

東灘区文化センター

4月開講

2026年
春講座
4月～6月

受講生募集!!

2月10日から受付開始!

〒658-0052
神戸市東灘区住吉東町5丁目1-16
(お問合せ) ☎078-822-8333
休館日: 第3月曜 ※第3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/>

★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。】

※春講座の受講生は夏講座を優先して受講いただけます。そのため夏講座のお申込みは欠員募集とさせていただきます。

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、**中学**のある講座では中学生を受け入れています。
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。

おすすめ講座

美術 01004 おしゃれなイラスト水彩画(入門)

講師: スタジオミント イラストレーター 篠原 奈穂子

季節のカードを水彩で楽しく表現してみませんか? 見本があるので初めての人も大丈夫。お気軽にご参加下さい。

第3土曜日/10:00～12:00(3回)
定員/15名 受講料/4,800円
材料費等/750円(3回分)

工(手)芸 01015 陶芸④

講師: 陶芸家 木村 貴史

明るく楽しい教室で、自分だけのオリジナル器を作りましょう。

土曜日/13:30～15:30(10回)
定員/20名 受講料/16,000円
材料費等/2,000円程度

音楽 01019 日本の抒情歌を歌おう

講師: 音楽創作工房 ムジカヴィーヴア 伊藤 友祐 or 近藤 勇斗

心の奥に流れ続ける想いを歌にしませんか?

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

音楽 01025 いきいき声活

講師: 音楽創作工房 ムジカヴィーヴア 矢野 美由紀

正しい声の出し方、美しいフレージングの作り方など、女性ならではの目線での指導を行います。アンチエイジングにも役立ちます。

第1・3火曜日/14:30～15:15(4回)
定員/12名 受講料/7,200円
材料費等/楽譜代実費

おすすめ講座

ダンス 01045 チャイルドジャズダンス(4～12歳)

講師: フキジャズダンスカンパニー MAKIKO

ジャズダンスを通じて楽しみながら、リズム感を養い、身体づくりをしていきましょう。

火曜日/16:00～17:00(10回)
定員/15名 受講料/12,000円
材料費等/—

スポーツ・健康 01046 ZUMBA

講師: ヨガ&ZUMBAインストラクター 伊澤 明美

曲を楽しみながらしっかりと身体を動かし脂肪燃焼! 初めての人も大丈夫!

木曜日/18:30～20:00(8回)
定員/20名 受講料/12,800円
材料費等/—

スポーツ・健康 01051 朝のいきいきヨガ①

講師: ヨガインストラクター TAKAKO

朝のいきいきヨガですっきり1日をスタート。ヨガ未経験者でも運動不足でも大丈夫! 健やかに動ける身体作りをしていきましょう。

第1・3火曜日/9:00～10:30(6回)
定員/12名 受講料/9,000円
材料費等/—

スポーツ・健康 01052 朝のいきいきヨガ②

講師: ヨガインストラクター TAKAKO

朝のいきいきヨガですっきり1日をスタート。ヨガ未経験者でも運動不足でも大丈夫! 健やかに動ける身体作りをしていきましょう。

第1・3火曜日/10:45～12:15(6回)
定員/12名 受講料/9,000円
材料費等/—

スポーツ・健康 01053 からだを整えるヨガ

講師: 山本ヨガ研究所講師 TAKAKO

体の各関節(首、肩関節、腰関節、股関節等)を修正する動きで体を整える。その後、毎週変わるヨガのポーズと呼吸法を行います。

水曜日/18:00～19:30(10回)
定員/12名 受講料/15,000円
材料費等/—

スポーツ・健康 01058 健康づくりの中国武術(入門)

講師: 大阪福祉大学 上海中国武術日本教員 神戸南京町鍼灸六合治療院 院長 裴 華

五行拳には、代謝、血行と免疫力を改善する働きがある。中医学五行論と解剖学に基づき、中高年健康に対する問題と悩みを解消。

金曜日/18:30～20:00(8回)
定員/12名 受講料/12,800円
材料費等/—

スポーツ・健康 01060 さわやか健康体操(女性)

講師: 健康体操・介護予防指導員 佐々木 正子

免疫力アップや体質改善等には適度な運動が欠かせません。体ほぐしやリズム体操・筋力アップの体操等、楽しく始めてみませんか?

土曜日/9:10～10:40(8回)
定員/20名 受講料/12,000円
材料費等/—

スポーツ・健康 01061 バランス経絡体操

講師: グリーン健康会 バランストレーナー 石川 裕子 赤井 循子

体の歪みを体操で改善できることを指導させていただきます。ご自分の状態に合った運動を楽しく進めて参ります。

月曜日/10:00～11:20(8回)
定員/15名 受講料/12,800円
材料費等/—

スポーツ・健康 01063 スタスタ歩ける足作り～おとなの足育体操～

講師: 足育アドバイザー® 朝比奈 優

歩くのが辛い疲れる原因になる外反母趾等の足のトラブルを予防・改善する足育体操。足育体操で脳も足も鍛えてスタスタ歩きましょう。

第2・4水曜日/10:30～11:45(5回)
定員/12名 受講料/7,500円
材料費等/—

スポーツ・健康 01064 スポーツウエルネス吹矢(日曜コース)

講師: 日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級公認指導員 橋本 三四郎

スポーツ吹矢は息の力での的に矢を放ち得点を競うもので集中力アップと爽快感があり年齢に関係なく手軽に楽しめる生涯スポーツです。

第2・4日曜日/13:00～15:00(5回)
定員/14名 受講料/8,500円
材料費等/300円程度

受付日	受付者名	受付No.
/		
センター名 2026年春講座 東灘区文化センター		
講座番号		
講座名		
フリガナ		
氏名		
住所		
生年月日(西暦) 年 月 日		
年齢(4月から) 歳 性別 男・女		
自宅電話番号 () -		
携帯電話番号 - - ※補欠・落選生にはSMSでお知らせするため携帯番号必須です。		
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 - -		

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。

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
2月27日(金)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。

春講座募集のご案内

● 申込み方法 いずれかの方法でお申込みください。電話でも受け付けております。(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。

2月28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

2月28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。

2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。
- 年齢制限のある講座に申込みされる場合は、4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。

＜受講者の決定＞

- 申込み多数の場合は、抽選いたします。
- 当選者は封書、補欠・落選生にはSMS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＞

- 受講料の払込取扱票を郵送しますので、3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持ちです。入金済みの受講生まで必ずご連絡ください。
- ★キャッシュレス決済が可能なアプリはこちら★
FamiPay・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支払ってください。

＜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。4月末日までは残回数按分しますが、5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、残額を按分後、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＞

- 受講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 ※2026年3月から神戸では区ごとに気象警報が発表されます。

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	午前8時	午前11時	午後1時	午後4時

それぞれの判断時間において講座の開催地で特別警報(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、通常どおり開講いたします。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。

定例講座

01001 大人の塗り絵 美術

大人の塗り絵クラブ認定 渡辺 昭子

第2・4火曜日/13:00～15:00(5回)
定員10名 受講料8,000円
材料費等/教材費1,000円の塗り絵本

01002 親しみやすい色鉛筆画教室① 美術

美術家・元二元会委員 若谷 薫

第2・4水曜日/10:00～12:00(5回)
定員12名 受講料8,000円
材料費等/実費

01003 親しみやすい色鉛筆画教室② 美術

美術家・元二元会委員 若谷 薫

第2・4水曜日/13:00～15:00(5回)
定員12名 受講料8,000円
材料費等/実費

01004 おしゃれなイラスト水彩画(入門) 美術

スタジオミント イラストレーター 篠原 奈穂子

第3土曜日/10:00～12:00(3回)
定員15名 受講料4,800円
材料費等/750円(3回分)

01005 おしゃれな水彩画 美術

スタジオミント イラストレーター 篠原 奈穂子

第3土曜日/13:00～15:00(3回)
定員10名 受講料4,800円
材料費等/750円(3回分)

01006 月曜水彩画① 美術

二元会会長 山本 幸雄

第2・4水曜日/13:00～15:00(5回)
定員12名 受講料9,000円
材料費等/教材費1,000円

01007 月曜水彩画② 美術

二元会会長 山本 幸雄

第2・4水曜日/15:30～17:30(5回)
定員12名 受講料9,000円
材料費等/教材費1,000円

01008 山本幸雄絵画教室 美術

二元会会長 山本 幸雄

第2・4土曜日/17:30～19:30(5回)
定員12名 受講料9,000円
材料費等/教材費1,000円

01009 書道(初心者～) 書道

兵庫県書作家協会 八千鳥 聖子

木曜日/10:00～12:00(9回)
定員18名 受講料12,600円
材料費等/テキスト代600円程度

01010 仮名と細字 書道

兵庫県書作家協会 幕谷 恵風

月曜日/10:00～12:00(8回)
定員12名 受講料12,800円
材料費等/テキスト代800円程度

01011 筆ペン・ペン習字 書道

兵庫県書作家協会評議員 片山 小雅

第1・3木曜日/10:30～12:00(6回)
定員12名 受講料9,000円
材料費等/実費

01012 陶芸① 工(手)芸

陶芸家 大西 雅文

水曜日/10:00～12:00(9回)
定員20名 受講料14,400円
材料費等/2,000円程度

01013 陶芸② 工(手)芸

陶芸家 大西 雅文

水曜日/13:30～15:30(9回)
定員20名 受講料14,400円
材料費等/2,000円程度

01014 陶芸③ 工(手)芸

陶芸家 木村 貴史

土曜日/10:00～12:00(10回)
定員20名 受講料16,000円
材料費等/2,000円程度

01015 陶芸④ 工(手)芸

陶芸家 木村 貴史

土曜日/13:30～15:30(10回)
定員20名 受講料16,000円
材料費等/2,000円程度

※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。

01021 楽しく合唱 音楽 Cantiamo 水口 健次 月曜日/13:00~15:00(7回) 定員30名 受講料12,600円 材料費等/楽譜代実費	01022 歌ってポイストレーニング 音楽 Cantiamo 水口 健次 第2・4金曜日/13:00~14:30(5回) 定員15名 受講料9,000円 材料費等/楽譜代実費	01023 楽しく懐メロを歌おう 音楽 音楽創作工房 ムジカヴィーヴア 水口 健次 第1・3火曜日/12:45~14:15(5回) 定員15名 受講料9,000円 材料費等/楽譜代実費	01024 イタリア古典歌曲を歌おう 音楽 音楽創作工房 ムジカヴィーヴア 伊藤 正 第1・3火曜日/15:30~17:00(4回) 定員18名 受講料7,600円 材料費等/楽譜代実費	01025 いきいき声活 音楽 音楽創作工房 ムジカヴィーヴア 矢野 美由紀 第1・3火曜日/14:30~15:15(4回) 定員12名 受講料7,200円 材料費等/楽譜代実費	01026 ハッピーメロディ笑顔で歌おう 音楽 KOSMA 音楽愛好会 中野 愛子 第1・3金曜日/13:00~14:30(5回) 定員12名 受講料9,000円 材料費等/テキスト代実費	01027 子どもドラム教室① 音楽 パーカッション・ドラム・カホン・マリンパ奏者 リトミック研究家 村岡 ありさ 第1・3金曜日/15:30~19:30(5回) 定員8名 受講料12,500円 材料費等/初回教材費別途	01028 子どもドラム教室② 音楽 パーカッション・ドラム・カホン・マリンパ奏者 リトミック研究家 村岡 ありさ 第2・4金曜日/15:30~19:30(5回) 定員30名 受講料16,000円 材料費等/楽譜代1,000円程度
01029 大人ドラム教室 音楽 パーカッション・ドラム・カホン・マリンパ奏者 リトミック研究家 村岡 ありさ 第2・4金曜日/19:40~20:30(5回) 定員4名 受講料13,500円 材料費等/初回教材費別途	01030 俳句 文学 ホトギス同人 大阪俳人クラブ常任理事 永沢 達明 第1・3金曜日/13:45~15:45(6回) 定員15名 受講料9,600円 材料費等/—	01031 朗読 ことばで紡ぐ物語の世界 文学 朗読会 [Les Voix レ・ヴォワ] 矢野 照美 第2・4火曜日/10:30~12:00(5回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/—	01032 楽しい朗読 文学 朗読劇あめいほ座所属 南 数美 第1・3金曜日/10:00~12:00(6回) 定員12名 受講料9,600円 材料費等/—	01033 神戸市内と近郊の観光を楽しもう 文学 観光ガイド 伊藤 啓一郎 第3水曜日/10:00~11:30(2回) 定員20名 受講料3,200円 材料費等/—	01034 手作りパン教室① 料理・健康 大谷 真理子 第3土曜日/10:00~13:00(3回) 定員18名 受講料4,800円 材料費等/1,800円(3回分)	01035 手作りパン教室② 料理・健康 大谷 真理子 第3土曜日/13:30~16:30(3回) 定員18名 受講料4,800円 材料費等/1,800円(3回分)	01036 男性の簡単料理 料理・健康 料理研究家 北山 初美 第1金曜日/10:00~12:00(3回) 定員24名 受講料4,800円 材料費等/2,700円(3回分)
01037 暮らしを彩るガーデニング その他 ガーデンデザイナー・フラワーコーディネーター [1級フラワー-装飾技能士] 田村 優子 第4月曜日/10:00~12:00(3回) 定員12名 受講料6,000円 材料費等/材料費1回3,000円	01038 写真教室ステップアップ(一眼レフ) その他 朝ハナヤ勤兵衛 撮影部長 永田 徹 第2水曜日/10:00~12:00(3回) 定員30名 受講料4,200円 材料費等/1,500円程度	01039 はじめての週末健康フラダンス 舞踊・ダンス Le'ale'a Aloha Hula 所属インストラクター 第1・3土曜日/11:00~12:15(5回) 定員12名 受講料8,000円 材料費等/CD代 100円	01040 健康フラダンス(入門) 舞踊・ダンス Le'ale'a Aloha Hula 所属インストラクター 第1・3木曜日/10:45~12:00(5回) 定員10名 受講料8,000円 材料費等/CD代 100円	01041 健康フラダンス(初級) 舞踊・ダンス Le'ale'a Aloha Hula 川村 由紀栄 第1・3木曜日/13:30~14:45(5回) 定員15名 受講料8,000円 材料費等/CD代 100円	01042 健康フラダンス(中級) 舞踊・ダンス Le'ale'a Aloha Hula 川村 由紀栄 第1・3木曜日/15:30~16:45(5回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/CD代 100円	01043 ジャズダンス(女性) 舞踊・ダンス フキヤダンスカンパニー 清原 ひとみ 水曜日/10:30~12:00(10回) 定員20名 受講料16,000円 材料費等/—	01044 フリースタイルジャズダンス(女性) 舞踊・ダンス フキヤダンスカンパニー MINA 火曜日/18:30~20:00(10回) 定員15名 受講料16,000円 材料費等/—
01045 チャイルドジャズダンス(4~12歳) 舞踊・ダンス フキヤダンスカンパニー MAKIKO 火曜日/16:00~17:00(10回) 定員15名 受講料12,000円 材料費等/—	01046 ZUMBA スポーツ・健康 ヨガ&ZUMBA インストラクター 伊澤 明美 木曜日/18:30~20:00(8回) 定員20名 受講料12,800円 材料費等/—	01047 熟年ヨガ(女性) スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 村上 伊久子 火曜日/13:30~15:00(10回) 定員20名 受講料16,000円 材料費等/—	01048 ヨガ美体体操①(女性) スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 伊関 千鶴 水曜日/13:00~14:30(10回) 定員15名 受講料14,000円 材料費等/—	01049 ヨガ美体体操②(女性) スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 伊関 千鶴 水曜日/14:45~16:15(10回) 定員15名 受講料14,000円 材料費等/—	01050 ヨガ美体体操③(女性) スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 嶋津 清江 土曜日/10:00~11:30(10回) 定員15名 受講料14,000円 材料費等/—	01051 朝のいきいきヨガ① スポーツ・健康 ヨガインストラクター TAKAKO 第1・3火曜日/9:00~10:30(6回) 定員12名 受講料9,000円 材料費等/—	01052 朝のいきいきヨガ② スポーツ・健康 ヨガインストラクター TAKAKO 第1・3火曜日/10:45~12:15(6回) 定員12名 受講料9,000円 材料費等/—
01053 からだを整えるヨガ スポーツ・健康 山本ヨガ研究所講師 TAKAKO 水曜日/18:00~19:30(10回) 定員12名 受講料15,000円 材料費等/—	01054 男性だけのヨガ スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 坪井 裕子 重益 千佳子 土曜日/17:30~18:50(8回) 定員20名 受講料12,800円 材料費等/—	01055 やさしい気功 スポーツ・健康 上海市練功十八法協会認定指導員 齋藤 典子 月曜日/10:00~11:30(7回) 定員20名 受講料10,500円 材料費等/—	01056 太極気功 スポーツ・健康 上海市練功十八法協会認定指導員 齋藤 典子 水曜日/13:30~14:50(9回) 定員20名 受講料14,400円 材料費等/—	01057 おはよう太極拳 スポーツ・健康 大阪福祉会会長 上海中医药大学附属日本橋東院教授 神戸市立東区立総合医療センター 院長 裴 華 土曜日/10:30~11:50(8回) 定員12名 受講料12,000円 材料費等/—	01058 健康づくりの中国武術(入門) スポーツ・健康 大阪福祉会会長 上海中医药大学附属日本橋東院教授 神戸市立東区立総合医療センター 院長 裴 華 金曜日/18:30~20:00(8回) 定員12名 受講料12,800円 材料費等/—	01059 フレッシュアップ体操(女性) スポーツ・健康 ヘルシークワハラ 山下 節子 火曜日/10:00~11:30(10回) 定員20名 受講料15,000円 材料費等/—	01060 さわやか健康体操(女性) スポーツ・健康 健康体操・介護予防運動指導員 佐々木 正子 土曜日/9:10~10:40(8回) 定員20名 受講料12,000円 材料費等/—
01061 バランス経絡体操 スポーツ・健康 グリーン健康会 バランストレーナー 石川 裕子 赤井 循子 月曜日/10:00~11:20(8回) 定員15名 受講料12,800円 材料費等/—	01062 正しい姿勢と歩き方~歩き始めるその前に~ スポーツ・健康 スタジオ KIKI 朝比奈 優 月曜日/10:30~11:45(7回) 定員14名 受講料11,200円 材料費等/—	01063 スタスタ歩ける足作り~おとなの足指体操~ スポーツ・健康 足育アドバイザー® 朝比奈 優 第2・4水曜日/10:30~11:45(5回) 定員12名 受講料7,500円 材料費等/—	01064 スポーツウエルネス吹矢(日曜コース) スポーツ・健康 日本スポーツウエルネス吹矢協会 上級指導員 橋本 三四郎 第2・4日曜日/13:00~15:00(5回) 定員14名 受講料8,500円 材料費等/300円程度	01065 卓球① スポーツ・健康 日本体育協会公認スポーツ指導者 (卓球上級指導員) 田坂 直子 木曜日/9:20~10:50(10回) 定員22名 受講料14,000円 材料費等/—	01066 卓球② スポーツ・健康 日本体育協会公認スポーツ指導者 (卓球上級指導員) 田坂 直子 木曜日/11:00~12:30(10回) 定員22名 受講料14,000円 材料費等/—	01067 卓球③ スポーツ・健康 日本体育協会公認スポーツ指導者 (卓球上級指導員) 田坂 直子 水曜日/18:30~20:00(10回) 定員22名 受講料15,000円 材料費等/—	01068 はじめての卓球教室 スポーツ・健康 日本体育協会公認スポーツ指導者 (卓球上級指導員) 田坂 直子 水曜日/15:30~17:00(10回) 定員22名 受講料15,000円 材料費等/—

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。

01069 陶芸③ 中学 陶芸家 木村 貴史 土曜日/10:00~12:00(10回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/2,000円程度	01070 陶芸④ 中学 陶芸家 木村 貴史 土曜日/13:30~15:30(10回) 定員20名 受講料8,000円 材料費等/2,000円程度	01071 ZUMBA 中学 ヨガ&ZUMBA インストラクター 伊澤 明美 木曜日/18:30~20:00(8回) 定員20名 受講料6,400円 材料費等/—	01072 からだを整えるヨガ 中学 山本ヨガ研究所講師 TAKAKO 水曜日/18:00~19:30(10回) 定員12名 受講料7,500円 材料費等/—	01073 健康づくりの中国武術(入門) 中学 大阪福祉会会長 上海中医药大学附属日本橋東院教授 神戸市立東区立総合医療センター 院長 裴 華 金曜日/18:30~20:00(8回) 定員12名 受講料6,400円 材料費等/—	01074 卓球③ 中学 日本体育協会公認スポーツ指導者 (卓球上級指導員) 田坂 直子 水曜日/18:30~20:00(10回) 定員22名 受講料7,500円 材料費等/—
--	--	--	--	--	--