座名			
フリガナ			
氏名			
住所	〒 -		
年齢	歳 (年)	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

POST CARD

6500031

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

ハガキでの申込締切
11月27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。

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・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。

11月30日まで

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

11月30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27日 消印有効

抽選後必ず定員に余裕のある場合がございました。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、利用者の意思による情報の提供を原則とし、講座のサービスの提供を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、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等があった場合は、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。

〈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下さい。(ネット振込み不可)
○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たすので文化センターまで必ずご連絡ください。
〈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按分しますが、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。
〈退講による受講料の返金〉
○退講による受講料の返金については、次の通りです。①講座中止時は全額②開講前のキャンセルは受講料から手数料1,100円差し引く③開講後、お客様都合の場合は受講料から受講料総額の30%の手数料を引き、残回数を按分して、10円未満は10円未満を返金。
※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いただいた場合のみ。
〈材料費の返金〉
○発表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。

801 水墨画	802 たのしい油絵	804 水彩画②	805 水彩画③	806 水彩画④	808 土曜絵画 (高校生〜)	809 パステル画
兵庫県作家協会参与 福田 浪舟	主体美術協会 坂田 嘉憲	新制作協会 会員 丸尾 宏一	新制作協会 会員 丸尾 宏一	新制作協会 会員 丸尾 宏一	国画会会員 山口 静治	国画会会員 宮地 佳代
土曜日 / 10:00〜12:00 (8回) 定員15名 受講料14,400円 材料費等 / 実費	原則第1・3木曜日 / 10:00〜12:00 (6回) 定員8名 受講料10,800円 材料費等 / 実費	水曜日 / 13:30〜15:30 (7回) 定員12名 受講料13,860円 材料費等 / 実費	火曜日 / 10:00〜12:00 (7回) 定員12名 受講料13,860円 材料費等 / 実費	火曜日 / 13:30〜15:30 (7回) 定員12名 受講料13,860円 材料費等 / 実費	土曜日 / 13:00〜15:00 (8回) 定員10名 受講料16,000円 材料費等 / 実費	土曜日 / 13:30〜15:30 (8回) 定員12名 受講料14,920円 材料費等 / 実費
季節の風景と季節の花や山水などを水墨の清らかな世界に託してみませんか。	自由なモチーフや卓上に置かれた物を、油絵の具で楽しく描いていきます。初めての人も歓迎です。基本から、ていねいに教えます。	水彩画の技法を学びながら、季節の野菜、花、身近な動物を描く。風景画、人物画にも挑戦。楽しく、厳しく自分の絵を追求していきます。初心者でも大丈夫です。描き続けてきた人も歓迎です。	水彩画の技法を学びながら、季節の野菜、花、身近な動物を描く。風景画、人物画にも挑戦。楽しく、厳しく自分の絵を追求していきます。初心者でも大丈夫です。描き続けてきた人も歓迎です。	水彩画の技法を学びながら、季節の野菜、花、身近な動物を描く。風景画、人物画にも挑戦。楽しく、厳しく自分の絵を追求していきます。初心者でも大丈夫です。描き続けてきた人も歓迎です。	デッサン・水彩・油絵等自由な題材で初歩から指導します。いつでも、何でも楽しく描けるよう、また経験者はそれなりに高度な技術。	パステルは数粒に始められる題材です。身近な対象を描き、パステル画に固有の使いいなどを学びながら、その魅力を学びましょう。
810 初心者からの色鉛筆画	812 書道①	813 書道②	814 書道③	815 書道④	816 アート書道	817 ペン習字
田貫 千絵	兵庫県作家協会 山本 沙雪	兵庫県作家協会 山本 沙雪	兵庫県作家協会 山本 沙雪	兵庫県作家協会 山本 沙雪	星友会所属 田中 幸子	兵庫県作家協会 安藤 明美
月曜日 / 10:15〜12:00 (6回) 定員12名 受講料13,200円 材料費等 / 実費	第1・3木曜日 / 10:00〜12:00 (6回) 定員12名 受講料9,660円 材料費等 / 実費	第1・3木曜日 / 13:00〜15:00 (6回) 定員12名 受講料9,660円 材料費等 / 実費	第2・4木曜日 / 10:00〜12:00 (6回) 定員12名 受講料9,660円 材料費等 / 実費	第2・4木曜日 / 13:00〜15:00 (6回) 定員12名 受講料9,660円 材料費等 / 実費	土曜日 / 10:00〜12:00 (8回) 定員12名 受講料11,600円 材料費等 / 実費	火曜日 / 10:00〜12:00 (8回) 定員12名 受講料12,480円 材料費等 / テキスト代1,000円(希望者のみ) 実費
基本のタッチ、ストロークから始めて、一つずつ技術を身に付けていきます。手軽な題材、色鉛筆で本格的な絵を描いてみましょう。	大筆での楷書、行書を中心に、簡単な古典臨書をしていきます。小筆での季節に合った実用書も書きます。希望により読書作品も可能です。	大筆での楷書、行書を中心に、簡単な古典臨書をしていきます。小筆での季節に合った実用書も書きます。希望により読書作品も可能です。	大筆での楷書、行書を中心に、簡単な古典臨書をしていきます。小筆での季節に合った実用書も書きます。希望により読書作品も可能です。	大筆での楷書、行書を中心に、簡単な古典臨書をしていきます。小筆での季節に合った実用書も書きます。希望により読書作品も可能です。	初心者からベテランまで、思い思いの書作を創ってみたい。一筆の書に心を込めながら、また、毎月の「ひらり」誌の読書欄を書きます。	書の名品(古画)を模写で書き、鑑賞しましょう。また、毎月の「ひらり」誌の読書欄を書きます。
820 ステンドグラス (入門)	821 ステンドグラス (初級)	822 楽しい日本民謡	823 詩吟	824 たのしいコース!	825 ポップス・ジャズを歌おう①	826 ポップス・ジャズを歌おう②
グレイ会主宰 花房 良卓	グレイ会主宰 花房 良卓	日本民謡・民舞兵庫県連合会理事 山本 勢也	吟道研 総師範 石井 尊博	(公財) 神戸市民文化振興財団・読書会 嶋本 晃	ボーカル・ピアノ・弾き語り 新田 佳子	ボーカル・ピアノ・弾き語り 新田 佳子
金曜日 / 10:00〜12:00 (6回) 定員18名 受講料9,900円 材料費等 / 材料費4,400円〜(税込1名)、別途工賃レンタル代と消耗品費1,980円(税込6名分)	金曜日 / 13:00〜15:00 (6回) 定員18名 受講料9,900円 材料費等 / 材料費4,400円〜(税込1名)、別途工賃レンタル代と消耗品費1,980円(税込6名分)	水曜日 / 15:00〜17:00 (7回) 定員6名 受講料18,480円 材料費等 / 実費	金曜日 / 13:00〜15:00 (7回) 定員10名 受講料10,500円 材料費等 / 教本巻2 4,000円程度	木曜日 / 10:00〜11:30 (7回) 定員30名 受講料12,600円 材料費等 / 実費	原則第1・3金曜日 / 13:00〜14:30 (6回) 定員12名 受講料12,000円 材料費等 / 英朗朗読のCD500円程度	原則第1・3金曜日 / 15:00〜16:30 (6回) 定員12名 受講料12,000円 材料費等 / 英朗朗読のCD500円程度
ステンドグラスで作る四季の花や折々の飾りやランプなど、基本を学びながら製作いただきます。	ステンドグラス製作経験者対象クラスです。内容は、作品サイズの制約はありますが自由です。ご希望があればデザイン致します。	民謡とは天に向かって叫ぶ声こそ実なり。祖先が残してくれた大切な文化遺産を一緒に歌ってみたい。一度歌ってみたい。歌ってみたい。	経験者はもちろん、初心者の方も大歓迎。お腹の底から大きな声を出してストレーを発散させよう。共に演劇の勉強も致します。	思い出の歌をコースで歌ってみたい。か?みんなど心をつとにしたい。ハーモニを奏してみよう。来週の手習いも大歓迎です。	ジャズやポップス、ラテンや映画音楽など歌うためのポイントを学びながら歌い、発表会やセッションも有志で参加できます。	ジャズやポップス、ラテンや映画音楽など歌うためのポイントを学びながら歌い、発表会やセッションも有志で参加できます。
829 はずむ歌声リフレッシュ	831 フルート(初級)	832 フルート(準中級)	833 フルート(中級)	834 楽しいギター (入門〜初級)	835 楽しいギター (中級)	836 夜のギター (初級〜中級)
KOSMA 音楽愛好会 後藤 美和子	NO21ハルフル・グループ・タラギタ・音楽部 神戸音楽協会 山中 淳史	NO21ハルフル・グループ・タラギタ・音楽部 神戸音楽協会 山中 淳史	NO21ハルフル・グループ・タラギタ・音楽部 神戸音楽協会 山中 淳史	クラブ音楽教室・アジャンプ音楽教室ギター講師 井上 成人	クラブ音楽教室・アジャンプ音楽教室ギター講師 井上 成人	クラブ音楽教室・アジャンプ音楽教室ギター講師 井上 成人
第2・4木曜日 / 13:00〜14:30 (5回) 定員20名 受講料12,400円 材料費等 / テキスト代660円	土曜日 / 9:15〜10:45 (6回) 欠員補充 受講料16,200円 材料費等 / テキスト代1,000円(※お持ちでない方)	土曜日 / 13:00〜14:30 (6回) 欠員補充 受講料16,200円 材料費等 / テキスト代1,000円(※お持ちでない方)	土曜日 / 11:00〜12:30 (6回) 欠員補充 受講料16,200円 材料費等 / テキスト代1,000円(※お持ちでない方)	火曜日 / 12:50〜13:50 (8回) 欠員補充 受講料11,200円 材料費等 / テキスト代1,650円	火曜日 / 14:00〜15:00 (8回) 欠員補充 受講料11,200円 材料費等 / テキスト代1,650円	水曜日 / 19:00〜20:00 (8回) 欠員補充 受講料11,200円 材料費等 / テキスト代1,650円
嬉しいときも一人のときも、どんなときも歌は友達。心はずむ歌を歌いながら歌ってみたい。仲間と一緒にリフレッシュ。	フルート経験者の方が対象の講座です。基礎的な練習と二重奏以上のアンサンブルを楽しみます。美しいハーモニを奏でましょう!	初級では少し物足りない方が対象の講座です。さらに幅広い音域を学び、奏法と表現に磨きをかけます。軽快なリズムを奏でましょう!	より専門的な技術も身に付けていける方が対象の講座です。高度な演奏技術や音楽表現にも取り組めます。魅力的な音楽を奏でましょう!	初心者におすすめの講座です。ポピュラーやクラシックの名曲を教材に、ギターのイロハから学んでいきます。	ギターオリジナル曲をはじめ、ポピュラーやクラシックの名曲を教材に、ギターの演奏技術のレベルアップを目指します。	初心者から経験者まで、ポピュラーやクラシックの名曲を教材に、ギターの演奏技術を学んでいきます。
839 楽しいウクレレ (初級)②	840 楽しいウクレレ (初・中級)①	841 楽しいウクレレ (初・中級)②	842 楽しいウクレレ (中級)	843 はじめてのピアノ①	844 はじめてのピアノ②	845 わくわくときめきピアノ
神戸Ukuleleくらぶ講師 神川 敬治	神戸Ukuleleくらぶ講師 神川 敬治	神戸Ukuleleくらぶ講師 神川 敬治	神戸Ukuleleくらぶ講師 神川 敬治	KOSMA 音楽愛好会 後藤 美和子	KOSMA 音楽愛好会 後藤 美和子	ボーカル・ピアノ・弾き語り 新田 佳子
木曜日 / 9:00〜10:00 (10回) 欠員補充 受講料12,400円 材料費等 / 初回に講師より説明があります。	木曜日 / 11:20〜12:20 (10回) 欠員補充 受講料12,400円 材料費等 / 初回に講師より説明があります。	木曜日 / 13:00〜14:00 (10回) 欠員補充 受講料12,400円 材料費等 / 初回に講師より説明があります。	木曜日 / 10:10〜11:10 (10回) 欠員補充 受講料12,400円 材料費等 / 初回に講師より説明があります。	第1・3木曜日 / 10:00〜12:30 (6回) 欠員補充 受講料16,860円 材料費等 / 楽譜代(実費)	原則第1・3金曜日 / 13:00〜15:30 (6回) 欠員補充 受講料16,860円 材料費等 / 楽譜代(実費)	原則第1・3金曜日 / 11:00〜12:30 (6回) 欠員補充 受講料18,000円 材料費等 / 実費
基本をふりかえりながらステップアップを目指します。	クラスに合ったテキストで楽しくステップアップを目指します。	クラスに合ったテキストで楽しくステップアップを目指します。	基本の技量があり、更なるステップアップを目指します。	基礎から練習! 楽譜の読みから始め「エレゼのために」などのクラシックの曲に挑戦。音楽やピアノも楽しみましょう。ひとり30分のレッスンです。(受講時間の調整をお願いすることがあります。)	基礎から練習! 楽譜の読みから始め「エレゼのために」などのクラシックの曲に挑戦。音楽やピアノも楽しみましょう。ひとり30分のレッスンです。(受講時間の調整をお願いすることがあります。)	ジャズやポップスなどの弾きたい曲、弾き語りしたい曲、大好きな曲をそれぞれレベルやペースに合わせて、アレンジをしながら練習していきます。
846 ドラム①	847 ドラム②					
土曜日 / 13:15〜14:45 (6回) 欠員補充 受講料19,800円 材料費等 / 実費	土曜日 / 15:00〜16:30 (6回) 欠員補充 受講料19,800円 材料費等 / 実費					
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! 初めの方でも大丈夫です。	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! 初めの方でも大丈夫です。					

※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。

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。

848 ドラム③

音楽

1/10

古田 雄士

土曜日/16:45~18:15(6回)
欠員補充 受講料19,800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！初めての方も大丈夫です。

849 ドラム④

音楽

1/10

古田 雄士

土曜日/18:30~20:00(6回)
欠員補充 受講料19,800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！初めての方も大丈夫です。

854 俳句(入門)

文学 歴史

1/6

兵庫県俳句協会会長・「貝の会」主宰
楠田 哲朗

火曜日/13:15~15:00(5回)
定員20名 受講料6,450円
材料費等/実費



五・七・五の世界を体験してみましょう。身の回りに句持ちは溢れています。感動した一瞬を平易な言葉で俳句を作ってみましょう。

855 川柳とあそび！

文学 歴史

1/9

時の川柳社主宰
矢沢 和女

金曜日/14:30~16:30(5回)
定員15名 受講料8,050円
材料費等/実費



喜怒哀楽を五・七・五にしてみませんか。

856 神戸の歴史を訪ねて

文学 歴史

1/22

元神戸市立博物館学芸員
間屋 真一

木曜日/14:00~15:30(4回)
定員12名 受講料6,000円
材料費等/—



神戸の描かれた名所を題材に、どのような場所や風物が名所と言われたのか探ります。館外実習は近代の名所でもある市引の港へ行きます。

857 茶道(裏千家)

茶華道

1/10

裏千家助教授
寺西 宗裕

土曜日/14:00~16:00(6回)
定員15名 受講料12,780円
材料費等/実費



喉の渇きをいやすだけでなく、マナーや礼儀、茶道を通じて日本の伝統文化を学んでみませんか。椅子に腰かけかがですか。

858 暮らしの生け花(嵯峨御流)

茶華道

1/7

兵庫県いけばな協会会員
藤原 廣南

原則第1・3水曜日/10:00~11:50(6回)
定員10名 受講料9,360円
材料費等/花材6回分(1回1,200円程度)



貴方の身近にあるお花に触れ、語り合い、日々の暮らしにゆとりある時間を持たせませんか。

859 お仕事帰りのフラワーアレンジメント

茶華道

1/21

Flowers Rain代表、
フラワー装飾技能士1級
大島 里花

水曜日/18:00~20:00(3回)
定員10名 受講料4,680円
材料費等/花材3回分(1回2,000円程度)



お仕事帰りや空き時間、イベントや季節のアレンジをレッスン。初めての方も安心してアレンジメントを楽しめます。お花から癒しをもらいましょう！

860 楽しい洋裁

洋和裁

1/13

西垣 琴美

火曜日/10:00~12:00(7回)
定員15名 受講料12,740円
材料費等/実費



初心者大歓迎。びっくりサイズの好みの服を作りませんか？製図の書き方から縫製まで学べます。型紙持参でも大丈夫です。着物のリメイクもできます。

861 手編み教室

洋和裁

1/5

日本手芸協会 協会 編み准師範
小室 千晃

月曜日/13:00~15:00(7回)
定員10名 受講料10,500円
材料費等/実費



1本の糸から、さまざまな物が作れる編物。自分のために、誰かへのプレゼントに、一度挑戦してみませんか。作品づくりの中から基礎を学びます。

862 北欧の暮らしの編み物

洋和裁

1/10

GRAPPONIA代表
岡岡 稚子

土曜日/12:30~14:30(9回)
定員10名 受講料16,200円
材料費等/毛糸5,000円程度(レートによって変動します)



近年注目されている文庫パターンを使用し、編み方やパターンの解説をはじめ、テーマに沿って色々なテクニックを学ぶ講座です。

863 英会話(入門)①

語学

1/7

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

水曜日/10:00~11:30(9回)
欠員補充 受講料11,610円
材料費等/テキスト代3,700円程度



日常の様々な場面で使う基礎的な英語を学びます。ネイティブスピーカーと話しながら、「聴きと聞く・読む・話す」力を身につけましょう！(2024年夏講座より現在のテキストを使用しています)

864 英会話(入門)②

語学

1/7

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

水曜日/14:35~16:05(9回)
欠員補充 受講料11,610円
材料費等/テキスト代3,700円程度



日常の様々な場面で使う基礎的な英語を学びます。ネイティブスピーカーと話しながら、「聴きと聞く・読む・話す」力を身につけましょう！(2024年夏講座より現在のテキストを使用しています)

865 英会話(初級)

語学

1/7

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

水曜日/13:00~14:30(9回)
欠員補充 受講料11,610円
材料費等/テキスト代3,700円程度



入門より、もう少し幅広く、「聞く・読む・話す」を学びます。ネイティブスピーカーと英語で話しながら、もっと会話力をつけましょう！(2024年夏講座より現在のテキストを使用しています)

866 英会話(中級)

語学

1/7

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

水曜日/16:10~17:00(9回)
欠員補充 受講料5,850円
材料費等/テキスト代3,700円程度



さらに幅広く「聴きと聞く・話す」を学びます。様々な場面で英語の表現を練習し、自然な会話力を身につけましょう！(2024年夏講座より現在のテキストを使用しています)

867 たのしい子ども英会話(入門)(年長~小6)

語学

1/10

バイリンガル講師
シェリー 前田

土曜日/9:00~12:10(9回)
欠員補充 受講料9,900円
材料費等/900円程度



初めて~2年ほど学ばれた方対象。まずは英語に慣れ親しむことから始めます。レベルや年齢に応じてクラス分けします。1クラス8名まで、40分レッスンです。

868 たのしい子ども英会話(初級)(小3~小6)

語学

1/10

バイリンガル講師
シェリー 前田

土曜日/13:00~17:00(9回)
欠員補充 受講料9,900円
材料費等/実費



入門講座で聞く・話す・読む・書くことも定着し始めたので、過去や現在など様々なシーンの会話を学びます。アプリ等で1人で学んでいる方も、お友だちと一緒に話してみませんか。1クラス8名まで、40分レッスンです。

869 大人の学び直し英語(中級)

語学

1/10

企業研修講師
フラティティ 佐智子

土曜日/15:30~17:00(9回)
欠員補充 受講料13,500円
材料費等/テキスト代



読めば理解できるのに、聞き取れない、話せない。そんな方のための講座です。今回は、リスニングと発音に重点を置いて学びます。

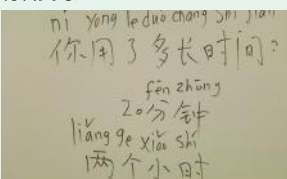
870 中国語(入門~初級)

語学

1/7

中国人講師
于 亜

水曜日/13:50~15:20(11回)
欠員補充 受講料14,190円
材料費等/—



中国語の基礎を丁寧に指導します。11回の講義ですが、楽しく、面白く進めたいと思います。

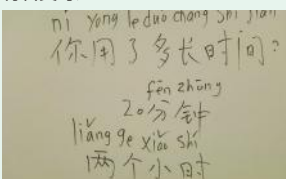
871 中国語(中級)

語学

1/7

中国人講師
于 亜

水曜日/15:30~17:00(11回)
欠員補充 受講料14,190円
材料費等/—



中国語学習経験5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。(テキストは講師によるオリジナル教材を使います)

872 韓国語(入門~初級①)

語学

1/9

韓国語講師
李 英熙

金曜日/10:40~12:10(10回)
欠員補充 受講料12,900円
材料費等/テキスト代3,996円程度



ハングル文字が読めない方から参加できます。ハングルの読み書き、挨拶などを楽しみ学べます。

873 韓国語(初級)②

語学

1/9

韓国語講師
李 英熙

金曜日/9:00~10:30(10回)
欠員補充 受講料12,900円
材料費等/テキスト代4,650円程度



1年以上学習されている方から参加できます。旅行先で使える簡単な日常会話を習います。

874 韓国語(中級)

語学

1/10

韓国語講師
李 英熙

土曜日/10:00~11:30(10回)
欠員補充 受講料12,900円
材料費等/テキスト代4,030円程度



2~3年以上習っている方から参加できます。日常会話だけではなく、ドラマでよく出るセリフなども習います。

875 ハワイアンフラダンス(入門)

舞踊・ダンス

お支払

1/12

Kimiyo フラ ハーウ インストラクター
風 敬子

月曜日/9:10~10:40(8回)
定員20名 受講料13,520円
材料費等/実費



「明るく楽しくいきいき」をモットーにハワイ語の意味を知り楽しみます。心も身体もウキウキ。アロハの心で健康になりましょう。

876 ハワイアンフラダンス(初級)

舞踊・ダンス

1/12

Kimiyo フラ ハーウ インストラクター
風 敬子

月曜日/10:50~12:20(8回)
定員20名 受講料13,520円
材料費等/実費



「明るく楽しくいきいき」をモットーにハワイ語の意味を知り楽しみます。心も身体もウキウキ。アロハの心で健康になりましょう。

877 リラックスナイト

舞踊・ダンス

1/5

Kimiyo フラ ハーウ インストラクター
中畑 真千子

月曜日/19:00~20:30(8回)
定員20名 受講料13,520円
材料費等/—



基本ステップから丁寧に学びます。ハワイアンミュージックに癒されながら、体幹を鍛えましょう♪レッスンの最後はストレッチで身体をほぐします。一日の疲れをリセットしましょう。

878 やさしいタヒチアンダンス

舞踊・ダンス

1/5

Kimiyo フラ ハーウ インストラクター
中畑 真千子

月曜日/17:45~18:45(8回)
定員20名 受講料9,440円
材料費等/実費



基本のステップを学び、簡単な曲が踊れるようになる初心者向け講座です。フラダンスの原型とも言われているタヒチの伝統舞踊で健康な体作りをしましょう。

879 はじめようベリーダンス(振り付けクラス)

舞踊・ダンス

1/10

ダンス倶楽部 ダンスボニー
池田 舞

土曜日/18:00~19:15(6回)
定員12名 受講料10,800円
材料費等/実費(ヒップスカーフをお持ちでない方)



女性の美しさを引き出す東洋の踊りベリーダンス。しなやかな体、体幹の強化にも。自身の女性性を高め、美しく踊りましょう！

880 はじめようベリーダンス(基礎クラス)

舞踊・ダンス

1/10

ダンス倶楽部 ダンスボニー
池田 舞

土曜日/19:30~20:45(6回)
定員12名 受講料10,800円
材料費等/実費(ヒップスカーフをお持ちでない方)



基礎の動きを丁寧に練習していきます。短い課題曲に合わせて踊っていきましょう。

881 クラシックバレエジュニア(4歳~小6)

舞踊・ダンス

1/10

柴田バレエスタジオ
渡辺 佐知恵

土曜日/14:20~15:35(10回)
定員20名 受講料12,000円
材料費等/実費



クラシックバレエの基本を学びます。音楽に合わせて素早く踊りながら、美しい姿勢、柔軟性、リズム感を養います。

882 クラシックバレエ初級(中学生~一般女性)

舞踊・ダンス

1/10

柴田バレエスタジオ
渡辺 佐知恵

土曜日/15:45~17:00(10回)
定員20名 受講料14,000円
材料費等/実費



クラシックバレエの基礎を大切にしながら、ステップを組み合わせて楽しく踊ります。

883 クラシックバレエ入門~初級(中学生~一般女性)

舞踊・ダンス

1/16

柴田バレエスタジオ
築本 美奈

金曜日/19:15~20:45(6回)
定員20名 受講料9,600円
材料費等/実費



初心者~経験者の方で、基礎を重視しながらゆっくりとセンターレッスンをしています。レベルに応じて指導しますので初心者も安心。音楽にのって楽しく、エレガントな動きと美しい姿勢を身につけましょう。

884 ジャズヒップホップ(中学生~一般)

舞踊・ダンス

1/10

フキジャズダンスカンパニー
Meg

土曜日/11:50~13:05(8回)
定員20名 受講料12,800円
材料費等/—



正しい柔軟、筋力トレーニングのやり方から、曲に合わせて振りをつけて踊ったり、初めての方もワイワイ楽しく進んでいます！

885 キッズ・ヒップホップ(キッズ)(4歳~小2)

舞踊・ダンス

1/10

フキジャズダンスカンパニー
MINA

土曜日/9:10~10:25(8回)
定員20名 受講料9,600円
材料費等/—



色々な音楽を使いながら、ダンスも音楽も楽しめるクラスです。ダンスを通じて子ども達の個性を引き出せたらと思います。

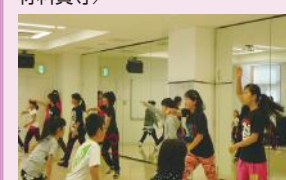
886 キッズ・ヒップホップ(ジュニア)(小3~小6)

舞踊・ダンス

1/10

フキジャズダンスカンパニー
Meg

土曜日/10:30~11:45(8回)
定員20名 受講料9,600円
材料費等/—



基本的な動きや曲に合わせて振りをつけて踊ってみたい方、楽しくみんなで汗をかきましょう！初めてのお友達も大丈夫です。

887 楽しい写真教室(はじめてクラス)

その他

1/7

フリーカメラマン
今井 博子

水曜日/13:00~14:45(5回)
定員10名 受講料8,050円
材料費等/実費



写真屋に関係なく写真好きな方が集う教室です。ご自身のレベルアップを目指して撮影実践・写真批評などを行っています。期間途中からのご参加も可能です。

888 楽しい写真教室(表現クラス)

その他

1/7

フリーカメラマン
今井 博子

水曜日/15:00~16:45(5回)
定員15名 受講料8,050円
材料費等/実費



写真屋に関係なく写真好きな方が集う教室です。ご自身のレベルアップを目指して撮影実践・写真批評などを行っています。期間途中からのご参加も可能です。

889 着付け

その他

1/9

いらさざ和装会員
山田 文

金曜日/10:00~12:00(8回)
定員16名 受講料11,440円
材料費等/実費



卒業式や入学式に着物で出席してみませんか。道具を使わず着ながらの着付けで、着物が美しく着られるように細かくご指導します。

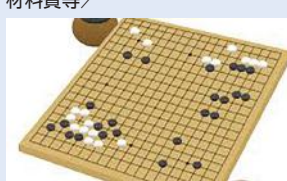
890 囲碁(入門~初級)(小学5年生~)

その他

1/17

関西棋院講師
岡橋 忠男

土曜日/13:30~15:30(8回)
定員15名 受講料12,880円
材料費等/—



初めに理解したゴールへ一直線に向かいます。毎回違う相手の動きに、びっくり合わせるのが目標です。小学5年生~受講可。

891 初めての方の健康麻雀(女性限定)

その他

1/9

健康マージャン振興会講師
徳川 孔明

金曜日/13:00~14:50(5回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/—



近年、麻雀は非常に脳に良いとされています。また、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。全く経験のない方でも大丈夫です。一緒に始めませんか？

892 女性のための健康麻雀(経験者・初級)

その他

1/9

健康マージャン振興会講師
徳川 孔明

金曜日/15:00~16:50(5回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/—



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。当センターの入門講座を受講された方、または何程度の麻雀の知識を学ばれた方対象です。

893 熟年者のための健康体操

スポーツ・健康

1/13

神戸市スポーツ推進委員、
神戸市民ラジオ体操の会
家治 由美子

火曜日/10:45~12:00(10回)
定員30名 受講料9,900円
材料費等/—



楽しく体を動かすことを第一に各自の体力、体調に合わせて運動します。基本椅子に座って行いますので、足腰に自信のない方も大丈夫です。

894 バランス経絡体操

スポーツ・健康

お支払

1/9

グリーン健康会
原 美幸 石川 裕子 赤井 循子

金曜日/13:30~14:50(8回)
定員20名 受講料10,800円
材料費等/実費



体の歪みによる痛みや強張りも自分でほぐすことで、長年のつらさから解放されます。自分の体を自分で治す体験を知るチャンスです。

895 ピラティス・ヨガ(基本~初級)

スポーツ・健康

1/18

Pilates A-light主宰
久米 彩未

日曜日/10:40~11:55(7回)
定員11名 受講料12,040円
材料費等/小ボール26cm1,000円程度



呼吸のコントロールや心の集中、流れる動きを合わせたピラティスと柔軟性を高めるヨガにて、美しくバランスの取れた姿勢を目指しましょう。(女性限定)

896 ピラティス・ヨガ(中級)

スポーツ・健康

1/18

Pilates A-light主宰
久米 彩未

日曜日/9:15~10:30(7回)
定員11名 受講料12,040円
材料費等/小ボール26cm1,000円程度/セラピスト2,000円



難度の高い種目にチャレンジ。バンドや小ボールを利用し、筋力UPや柔軟性を高め、より強く美しく！バランスの取れた姿勢を目指しましょう。(女性限定)

898 ヨガ美体体操

スポーツ・健康

1/9

ヘルシークワハラ
佃 水穂子

金曜日/9:45~11:00(8回)
定員15名 受講料10,320円
材料費等/—



腰痛・肩こり・冷え性の予防や運動不足の解消に、ヨガの体位法を取り入れ、座ってまたは寝て行う体操が多く、誰でも無理なく行えます。

899 ちょこっと体操

スポーツ・健康

お支払

1/9

ヘルシークワハラ
佃 水穂子

金曜日/11:10~11:55(8回)
定員15名 受講料8,720円
材料費等/—



運動を勧められた、最近体が重い、簡単にできる体操&筋トレ・ストレッチ等45分でフレッシュしませんか？肩こりや腰痛の予防にもなります。

900 タイ式自己整体ヨガ(リバーゼットン)

スポーツ・健康

1/14

CCAルーシーダートインストラクター
人見 祐三子

水曜日/10:00~11:30(8回)
定員12名 受講料12,000円
材料費等/実費



独自の呼吸法と「セン」というエネルギーを意識したポーズでセルフマッサージや自己整体の要素が高いのが特長。年齢・男女・経験不問。体が硬くてもOK！

901 やさしいアンチエイジング ヨーガ①

スポーツ・健康

1/8

インド政府(出)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
なかの かつこ

木曜日/9:00~10:45(9回)
定員12名 受講料11,160円
材料費等/—



(①~④は同プログラムです。)伝統的ヨーガを元に現代医学・脳科学で証明された安心・安全な要素で楽しい心身の健康法。年齢・男女・経験不問。体が硬くてもOK！

902 やさしいアンチエイジング ヨーガ②

スポーツ・健康

1/8

インド政府(出)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
なかの かつこ

木曜日/10:55~12:40(9回)
定員12名 受講料11,160円
材料費等/—



(①~④は同プログラムです。)マインドフルネス(今、ここに意識集中)で行う体力・姿勢・免疫力・ストレス対処力・バランスアップ！膝痛の方は椅子等使用可。

903 やさしいアンチエイジング ヨーガ③

スポーツ・健康

1/8

インド政府(出)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
なかの かつこ

木曜日/12:50~14:35(9回)
定員12名 受講料11,160円
材料費等/—



(①~④は同プログラムです。)血圧・肩こり・腰痛・腰痛・不眠・頭痛・不安・冷え・胃腸の不調、自律神経・心身の疲労感・姿勢・運動不足・体重等改善。

904 やさしいアンチエイジング ヨーガ④

スポーツ・健康

1/8

インド政府(出)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
なかの かつこ

木曜日/14:55~16:40(9回)
定員12名 受講料11,160円
材料費等/—



(①~④は同プログラムです。)ヨーガ体操・ストレッチ・筋トレ・脳トレ・呼吸法・瞑想・ツボ刺激法・笑いヨガ・健康情報・健康生活法。

905 ちょこっとヨガ

スポーツ・健康

1/8

Yoga ten 主宰、
全米ヨガアライアンスRYT200修了
下迫 典子

木曜日/18:30~19:15(9回)
定員15名 受講料12,000円
材料費等/実費



45分の短いレッスンです。学校や仕事、買い物が終わってから、ちょこっとヨガをして帰りますか？初心者の方、身体の硬い方も大歓迎！お気軽にご参加ください。ちょこっとヨガで心も身体も健康になりましょう！

906 やさしいパワーヨガ

スポーツ・健康

1/8

Yoga ten 主宰、
全米ヨガアライアンスRYT200修了
下迫 典子

木曜日/19:30~20:45(9回)
定員15名 受講料13,500円
材料費等/実費



筋力要素を取り入れた現代風ヨガで、一緒に身体を動かしませんか？立ちポーズが多い、運動量多いのが特徴です。じっとり汗をかいて、心身ともにリフレッシュしましょう。

907 太極拳(入門・初級)

スポーツ・健康

1/7

NPO法人神戸太極拳協会認定指導員
西谷 幸代

第1・3水曜日/9:20~10:35(5回)
定員20名 受講料6,500円
材料費等/実費



初めての方を対象に、入門太極拳と初級太極拳を学びます。ゆったりとした動きの中で呼吸と動作を一致させ、心身の充実をはかります。

908 太極拳(24式)

スポーツ・健康

1/7

NPO法人神戸太極拳協会認定指導員
西谷 幸代

水曜日/10:45~12:00(10回)
定員20名 受講料12,500円
材料費等/実費



経験者を対象に、簡化24式の基本を学びます。より複雑な動きと運動の中で、心身と氣力の充実をはかります。

909 太極拳(32式剣)

スポーツ・健康

1/14

NPO法人神戸太極拳協会認定指導員
西谷 幸代

第2・4水曜日/9:20~10:35(5回)
定員20名 受講料7,000円
材料費等/実費



簡化24式太極拳を一通り覚えた方対象に、32式剣を学びます。剣に慣れ、その用法を理解しながら進みます。

910 卓球①

スポーツ・健康

1/8

日本体育協会公認コーチ(卓球)
新田 耕造

木曜日/9:00~10:30(9回)
定員20名 受講料12,150円
材料費等/実費



基本から応用まで、少しでも上手になりたいあなたに…卓球で楽しく健康づくり、仲間づくり。

911 卓球②

スポーツ・健康

1/8

日本体育協会公認コーチ(卓球)
新田 耕造

木曜日/10:40~12:10(9回)
定員20名 受講料12,150円
材料費等/実費



基本から応用まで、少しでも上手になりたいあなたに…卓球で楽しく健康づくり、仲間づくり。

912 スポーツウエルネス吹矢

スポーツ・健康

1/11

日本スポーツウエルネス吹矢協会
公認指導員
山崎 学 岡田紀雄

日曜日/10:00~12:00(5回)
定員15名 受講料7,500円
材料費等/バウチャー、マスピース400円程度



吹矢の基本動作と吹矢式呼吸法を習得し、各目の技量に応じて矢を強く距離を6mから10mまで伸ばしていく練習をします。

913 美と健康get気分爽快！キックボクシング(女性版)

スポーツ・健康

お支払

1/6

キックボクシングトレーナー
りか&しん

火曜日/19:30~20:45(8回)
定員12名 受講料14,800円
材料費等/グローブ、レガース代



「運動不足の自分でもできるかな？」から始めて、夢中になる人出出中！痛くない、怖くない、バキバキキックでストレスを解放！20代~70代まで年齢問わず、楽しく動いて、心も体も健康になりましょう！

914 女子新体操ジュニア(年中~小6)

スポーツ・健康

1/9

フキジャズダンスカンパニー
吉岡 まち子

金曜日/17:30~18:45(10回)
定員15名 受講料12,000円
材料費等/リボン、ロープ代



手具を使いながら、楽しく身体を動かしてみよう。初めてフールを吹く方を対象に、音の出し方や楽器の構え方から学びます。(1人30分の個人レッスンです)

中学講座

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。

915 パステル画

中学 中学

1/10

国画会会員
宮地 佳代

土曜日/13:30~15:30(8回)
定員2名 受講料7,460円
材料費等/実費



パステルは気軽に始められる画材です。身近な対象を描き、パステル画に固有の優しい色合いをしながら、その魅力を学びましょう。

916 夜のギター(初級~中級)

中学 中学

1/14

クラブ音楽教室・
アンジャッシュ音楽教室ギター講師
井上 成人

水曜日/19:00~20:00(8回)
定員2名 受講料5,600円
材料費等/テキスト代1,650円



初心者から経験者まで、ポピュラーやクラシックの名曲を教材に、ギター演奏技術を学んでいきます。

917 北欧の暮らしの編み物

中学 中学

1/10

GRAPPONIA代表
岡岡 稚子

土曜日/12:30~14:30(9回)
定員2名 受講料8,100円
材料費等/毛糸5,000円程度(レートによって変動します)



近年注目されている文庫パターンを使用し、編み方やパターンの解説をはじめ、テーマに沿って色々なテクニックを学ぶ講座です。

918 韓国語(中級)

中学 中学

1/10

韓国語講師
李 英熙

土曜日/10:00~11:30(10回)
定員2名 受講料6,450円
材料費等/テキスト代4,030円程度



2~3年以上習っている方から参加できます。日常会話だけではなく、ドラマでよく出るセリフなども習います。

919 囲碁(入門~初級)

中学 中学

1/17

関西棋院講師
岡橋 忠男

土曜日/13:30~15:30(8回)
定員2名 受講料6,440円
材料費等/—



初めに理解したゴールへ一直線に向かいます。毎回違う相手の動きに、びっくり合わせるのが目標です。

71 フルーツ(入門)

随時

1/10

NPO法人フルーツアートスタジオ主宰・講師、
神戸音楽家協会会員
山中 淳史

土曜日/14:45~17:00(6回)
欠員補充 受講料16,200円
材料費等/テキスト代1,000円(持ち帰り)



初級講座に必要な技術を身に付ける期間限定の講座です。初めてフルートを吹く方を対象に、音の出し方や楽器の構え方から学びます。(1人30分の個人レッスンです)