

兵庫区文化センター

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!

〒652-0805

神戸市兵庫区羽坂通4丁目1番1号

お問合せ ☎078-576-0981

休館日：第3木曜

至地下鉄上沢駅

大開駅

神戸高速鉄道

兵庫大開小

兵庫中

至神戶

JR神戸線

JR西線

阪神高速道路

兵庫区文化センター

至新長田

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。】

中学生のみなさんへ

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、よろしくお願いいたします。
※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

1/8

204 絵手紙

講師 日本絵手紙協会 公認講師 山崎 香洋子

第2・4木曜日/10:00〜12:00(5回)
定員/25名 受講料/5,350円
材料費等/実費

絵手紙は心にポツと明かりが灯ったようなあたたかい気持ちになります。四季を感じながら自分らしい絵手紙を描いてみませんか。

音楽

1/6

217 神戸の中心で世界を歌おう!!

講師 音楽創作工房ムジカヴィエーバ ス 武久 竜也

火曜日/14:00〜15:30(5回)
定員/25名 受講料/7,500円
材料費等/テキスト代1,000円(税込)

受講生のリクエスト曲を中心に世界の名歌を楽しみます。色々な歌に出会えるかも?売れっ子オペラ歌手が声の出し方を伝えます!

音楽

1/9

233 楽しいウクレレ・超入門※2

講師 神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

金曜日/16:30〜17:45(10回)
定員/20名 受講料/10,000円
材料費等/実費(プリント代約500円)

ウクレレを弾いてみたい方の入門コース。ウクレレがまったく初めて、楽譜が読めなくても大丈夫、優しく説明します。初心者大歓迎!

文学歴史

1/5

247 俳句入門

講師 ホトギス同人 日本伝統俳句協会会員 玉手 のり子

月曜日/10:00〜12:00(3回)
定員/20名 受講料/4,800円
材料費等/テキスト代1,650円(税込)

「俳句を楽しく」を合言葉に5・7・5で四季おりりの自然を詠み、日常の暮らしを詠みましょう。

料理・健康

1/21

253 学んで楽しく日本文化和菓子

講師 清水 美紀

第3水曜日/10:00〜12:00(3回)
定員/20名 受講料/4,500円
材料費等/4,500円

「和菓子を作りませんか?」和菓子用の本格的な餡の炊き方から、練切まで、日本の和菓子を堪能しましょう!

スポーツ・健康

1/7

279 らくらく太極拳(入門・初級)

講師 NPO法人 神戸太極拳協会 阿野 千春

水曜日/13:00〜14:30(10回)
定員/30名 受講料/13,000円
材料費等/—

中国式健康法とあわせて太極拳の動きの型を通じてリラックスすることを中心に、心身のバランスを整えながらレベルアップを目指す。

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。

201 日曜デッサン・油絵

美術・絵画

1/11

創元会理事 米澤 光治

第2・4日曜日/10:00〜12:00(6回)
定員25名 受講料9,600円
材料費等/実費

人物、静物、風景を描きながら、デッサン力をつけていき、油絵の制作まで丁寧に指導。初めての方大歓迎!

202 暮らしを彩る水彩画

美術・絵画

1/5

洋画家 宮本 佳子

月曜日/13:30〜15:30(10回)
定員25名 受講料14,000円
材料費等/材料費1,000円

日々の暮らしに溢れる色彩を切り取って水彩画や淡彩画にして白いキャンパスに描いてみませんか?

203 おとなの絵画教室

美術・絵画

1/14

洋画家 長濱 志保

第2・4金曜日/13:30〜15:30(5回)
定員25名 受講料8,500円
材料費等/モチーフ代 500円

石膏デッサン、花等の静物、人物モデル(着衣・裸体)、と色々体験でき、大変お得な講座内容となっております。

204 絵手紙

美術・絵画

1/8

日本絵手紙協会 公認講師 山崎 香洋子

第2・4木曜日/10:00〜12:00(5回)
定員25名 受講料5,350円
材料費等/実費

絵手紙は心にポツと明かりが灯ったようなあたたかい気持ちになります。四季を感じながら自分らしい絵手紙を描いてみませんか。

205 毛筆・ペン字

書道

1/9

兵庫県書家協会 水原 千里

金曜日/13:00〜14:50(10回)
定員35名 受講料10,700円
材料費等/実費

携帯電話やパソコンが普及した今だからこそ手書きの文字には優しさ、温かがあります。文字が美しく見える書き方を楽しく学びましょう。

206 趣味の木工(水曜・夜)

木工(土曜・朝)

1/7

元高校教師 内海 功一

水曜日/18:00〜20:00(10回)
定員12名 受講料17,000円(※8,500円)
材料費等/実費

木工小物・家具等のデザインから制作、仕上げまで。自分の作りたいもの(自由課題)を講師と相談しながら作ります。

208 個性をのびるDIY(木工・土曜・朝)

木工(土曜・朝)

1/10

元高校教師 内海 功一

土曜日/10:00〜12:00(10回)
定員12名 受講料17,000円(※8,500円)
材料費等/実費

専門工場の揃った専用大工場で創作意欲を膨らませ、自分だけのオリジナル作品を完成させてみませんか。

210 ステンドグラス

工(手)芸

1/16

ステンドグラス作家 山崎 まどか

第1・3金曜日/10:00〜12:00(5回)
定員10名(欠員補充) 受講料9,000円
材料費等/実費

お家の窓や飾るような本格的なステンドグラスのパネル作品をデザインから考え制作しています。初めてでも大丈夫です!

211 パッチワークと民族手芸モラ

工(手)芸

1/10

手工芸アドバイザー 金山 淳子

第2・4土曜日/10:00〜12:00(5回)
定員25名 受講料5,350円(※2,675円)
材料費等/1回500円〜1,000円

布を接ぎ合わせて袋物からタペストリー等を作ります。基礎から始めるので初心者歓迎します。

212 歌謡レッスン

音楽

1/10

津軽三味線静女会主 高橋 静女

土曜日/13:00〜15:00(10回)
定員25名 受講料13,000円(※6,500円)
材料費等/教材費1,000円

生徒の皆様のリクエスト曲を中心に、楽しく歌えるように指導します。

213 歌謡レッスン

音楽

1/10

津軽三味線静女会主 高橋 静女

土曜日/13:00〜15:00(10回)
定員25名 受講料13,000円(※6,500円)
材料費等/教材費1,000円

生徒の皆様のリクエスト曲を中心に、楽しく歌えるように指導します。

214 クラシックギター入門・初級1

音楽

1/7

ギタリスト 弘井 俊雄

水曜日/18:00〜18:50(10回)
定員10名 受講料11,200円(※5,600円)
材料費等/テキスト代1,320円 ピック(買収660円)

初歩から演奏の練習まで。カルカッシュギター教則本使用及びギター曲集を使って独奏と重奏の練習。

215 ほぼむ歌声リフレッシュ♪

音楽

1/12

KOSMA音楽愛好会 後藤 美和子

第2・4月曜日/13:00〜14:30(5回)
定員20名 受講料7,500円
材料費等/テキスト代660円(税込)

みんなと一緒に歌う楽しさを感じてみませんか。美しいメロディと共にウキウキ、しみじみ、ドキドキとすることでしょう。

216 みんなで歌おう♪童謡唱歌

音楽

1/9

相模大学講師 関西二期会理事 馬場 清孝

第2・4金曜日/13:00〜14:30(5回)
定員25名 受講料7,500円
材料費等/テキスト代1,100円(税込)

皆さんが知っている童謡唱歌と一緒に歌ってきましょう!ラップに声を出すための発声のコツも指導します!

217 神戸の中心で世界を歌おう!!

音楽

1/6

音楽創作工房ムジカヴィエーバ ス 武久 竜也

火曜日/14:00〜15:30(5回)
定員35名 受講料7,500円
材料費等/テキスト代1,000円(税込)

受講生のリクエスト曲を中心に世界の名歌を楽しみます。色々な歌に出会えるかも?売れっ子オペラ歌手が声の出し方を伝えます!

218 カンターレ♪歌おうヒットソング♪

音楽

1/5

声楽家 落合 庸平

第1・3月曜日/13:00〜14:30(5回)
定員25名 受講料7,500円
材料費等/テキスト代1,320円(税込)

プロのオペラ歌手が手取り足取り楽しい取り、丁寧に歌唱指導いたします!声が変われば人生もかわる?!歌って笑って楽しみましょう!

219 青春ベストソング

音楽

1/8

KOSMA音楽愛好会 中野 愛子

第2・4木曜日/18:30〜20:00(5回)
定員25名 受講料7,500円(※3,750円)
材料費等/テキスト代2,000円程度

心の中の風景は私の宝物。素直に笑える自然に驚かされる。たくさん歌と素直に向き合って、私の応援歌を見つめよう。

220 クラシックギター入門・初級2

音楽

1/7

ギタリスト 弘井 俊雄

水曜日/18:50〜19:40(10回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/テキスト代1,430円(税込)

当センター初級1コースを修了された方対象。カルカッシュギター教則本使用及びギター曲集を使って独奏と重奏の練習。

221 いつも青春♪うきうきソング

音楽

1/8

KOSMA音楽愛好会 高曲 伸和

木曜日/10:30〜12:00(5回)
定員25名 受講料7,500円
材料費等/テキスト代実費

歌で綴る青春物語。心躍るひとときと一緒に過ごしましょう。

222 クラシックギター入門・初級1

音楽

1/7

ギタリスト 弘井 俊雄

水曜日/18:00〜18:50(10回)
定員10名 受講料11,200円(※5,600円)
材料費等/テキスト代1,320円 ピック(買収660円)

初歩から演奏の練習まで。カルカッシュギター教則本使用及びギター曲集を使って独奏と重奏の練習。

223 クラシックギター入門・初級2

音楽

1/7

ギタリスト 弘井 俊雄

水曜日/18:50〜19:40(10回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/テキスト代1,430円(税込)

当センター初級1コースを修了された方対象。カルカッシュギター教則本使用及びギター曲集を使って独奏と重奏の練習。

224 クラシックギター初級2

音楽

1/7

ギタリスト 弘井 俊雄

水曜日/19:40〜20:30(10回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/テキスト代1,980円(税込)

当センター初級2コースを修了された方対象。より高度な技術習得をめざします。

225 クラシックギター中級

音楽

1/7

ギタリスト 弘井 俊雄

水曜日/19:40〜20:30(10回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/テキスト代1,980円(税込)

当センター初級2コースを修了された方対象。より高度な技術習得をめざします。

226 津軽三味線入門

音楽

1/10

津軽三味線静女会主 高橋 静女

第2・4土曜日/15:30〜16:30(5回)
定員8名 受講料11,000円(※5,500円)
材料費等/テキスト・CD代2,000円

津軽三味線を始めてみませんか!初めての方でも「津軽じゃんから節」が弾けるまで親切丁寧に指導します。

227 津軽三味線初級

音楽

1/10

津軽三味線静女会主 高橋 静女

第2・4土曜日/16:30〜17:30(5回)
定員6名 受講料11,000円(※5,500円)
材料費等/テキスト・CD代2,000円

入門講座終了の方を対象に指導いたします。

228 大正琴(童謡&唱歌)

音楽

1/7

琴伝流(欣栄会) 関口 和美

水曜日/9:30〜10:40(10回)
定員15名 受講料11,800円
材料費等/レンタル代10回1,250円 ピック(買収660円)

これから始められる方に、大正琴の弾き方、楽譜の見方から、懐かしき童謡や唱歌をわたりやすく指導します。

229 大正琴(自由課題)

音楽

1/7

琴伝流(欣栄会) 関口 和美

水曜日/10:50〜12:00(10回)
定員15名 受講料11,800円
材料費等/ピック(買収660円)

各個人好きな曲・弾きたい曲を自由に練習してリハビリをかねて楽しんで頂きたいと思ひます。

230 楽しいウクレレ・初級(月曜・朝)※1

音楽

1/5

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

月曜日/9:15〜10:30(10回)
定員25名 受講料11,800円
材料費等/プリント代700円

基礎から学び、ハワイアン歌謡、伴奏、ソロ弾、アンサンブルなど簡単なものを楽しく練習します。

231 楽しいウクレレ・中級(月曜・朝)※1

音楽

1/5

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

月曜日/10:45〜12:00(10回)
定員25名 受講料11,800円
材料費等/プリント代700円

基本と初歩を修得された方を対象にステップアップを目指します。ハワイアン、ソロ弾、アンサンブルなど楽しく学びます。

232 楽しいウクレレ・超入門※2 NEW おすすめ

音楽

1/9

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

金曜日/16:30〜17:45(10回)
定員20名 受講料10,000円
材料費等/実費(プリント代約500円)

ウクレレを弾いてみたい方の入門コース。ウクレレがまったく初めて、楽譜が読めなくても大丈夫、優しく説明します。初心者大歓迎!

233 楽しいウクレレ・初級(金曜・夜)※2

音楽

1/9

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

金曜日/18:00〜19:15(10回)
定員25名 受講料11,800円(※5,900円)
材料費等/プリント代700円

基礎から学び、ハワイアン歌謡、伴奏、ソロ弾、アンサンブルなど簡単なものを楽しく練習します。

234 楽しいウクレレ・中級(金曜・夜)※2

音楽

1/9

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

金曜日/19:30〜20:45(10回)
定員25名 受講料11,800円
材料費等/プリント代700円

基本と初歩を修得された方を対象にステップアップを目指します。ハワイアン、ソロ弾、アンサンブルなど楽しく学びます。

235 楽しいウクレレ・中級(金曜・夜)※2

音楽

1/9

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

金曜日/19:30〜20:45(10回)
定員25名 受講料11,800円
材料費等/プリント代700円

基本と初歩を修得された方を対象にステップアップを目指します。ハワイアン、ソロ弾、アンサンブルなど楽しく学びます。

236 楽しいウクレレ・中級(金曜・夜)※2

音楽

1/9

神戸Ukuleleくらぶ講師 細川 敏治

金曜日/19:30〜20:45(10回)
定員25名 受講料11,800円
材料費等/プリント代700円

基本と初歩を修得された方を対象にステップアップを目指します。ハワイアン、ソロ弾、アンサンブルなど楽しく学びます。

237 楽しいピアノ教室

音楽

1/9

KOSMA音楽愛好会 ピアニスト 植田 祐加里

月曜日/15:00〜17:00(9回)
定員6名 受講料21,600円
材料費等/実費

懐れの曲、思い出の曲をグランドピアノで弾いてみませんか?中学生から大人まで、それぞれのレベルに合わせて楽しくレッスンします。

238 楽しいピアノ教室

音楽

1/9

KOSMA音楽愛好会 ピアニスト 植田 祐加里

月曜日/17:10〜19:10(9回)
定員6名 受講料21,600円
材料費等/実費

懐れの曲、思い出の曲をグランドピアノで弾いてみませんか?中学生から大人まで、それぞれのレベルに合わせて楽しくレッスンします。

239 楽しいピアノ教室

音楽

1/9

KOSMA音楽愛好会 ピアニスト 植田 祐加里

月曜日/19:20〜20:40(9回)
定員4名 受講料21,600円
材料費等/実費

懐れの曲、思い出の曲をグランドピアノで弾いてみませんか?中学生から大人まで、それぞれのレベルに合わせて楽しくレッスンします。

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 兵庫区文化センター	
講座番号		
講座名		
フリガナ		
氏名		
住所	〒	
年齢	歳	性別
学年	()	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

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。電話でも受付けております。(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。

11月30日まで

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

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、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講座申込みの場合は、1月1日現在の年齢です。
○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。

気象等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時以降
警報発表判断時点	午前8時	午前11時	午後1時	午後4時
それ以外の判断時点で兵庫県神戸市に特別警報(大雨・暴風・暴風雪・大雪)、警報(大雨・洪水・暴風・暴風雪・大雪・津波)の1つでも発表されている場合は休講とします。なお、波浪・高潮警報およびそれらに関する特別警報のみ発表されている場合は、連絡とあり開講いたします。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＞
○当選者は、受講料の払込取扱票を郵送します。1月末日までにコンビニまたは郵便局でお支払ください。スマホ決済も可能。
※必ず届いた払込取扱票でお支払ください。(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ちです。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、残回数を按分後、10円未満切り上げて返金。
※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＞
○発注後の材料費の返金はいしません。

※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。

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。

247 俳句入門

文学 歴史

おすすめ

1/5

ホトトギス同人 日本伝統俳句協会会員
玉手 のり子

月曜日／10:00～12:00(3回)
定員20名 受講料4,800円
材料費等／テキスト代1,650円(税込)

「俳句を楽しむ」を合言葉に5・7・5で四季
おりりりの自然を詠み、日常の暮らしを詠い
ましょ。

240 オカリナ・中級

音楽

1/14

オカリナ奏者
斎藤 智枝

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／テキスト代2,000円(税込)

アルトC管をある程度演奏できる方を対象に
しています。独奏曲だけでなく、合奏曲も挑
戦していきます。

241 オカリナ・初級

音楽

1/14

オカリナ奏者
斎藤 智枝

第2・4水曜日／13:00～14:30(6回)
定員20名 受講料10,800円
材料費等／テキスト代2,000円(税込)

※初心者の方では見学をお薦めします
基本的な指使いを習得された方を対象にアル
トC管サイズを使用して、色々な曲に挑戦し
ていきます。

242 短歌入門

文学 歴史

243 中学

1/24

現代歌人協会会員
小林 幹也

第4土曜日／10:30～12:00(3回)
定員20名 受講料4,200円(※)2,100円
材料費等／—

入門講座です。添削を受け、講師を聴き、短
歌上達を目指します。また最新の現代短歌を
読み、短歌をつくるヒントを学びます。

244 短歌探究

文学 歴史

1/24

現代歌人協会会員
小林 幹也

第4土曜日／13:00～15:00(3回)
定員20名 受講料4,500円
材料費等／—

現代短歌の実作と鑑賞・批評を通じて、短歌
の世界により深く分け入る。(当センター「入
門」講座を2年以上受講された方対象)

245 たのしい川柳1

文学 歴史

1/14

ふあうすと川柳社
妻木 寿美代

第2・4水曜日／10:00～12:00(5回)
定員27名 受講料5,900円
材料費等／—

遊びましょ！楽しみましょ！笑いとばしま
しょ！何気ない毎日を5・7・5にしちゃいま
しょ！初心者大歓迎！

246 たのしい川柳2

文学 歴史

1/14

ふあうすと川柳社
妻木 寿美代

第2・4水曜日／14:00～16:00(5回)
定員27名 受講料5,900円
材料費等／—

遊びましょ！楽しみましょ！笑いとばしま
しょ！何気ない毎日を5・7・5にしちゃいま
しょ！初心者大歓迎！

256 ハンドメイドソーイング

洋和裁

1/5

服飾デザイナー
濱崎 幸子

第1・3水曜日／13:30～15:30(5回)
定員24名 受講料5,900円
材料費等／実費

基本のアイテム作りからオリジナル作品へ
の展開を学んでみませんか？

249 フラワーアレンジメント

茶華道

1/13

フラワーコーディネーター
小林 恵理子

第2・4火曜日／18:15～20:15(5回)
定員25名 受講料6,500円
材料費等／実費1回2,000円程度

お花が大好きな方、お花に癒されると感じ
る方、花市場からのフレッシュなお花を楽し
みながらにアレンジしてみませんか。

250 フラワーアレンジメント ステップアップクラス

茶華道

1/13

フラワーコーディネーター
小林 恵理子

第2・4火曜日／18:15～20:15(5回)
定員25名 受講料6,500円
材料費等／実費1回2,500円程度

フレッシュな生花、プリザーブドフラワー、
アーティフィシャルフラワーとおしゃれな花
器を使って私流のアレンジを楽しみましょう。

251 楽しいパン教室(朝)※4

料理・健康

1/10

大谷 真理子

第2・4土曜日／10:00～13:00(5回)
定員32名 受講料7,000円
材料費等／3,500円

主に国産小麦を使って一人一人パンを作っ
ていただく講座です。手ごねの基本技術を身
につけ、冷めてもかたくならないパンが作れ
るよう楽しく学びます。

252 楽しいパン教室(昼)※4

料理・健康

1/10

大谷 真理子

第2・4土曜日／13:30～16:30(5回)
定員32名 受講料7,000円
材料費等／3,500円

主に国産小麦を使って一人一人パンを作っ
ていただく講座です。手ごねの基本技術を身
につけ、冷めてもかたくならないパンが作れ
るよう楽しく学びます。

253 学んで繋ぐ日本文化 和菓子

料理・健康

おすすめ

1/21

清水 美紀

第3水曜日／10:00～12:00(3回)
定員20名 受講料4,500円
材料費等／4,500円

「和菓子を作りませんか？」和菓子用の本格
的な餡(あん)炊き方から、練切まで、日本
の和菓子を堪能しましょう！

254 イタリア陶器絵付けとイタリア料理

料理・健康

1/17

イタリア料理研究家
植田 久美子

第3土曜日／10:00～12:00(3回)
定員21名 受講料4,800円(※)2,400円
材料費等／5,000円

イタリア直輸入の器を、講座2回に渡って絵
付けをし、3回目の講座で完成した器と共に
、イタリア家庭料理を食べて頂きます。

267 韓国語会話 初級(月曜・夜)

語学

1/5

韓国語講師
高 妙庚

月曜日／19:15～20:45(9回)
定員20名 受講料9,630円
材料費等／テキスト代2,200円(税込)

当センター入門講座を修了された方、また
は同程度の韓国語の知識をお持ちの方を対
象にした初級クラスです。

269 韓国語会話 中級(火曜・朝)

語学

1/6

韓国語講師
高 妙庚

火曜日／10:30～12:00(10回)
定員20名 受講料11,800円
材料費等／テキスト代2,420円(税込)

当センター初級講座を修了された方、また
は1年半以上韓国語を学んだことがある方
を対象にした中級クラスです。

270 韓国語会話 中級(月曜・夜)

語学

1/5

韓国語講師
高 妙庚

月曜日／17:30～19:00(9回)
定員20名 受講料10,620円
材料費等／テキスト代1,870円(税込)

当センター初級講座を修了された方、また
は1年半以上韓国語を学んだことがある方
を対象にした中級(夜)クラスです。

271 韓国語会話 上級(火曜・昼)

語学

1/6

韓国語講師
高 妙庚

火曜日／13:00～14:30(10回)
定員20名 受講料11,800円
材料費等／テキスト代2,530円(税込)

当センター中級講座を修了された方、また
は3年以上韓国語を学んだことがある方
を対象にした上級クラスです。

273 活かせる英会話

語学

274 中学

1/10

アメリカ人講師
ジョン・ギャラス

土曜日／10:30～12:00(9回)
定員25名 受講料10,700円(※)5,085円
材料費等／テキスト代3,080円(税込)

※初心者の方では見学をお薦めします
日常会話、練習問題、個別の会話を
行い、レベルに関係なく、自分のペース
で楽しく英会話の練習をできるように進
めます。

276 楽しい初級写真教室

その他

1/15

二科会写真部会員
寅屋 壽廣

第1・3水曜日／10:00～12:00(6回)
定員25名 受講料7,800円
材料費等／—

自分のお気に入りの作品や個性的な作品
づくりを目指すために、写真の基礎、撮
影技術など自然とふれあいながら楽し
く学びます。

278 神戸の身近な自然探訪

その他

1/13

森林インストラクター
清水 孝之

第2・4火曜日／10:00～12:00(6回)
定員28名 受講料9,000円
材料費等／—

座学では神戸市の豊かな自然、生息する
動植物などを紹介し、野外観察会では神
戸市内の身近なフィールドで自然を実感
します。

280 ゆうゆう太極拳(中級)

スポーツ・健康

1/7

NPO法人 神戸太極拳協会
福田 いづみ

水曜日／13:00～14:30(10回)
定員24名 受講料13,000円
材料費等／—

中国式健康法とあわせて太極拳の動きの
型を通じてリラックスすることを中心に
、心身のバランスを整えながらレベルア
ップを目指す。

282 氣功法入門

スポーツ・健康

1/7

李 敬烈

水曜日／13:00～14:30(10回)
定員18名 受講料11,800円
材料費等／—

初心者を対象に、美容と健康増進に役
立つ「氣功」の基礎から応用まで。

283 ヨガ美療体操(A)※5

スポーツ・健康

1/7

ヘルシーワークハル
吉野 かおる

水曜日／10:00～11:30(10回)
定員18名 受講料11,800円
材料費等／—

ヨガの呼吸法と体操法で日常生活のかた
よった動きを正すことにより、腰痛、肩
こり、冷え症等を緩和します。

284 ヨガ美療体操(B)※5

スポーツ・健康

1/5

ヘルシーワークハル
藤本 久美子

月曜日／10:00～11:30(10回)
定員18名 受講料11,800円
材料費等／—

加齢による動きづらさや、座りすぎによ
る筋力不足を軽減させることで、全身の
若返りに役立ちます。

286 ヨガ美療体操(D)【女性】※6

スポーツ・健康

1/6

ヘルシーワークハル
松井 由紀子

火曜日／18:30～20:00(10回)
定員18名 受講料11,800円
材料費等／—

ヨガの呼吸法と体操法で日常生活のかた
よった動きを正すことにより、心身のリ
フレッシュと健康保持に効果的です。

288 正しい姿勢と歩き方【女性】

スポーツ・健康

1/13

正しい姿勢と歩き方インストラクター
朝比奈 優

第2・4火曜日／15:30～17:00(5回)
定員18名 受講料6,400円
材料費等／—

正しい姿勢と歩き方を身につけることは
代謝も上り、シェイプアップにも効果的
です。また、O脚や腰痛の改善も期待が
出来ます。

289 マットピラティス 中級(ピラティスで姿勢美人)【女性】

スポーツ・健康

1/8

Pilates A-Light主宰 Peak Pilates
久米 彩未

第3を除く水曜日／13:00～14:30(8回)
定員15名 受講料10,400円
材料費等／—

日常生活に必要な筋力を効率よく鍛え、
伸ばし整えます。美しくバランスの良
い身体を目指しましょう。更に難度の高
い種目にも挑戦致します。

290 マットピラティス 入門(ピラティスで姿勢美人)【女性】

スポーツ・健康

1/8

Pilates A-Light主宰 Peak Pilates
久米 彩未

第3を除く水曜日／14:50～16:20(8回)
定員15名 受講料9,600円
材料費等／—

日常生活に必要な筋力を効率よく鍛え、
伸ばし整えます。美しくバランスの良
い身体を目指しましょう。

292 合気道

スポーツ・健康

1/10

心身統一合気道会 指導員
神吉 崇宏

土曜日／19:00～20:30(10回)
定員20名 受講料10,400円
材料費等／—

心身を統一し天地と一体となることを
志します。人間が本来持っている能力を
最大限に発揮するために武道を通して鍛
練します。

293 卓球(月曜・昼)

スポーツ・健康

1/5

日本スポーツ協会公認卓球コーチ1
熊谷 宏子

月曜日／13:30～15:30(10回)
定員30名 受講料12,500円
材料費等／ピン球代含む

卓球の基礎技術の習得からゲーム練習
まで。レベルアップを目指し、いい汗を
流しましょう。

294 卓球(金曜・昼)

スポーツ・健康

1/9

日本スポーツ協会公認卓球コーチ1
下地 久美子

金曜日／14:00～16:00(10回)
定員30名 受講料12,500円
材料費等／ピン球代含む

卓球の基礎技術の習得からゲーム練習
まで。レベルアップを目指し、いい汗を
流しましょう。

295 卓球(木曜・昼)

スポーツ・健康

1/8

日本スポーツ協会公認卓球コーチ2
田坂 直子

第3を除く木曜日／14:00～16:00(7回)
定員24名 受講料8,750円
材料費等／ピン球代含む

卓球の基礎技術の習得からゲーム練習
まで。レベルアップを目指し、いい汗を
流しましょう。

296 バドミントンA

スポーツ・健康

1/6

神戸市バドミントン協会 副理事長
古澤 多香子

火曜日／10:00～12:00(10回)
定員30名 受講料13,000円
材料費等／シャトル代含む

楽しくゲームができるように、基本的な
打ち方を練習して、ステップアップを
目指しましょう。仲間と一緒にいい汗を
流しましょう！

297 バドミントンB

スポーツ・健康

1/9

神戸市バドミントン協会 理事長
吉田 肇

金曜日／18:30～20:30(10回)
定員30名 受講料13,000円
材料費等／シャトル代含む

バドミントンの基礎からゲーム練習
まで。レベルアップを目指し、いい汗を
流しましょう。

299 バドミントンC 中級※7

スポーツ・健康

1/8

神戸市バドミントン協会
金田 佳奈恵

第3を除く木曜日／10:30～12:30(8回)
定員25名 受講料10,400円
材料費等／シャトル代含む

レベルに合わせて応用練習、ゲーム練習
。「楽しくバドミントン!!」をモットー
にステップアップを目指しましょう！

※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。