

須磨区文化センター

10月開講

2026年秋講座10月～12月

受講生募集!!

8月7日から受付開始!

〒654-0035
神戸市須磨区中島町1丁目2-3
お問合せ ☎078-735-7641
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 <https://www.kobe-bunka.jp/>

公財 神戸市民文化振興財団

須磨区文化センター

〒654-0035
神戸市須磨区中島町1丁目2-3
お問合せ ☎078-735-7641
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 <https://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。】

HPからお申し込みの方・須磨区文化センター・北須磨文化センターにてメールアドレスをご登録の方のみクレジットカードでのお支払いが可能です。
SMBcマルチペイメントサービスのアドレス(system@p01.smbc-gp.co.jp)からお支払いのご案内メールをお送りしますのでこちらからお手続きをお願いいたします。

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
【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、よろしくお願いいたします。
※SoftBankをご利用のお客様には、6桁の番号(248700)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

09002 楽しく描こう! 絵画教室

講師 洋画家・アトリエココペリ主宰 磯野 和美

木曜日/14:00~16:00(8回)
定員/15名 受講料/12,800円
材料費等/実費(初講日に説明します)

舞踊・ダンス

09040 楽しい社交ダンス

講師 兵庫県社交ダンス教師協会理事 笠矢 佐智恵

金曜日/10:00~11:30(10回)
定員/15名 受講料/14,900円
材料費等/—

スポーツ・健康

09044 楽楽ヨーガ
09045 中学

講師 従日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士
インド中央政府認定(VYASA)公認教師 小島 輝美

土曜日/10:30~12:00(9回)
定員/12名 受講料/14,400円(中学 7,200円)
材料費等/—

随時講座

09533 絵画教室

講師 行動美術協会会員
日本美術家連盟会員 中田 幸夫

水曜日/14:00~16:00(10回)
定員/15名 受講料/12,800円
材料費等/—

受付日 / 受付者名 受付No.

6500031

切手をお貼りください。

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年秋講座 須磨区文化センター

講座番号

講座名

フリガナ

氏名

住所 〒 -

生年月日(西暦) 年 月 日 ※必須

年齢(歳) 性別 男・女

自宅電話番号 () -

携帯電話番号 - - ※補欠・落選者にはSMSでお知らせするため携帯電話番号必須です。

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 - -

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

秋講座募集のご案内

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。

8月31日まで

インターネット

24時間受付中

神戸市民文化振興財団

お申込みはこちら

8月31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。

8月28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ご利用します。

＜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、10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。
○当選者には封書、補欠・落選者には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＞

○当選者には、受講料の払込取扱票を郵送しますので、9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ちです。すでに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。10月末日までは残回数をお知らせしますが、11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受講者様都合で初講日以降に退講される場合は、受講料総額から30%の手数料を差し引き、残回数を按分し、10月末日切り上げて返金。第2回開催日以降は返金いたしません。
※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たしません。

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
警報発表開始時点	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において講座の開催で、警報が発表されている場合は休講とします。なお、波浪・高潮に関する警報の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

09001 人物画

神戸芸術文化会議員 示現会会員 服部 淳子

第1・3日曜日/10:00~15:00(5回)
定員15名 受講料12,000円
材料費等/モデル代等5,000円程度

毎回、モデルを見て描きます。油絵が主ですが材料・大きさ等は自由です。気楽に描いてください。モデルは二日間ずつ交代します。

09002 楽しく描こう! 絵画教室

洋画家・アトリエココペリ主宰 磯野 和美

木曜日/14:00~16:00(8回)
定員15名 受講料12,800円
材料費等/実費(初講日に説明します)

絵画コース→水彩、パステル、色鉛筆などで、静物、風景、人物等を描きます。絵手紙コース→絵手紙や小さなスケッチ画を描きます。

09003 パステル画

神戸パステル画会 小林 淳子

金曜日/10:00~12:00(10回)
定員17名 受講料16,000円
材料費等/用具代等実費(パステル画材、用紙等)

やわらかで、繊細なパステルの色彩により、身近な物、人物を表現します。形のつかみ方、色のつけ方など基礎から指導します。

09004 色鉛筆で描く 海洋画

海洋画家 高橋 健一

第2・4土曜日/10:00~12:00(5回)
定員15名 受講料6,900円(中学 3,450円)
材料費等/テキスト、紙、色鉛筆等1,000円程度

海や港の景色、大海原を行き交う船を色鉛筆やパステルを用いて描きます。はじめての方でも解り易く指導してまいります。

09006 こどもは誰でもピカソ こども絵画造形教室

未来スクールありす主宰 坂田 ありす 石野 寛幸

第2・4日曜日/13:30~15:00(4回)
定員18名 受講料7,200円
材料費等/500円

子どもの発想を大切に、創造の芽を伸ばし、素直な心の表現から、つくる喜びと描く楽しさを育てましょう。

09007 毛筆太字 (初級・中級)

兵庫県書作家協会 中西 浩陽

火曜日/13:00~14:50(9回)
定員15名 受講料12,510円
材料費等/テキスト手本代500円程度

楷書の基本点画、筆の使い方、運び方から始めます。古典を交えて行書、草書、隷書を学び、表現の幅を広げます。初心者歓迎です。

09008 毛筆細字 (初級・中級)

兵庫県書作家協会 中西 浩陽

火曜日/15:00~16:50(9回)
定員15名 受講料12,510円
材料費等/テキスト手本代500円程度

かなと実用書を中心に学びます。伝統的な、現代的な漢字が交じり文、儀礼の表書き、手紙文などが学びます。初心者歓迎です。

09009 うつくしいペン字

兵庫県書作家協会 左右津 安輝子

木曜日/14:00~16:00(10回)
定員12名 受講料16,000円
材料費等/テキストとノート代1,500円

活字あふれる現代こそ、手書きの文字が心に感動を与えます。楽しみながら技法を習得して美しい文字に変わる喜びを掴みましょう。

09010 小中学生の書道

兵庫県書作家協会 左右津 安輝子

土曜日/14:00~16:00(10回)
定員15名 受講料15,000円
材料費等/テキスト代1,000円 書道誌代1,800円

書写教育の基礎を学びながら、自由で創造的に書道を楽しめるよう指導します。硬筆の指導も合わせて丁寧に行います。

09011 金曜陶芸

丹波焼 市野 元祥

金曜日/10:00~12:00(10回)
定員20名 受講料17,500円
材料費等/釉薬代1,000円、粘土代実費200~500円/kg

ふだんの生活の中で使うような器を造ります。自分の想いを込めた作品を造りましょう。初めての方でも大丈夫です。

09012 陶芸の加飾・技法

丹波焼 市野 元祥

第2・4土曜日/10:00~12:00(5回)
定員15名 受講料8,750円
材料費等/釉薬代500円、粘土代実費約200~500円/kg

経験者を対象に技術を高める為の講座です。より一層の向上を目指しましょう。1ランク上の技術を習得しましょう。

09013 木曜陶芸

陶器作家 手島 英則

木曜日/10:00~12:00(10回)
定員20名 受講料17,500円
材料費等/釉薬代2,000円、粘土代200~300円/kg

電動ロクロ、手ロクロを使って、作陶した自分の作品で、日常生活を飾りましょう。※別途粘土代が必要です。

09014 日曜陶芸①

陶器作家 手島 英則

第2・4日曜日/10:00~12:00(5回)
定員20名 受講料8,750円
材料費等/釉薬代1,000円、粘土代200~300円/kg

電動ロクロ、手ロクロを使って、作陶した自分の作品で、日常生活を飾りましょう。※別途粘土代が必要です。

09015 日曜陶芸②

陶器作家 手島 英則

第2・4日曜日/13:00~15:00(5回)
定員20名 受講料8,750円
材料費等/釉薬代1,000円、粘土代200~300円/kg

電動ロクロ、手ロクロを使って、作陶した自分の作品で、日常生活を飾りましょう。※別途粘土代が必要です。

09016 ステンドグラス

ガラス工芸家 則武 英彦

日曜日/9:30~12:00(9回)
定員15名 受講料16,200円
材料費等/工具材料費約40,000円(変動あり、初心者のみ)

色ガラスが織りなす様々な光のアート。幾つもの工程を経て作品ができあがります。ゆっくりとマイペースで楽しんでください。

09017 暮らしを彩る木彫り

木象会講師 太田 清美

木曜日/10:00~12:00(9回)
定員15名 受講料12,510円
材料費等/各自実費

欧風建築にあるデザインを使ったレリーフ、小物家具や人形(立体)を作ります。刃物を扱う緊張感、無心な時間が流れます。

※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。

NEW は、新しく始まる講座です。

09018

いつも青春♪
うきうきソング

音楽

10/6

KOSMA音楽愛好会
高曲 伸和 白石 千尋

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

歌うって本当に気持ち良い♪昭和の流行歌を
楽しい仲間と一緒に歌いませんか？初心者大
歓迎！好きな皆様をお待ちしています♪

09019

ハッピーメロディ♪
歌って健康

音楽

10/14

KOSMA音楽愛好会
中野 愛子 森岡 美咲

第2・4水曜日/10:30~12:00(4回)
定員20名 受講料7,200円
材料費等/—

歌うことで活発に呼吸をし血液の循環が良く
なります。誤嚥性肺炎も予防できます。初心
者も自信のない方も楽しく歌いましょう。

09020

英語でPoPs♪

音楽

10/7

英会話講師
古津 玲子 華内 玲

第1・3水曜日/15:15~16:45(5回)
定員24名 受講料8,000円
材料費等、教材費実費

懐かしいアメリカンポップスを英語で歌って
みましょう。歌の内容、発音のポイントなど
も説明いたします。誰かが読めなくてもOK。

09021

水曜ピアノ教室

音楽

10/7

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

第1・3水曜日/9:00~12:00(6回)
定員6名 受講料19,440円
材料費等/—

脳トレにピアノは最適！感性豊かに♪人生生
涯学習♪一生懸命が一生輝く自分に！ステキ
に過ごす自分の時間。充実した幸せな毎日を
★

09022

木曜ピアノ教室①

音楽

10/1

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

第1・3木曜日/9:00~12:00(6回)
定員6名 受講料19,440円
材料費等/—

朝の気持ちのいい時間にピアノを始めてもま
いせんか♪シニア世代に大人気！毎日の生活が
規則正しく激変！笑顔あふれるピアノ生活。

09023

木曜ピアノ教室②

音楽

10/8

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

第2・4木曜日/9:00~12:00(6回)
定員6名 受講料19,440円
材料費等/—

大人気のピアノ♪いつから始めても遅く
ない！お洒落に自分磨き★毎日活き活き笑顔
満載！幸せ度アップ。さあ一緒に楽しみまし
ょう！

09024

金曜ピアノ教室

音楽

10/2

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

第1・3金曜日/9:00~12:00(6回)
定員6名 受講料19,440円
材料費等/—

はじめてのピアノ大歓迎♪楽譜が読めな
くても、ピアノがなくても問題なし！笑いの絶え
ないレッスン♪ピアノで人生ワクワク！

09025

金曜癒しのピアノ

音楽

10/2

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

第1・3金曜日/12:30~17:00(6回)
定員9名 受講料19,440円
材料費等/—

花の金曜日★幼児～シニア世代必見！レッ
スン時間増設。自律神経のバランスを整え、気
持ちが落ち着きストレス解消！さあ一緒
に！

09026

ドラム教室①

音楽

10/4

ドラム奏者
古田 雄士

日曜日/9:30~11:00(6回)
定員4名 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！初めての方でも大丈夫です。

09027

ドラム教室②

音楽

10/4

ドラム奏者
古田 雄士

日曜日/11:10~12:40(6回)
定員4名 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！初めての方でも大丈夫です。

09028

ドラム教室③

音楽

10/4

ドラム奏者
古田 雄士

日曜日/13:20~14:50(6回)
定員4名 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！初めての方でも大丈夫です。

09029

ドラム教室④

音楽

10/4

ドラム奏者
古田 雄士

日曜日/15:00~16:30(6回)
定員4名 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！初めての方でも大丈夫です。

09030

須磨琴(一絃琴)

古典
芸能

10/5

一絃須磨琴保存会師範
古武 清美

第2・4月曜日/13:00~17:00(5回)
定員12名 受講料8,000円
材料費等/琴の爪3,300円

須磨琴は一枚の板の上に一本の絃を張った
だけの極めて簡単な素朴な楽器です。初歩
の方からレベルに合わせて練習していきます。

09031

謡曲・仕舞

古典
芸能

10/14

観世流能楽師 日本能楽会会員
(四)重要無形文化財総合指定保持者
笠田 昭雄

水曜日/10:00~12:00(9回)
定員12名 受講料13,410円
材料費等/テキスト代3,000円~ 扇代7,700円~

謡曲・仕舞を基礎から指導します。また、能
の音楽や物語についてもわかりやすくお話し
します。初心者の方はまずはご見学ください。

09032

茶道①

茶華道

10/3

裏千家教授
多田 宗智

土曜日/13:00~14:55(10回)
定員12名 受講料12,800円
材料費等/抹茶・菓子代等4,000円程度

初めての方にお勧め、気軽に始めませんか。
茶道は人間関係の縁が深まり、様々な道具・
一輪の茶花にも目が向くようになります。茶
道①と②に椅子に座って受講も可能です。

09033

茶道②

茶華道

10/3

裏千家教授
多田 宗智

土曜日/15:05~17:00(10回)
定員12名 受講料12,800円
材料費等/抹茶・菓子代等4,000円程度

茶道は人間関係の縁が深まり様々な道具・一
輪の茶花にも目が向くようになります。茶
道①と②に椅子に座って受講も可能です。

09034

英会話(初級)

語学

10/13

英会話講師
古津 玲子

火曜日/13:15~14:15(9回)
定員15名 受講料13,410円
材料費等/テキスト3,817円(税込)

英語で話したいけど、うまく話せないとい
う方のために。頭の中を交通整理してシ
ンプルな会話でまず練習をしてみましょう。

09035

英会話(中級)

語学

10/16

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

金曜日/15:00~16:30(10回)
定員15名 受講料15,500円
材料費等/テキスト代実費

初級講座を修了された方、また同程度の経験
がある方に通したレッスンをします。さ
あ、話しましょう。

09036

中国語会話(初級)

語学

10/10

神戸海星女子学院大学非常勤講師
坂口 文馨

土曜日/14:40~16:10(9回)
定員10名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,400円(税別)

ネイティブの講師が教えます。基礎になるも
のをしっかり学び、聴く話す書く練習をし、
応用できるように楽しく会話練習をします。

09037

中国語会話(中級)

語学

10/10

神戸海星女子学院大学非常勤講師
坂口 文馨

土曜日/13:00~14:30(9回)
定員10名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,400円(税別)

いつも中国語で会話できる環境を作り、中国
語を話す自信を持たせます。文化や習慣又は
さまざまな事情もその都度学びます。

09038

レベルアップ
韓国語

語学

10/9

神戸大学大学院非常勤講師(朝鮮語)
魯 恵英 (ノヘヨン)

金曜日/14:40~16:10(9回)
定員12名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,500円(税別)

話す、聞き取る能力を高めたい方にお勧め！
韓国語を2年近く学び、初級文法を終えた方
が対象です。豊かな表現力を育てます。

09039

スペイン語(初級)

語学

10/2

スペイン語講師
福田 ルーツ

金曜日/9:30~11:00(9回)
定員11名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,200円(税別)

基礎学力を楽しく身につけ多彩な魅力を持つ
スペイン語圏文化に触れながら学びます。ネ
イティブ講師が親切かつ丁寧に指導します。

09040

楽しい社交ダンス

舞踊・
ダンス

おすす
め

10/2

兵庫県社交ダンス教師協会理事
笠矢 佐智恵

金曜日/10:00~11:30(10回)
定員15名 受講料14,900円
材料費等/—

初心者大歓迎！立ち方、歩き方から初歩のス
テップを学びます。楽しく踊れるよう、皆様
お誘い合わせの上、是非ご参加ください。

09041

チャイルドジャズダンス①
(3歳~小1)

舞踊・
ダンス

10/3

フキジャズダンスカンパニー
MAKIKO

土曜日/13:00~14:15(8回)
定員25名 受講料9,600円
材料費等/—

運動が苦手でも大丈夫。音楽に合わせて楽し
く練習しましょう。

09042

チャイルドジャズダンス②
(小2~小4)

舞踊・
ダンス

10/3

フキジャズダンスカンパニー
MAKIKO

土曜日/14:20~15:35(8回)
定員25名 受講料9,600円
材料費等/—

色々なステップにチャレンジ出来るクラスで
す。様々な音楽に合わせて楽しくダンスを
しましょう。

09043

チャイルドジャズダンス③
(小5~小6)

舞踊・
ダンス

10/3

フキジャズダンスカンパニー
MAKIKO

土曜日/15:40~16:55(8回)
定員25名 受講料9,600円
材料費等/—

小学校高学年以上のレベルアップクラス。難
しいステップやターンやジャンプにチャレ
ンジしましょう。初心者の方も大歓迎です。

09044

音楽ヨーガ

スポーツ・
健康

おすす
め

10/10

(社)日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ師
インバ中央認定所定 (VYASA) 公認教
師
小島 輝美

土曜日/10:30~12:00(9回)
定員12名 受講料14,400円(中・高7,200円)
材料費等/—

呼吸に合わせて動いていきます。自分だけの
時間を作って今の心と身体を感じてみま
しょう。お気軽にご参加下さい。

09046

女性のためのヨガ

スポーツ・
健康

10/6

全米ヨガアライアンス認定 RYT200
五百尾 ひろみ

水曜日/18:30~20:00(10回)
定員12名 受講料16,000円(中・高8,000円)
材料費等/—

ヨガの呼吸法を取り入れ、身体は自然な回復
力を高め、バランスを取り、肩こり・腰痛な
どを楽にします。どなたでもできます。

09048

ヨガ健康体操①

スポーツ・
健康

10/7

ヘルシーワークハ
中桐 照子

水曜日/9:15~10:30(10回)
定員15名 受講料13,900円
材料費等/—

ヨガの基本を取り入れた体操です。年齢を問
わず、無理なく始めていただけます。心身
とも健康な毎日を送りましょう。

09049

ヨガ健康体操②

スポーツ・
健康

10/7

ヘルシーワークハ
中桐 照子

水曜日/10:45~12:00(10回)
定員15名 受講料13,900円
材料費等/—

ヨガの基本を取り入れた体操です。年齢を問
わず、無理なく始めていただけます。心身
とも健康な毎日を送りましょう。

09050

気功太極拳

スポーツ・
健康

10/10

ヘルシーワークハ
中桐 照子

土曜日/10:00~11:30(10回)
定員15名 受講料16,000円
材料費等/—

ゆったり無理なく動かす生涯スポーツ。気・
血の流れを良くし、心と体の調和をはかり
ます。

09051

健康体操

スポーツ・
健康

10/5

ヘルシーワークハ
中桐 照子

月曜日/10:00~11:30(7回)
定員10名 受講料11,200円
材料費等/—

音楽に合わせて歩いたり、ボールを握って足
腰を鍛え、元気に楽しいシニア世代を過ご
しましょう。

09052

太極拳入門

スポーツ・
健康

10/7

日本武術太極拳連盟 公認指導員
福光 知子

水曜日/13:00~14:00(10回)
定員25名 受講料9,000円
材料費等/—

24式太極拳が一番普及している太極拳です。
入門編は初心者からでも学んでいただける内
容で、体調を整えていきます。

09053

太極拳中級

スポーツ・
健康

10/7

日本武術太極拳連盟 公認指導員
福光 知子

水曜日/14:15~15:45(10回)
定員25名 受講料11,000円
材料費等/—

24式太極拳は奥深く頭の体操にもなり、心も
身体も柔軟に緩やかに動いて広がります。
これを続けることで体力が付いてきます。

09054

32式剣 太極剣
(たいぎょくつるぎ)

スポーツ・
健康

10/7

日本武術太極拳連盟 公認指導員
福光 知子

水曜日/16:00~17:00(10回)
定員20名 受講料9,000円
材料費等/—

24式太極拳と32式剣と一緒に学ぶと、さら
に上達し、剣は手の延長となり、舞うように、
剣の楽しさを伝えます。

09055

ジュニア空手①
(概ね3歳~小2)

スポーツ・
健康

10/4

神戸空手道連盟大成塾 代表
棚田 健司 他

日曜日/9:30~10:30(9回)
定員25名 受講料10,800円
材料費等/サポーター3,500円、空手衣不要

基本稽古、移動稽古、ミット打ちを中心に行
うことにより全身をバランスよく鍛え、強く
て優しく、礼儀正しい成長を育みます。

09056

ジュニア空手②
(概ね小3~中学生)

スポーツ・
健康

10/4

神戸空手道連盟大成塾 代表
棚田 健司 他

日曜日/10:40~11:40(9回)
定員15名 受講料10,800円
材料費等/サポーター3,500円、空手衣不要

基本稽古、移動稽古、ミット打ちを中心に行
うことにより全身をバランスよく鍛え、強く
て優しく、礼儀正しい成長を育みます。

09057

シニア空手
(概ね高校生~シニア)

スポーツ・
健康

10/4

神戸空手道連盟大成塾 代表
棚田 健司 他

日曜日/10:40~12:00(9回)
定員10名 受講料13,410円
材料費等/サポーター5,000円、空手衣不要

空手の稽古は全身をバランスよく動かし、ミ
ットパンチやキックを行います。トレーニ
ングウェアでもOKです。お気軽にどうぞ。

09058

リズム&ストレッチ

スポーツ・
健康

10/13

フキジャズダンスカンパニー
薫 ゆみこ

火曜日/10:00~11:30(8回)
定員15名 受講料12,800円
材料費等/—

筋肉と気持ちのストレスを解消しましょう。
軽やかなメロディーに合わせて身体を伸ばし
引き締め、リフレッシュしましょう。

09059

スポーツツウエルネス
吹矢①

スポーツ・
健康

10/4

(一社)日本スポーツツウエルネス吹矢協会
上級公認指導員
前川 幸輝 武内 淑子 五反田 重夫

第1・3日曜日/9:30~11:00(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース680円、クリナー/矢3,420円

明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通
じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定
や競技参加も出来る生涯スポーツです。

09060

スポーツツウエルネス
吹矢②

スポーツ・
健康

10/4

(一社)日本スポーツツウエルネス吹矢協会
上級公認指導員
前川 幸輝 武内 淑子 五反田 重夫

第1・3日曜日/11:10~12:40(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース680円、クリナー/矢3,420円

明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通
じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定
や競技参加も出来る生涯スポーツです。

09061

スポーツツウエルネス
吹矢③

スポーツ・
健康

10/4

(一社)日本スポーツツウエルネス吹矢協会
上級公認指導員 公認指導員
前川 恵子 網谷 喜明 他

第1・3日曜日/13:20~14:50(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース680円、クリナー/矢3,420円

明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通
じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定
や競技参加も出来る生涯スポーツです。

09062

スポーツツウエルネス
吹矢④

スポーツ・
健康

10/4

(一社)日本スポーツツウエルネス吹矢協会
上級公認指導員 公認指導員
前川 恵子 網谷 喜明 他

第1・3日曜日/15:00~16:30(6回)
定員8名 受講料7,680円
材料費等/マウスピース680円、クリナー/矢3,420円

明るく、楽しく、安全な環境で基本動作を通
じて、吹矢式呼吸法や集中力を養い実力認定
や競技参加も出来る生涯スポーツです。

09063

神戸の山から
ゆっくり登って健康に

スポーツ・
健康

10/15

(公社)日本山岳ガイド協会認定ガイド
加藤 智二

木曜日/13:00~14:30(4回)
定員15名 受講料9,200円
材料費等/館外実習交通費実費(3回)

長い人生、健康に過ごすために必ず役立つ山
歩きの基本と、楽しく歩くコツとポイントを
身近な神戸の山を通じて学びます。

09528

水曜一般・女性・
シニア空手

随時
講座

10/7

神戸空手道連盟大成塾師範
道山 一成

水曜日/19:40~20:40(9回)
定員10名 受講料13,410円
材料費等/防具5,000円~、道衣不要(備置、大会参加には必要)

全身運動で健康増進やストレス解消に。女性
も無理なく安心して稽古ができます。シニア大
歓迎！お気軽にご参加ください。

09529

いけばな

随時
講座

10/8

華道家元池坊 総華督 中央委員
竹中 一永

木曜日/14:00~16:00(6回)
定員15名 受講料8,520円
材料費等/花代6600円程度(3カ月)

伝統の池坊いけばなを習ってみませんか。
お子様、学生、他流派経験者など、性別も問
いません。まずは体験にお越し下さい。

09530

大人ダンス部

随時
講座

10/9

ダンスインストラクター
HARUCA

金曜日/19:00~20:00(5回)
定員15名 受講料8,000円
材料費等/—

K-popやJAZZダンスの振り付けを楽しむワ
タです。♪基礎的な動きから練習します。
大人から始めるダンスを応援します！

09531

月曜ピアノ

随時
講座

10/12

元ヤマハシステム講師
福島 美幸

月曜日/9:00~12:00(6回)
定員6名 受講料19,440円
材料費等/—

朗報！月曜ピアノ増設。シニア世代に大人気
のピアノ♪毎日の生活習慣を整え、元気に長
生きが一番♪ピアノで笑顔あふれる毎日を！

09532

中国語会話(入門)

随時
講座

10/10

神戸海星女子学院大学非常勤講師
坂口 文馨

土曜日/10:30~12:00(9回)
定員10名 受講料14,400円
材料費等/テキスト代2,400円(税別)

初めて学ぶ方におすすめの入門講座です。ま
ずはお気軽に見学にお越しください。授業の
レベルをご確認いただけます。

09533

絵画教室

おすす
め

随時
講座

10/7

行動美術協会会員 日本美術家連盟会員
中田 幸夫

水曜日/14:00~16:00(10回)
定員15名 受講料12,800円
材料費等/—

鉛筆、木炭、ペン、水彩、油絵具等好きな用
具で好きな題材を描く。深い表現を目指し
て、初心者も経験者も一緒に楽しみましょう。

09526

水曜ジュニア空手
①(小学生)

随時
講座

10/7

神戸空手道連盟大成塾師範
道山 一成

水曜日/17:30~18:30(9回)
定員15名 受講料10,800円
材料費等/防具3,500円~、道衣不要(備置、大会参加には必要)

全身をバランスよく鍛え、礼儀正しく強く
て優しい心を育むことが出来ます。保護者の皆
様も大歓迎です。

09527

水曜ジュニア空手
②(小・中学生)

随時
講座

10/7

神戸空手道連盟大成塾師範
道山 一成

水曜日/18:35~19:35(9回)
定員15名 受講料10,800円
材料費等/防具3,500円~、道衣不要(備置、大会参加には必要)

全身をバランスよく鍛え、礼儀正しく強く
て優しい心を育むことが出来ます。保護者の皆
様も大歓迎です。

00017

ウクレレ教室

市民
講座

10/1

MASAウクレレ教室主催
大原 昌邦

第1・3木曜日/13:00~15:00(6回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

こんな時こそウクレレを楽しんでみませんか？
♪見学・体験は随時受付中。お待ちしております。

00018

川柳

市民
講座

10/12

神戸川柳協会常務理事
長川 哲夫

第2・4月曜日/13:30~15:00(5回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

川柳は人間を詠みます。楽しい人は楽しい句を
と、今の心を素直に反映します。小学生低学年
と高学年と中学生の3クラス。各50分レッ
スンです。

00019

こども英会話

市民
講座

10/3

アメリカ人講師
コリンズ・ブルース

土曜日/9:00~11:50(10回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

初めてでもOK！経験豊かなアメリカ人講師
と英語を楽しむ学びます。小学生低学年
と高学年と中学生の3クラス。各50分レッ
スンです。

00020

フランス語(中級)

市民
講座

10/7

神戸海星女子学院大学講師
筒井 ジョスリン

水曜日/10:30~11:30(8回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

基本的なフランス語の日常会話を楽しく無理
なく学びます。基礎をある程度勉強してきた
方が対象です。

00021

囲碁

市民
講座

10/10

須磨囲碁同好会代表
野田 武士

土曜日/13:00~17:00(8回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

生き甲斐ある老後を見つけられたら。囲碁は
想像力と脳の働きを高めながら石と遊ぶゲ
ームです。解説や実践対局で楽しんでください。

00022

バランス経絡体操

市民
講座

10/5

バランス体操トレーナー
小泉 ゆかり 石川 裕子

月曜日/14:00~15:30(8回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

身体のゆがみを矯正する体操です。全身のツ
ボを刺激して、関節を解すとき様々な痛みや強
ばりが軽減されます。お気軽にご参加下さい。

00023

ヒップホップ

市民
講座

10/3

フキジャズダンスカンパニー
MINA

土曜日/18:00~19:30(9回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

色々なジャンル曲の曲を使って振付をし、ダン
スに必要な体の使い方や、体幹トレーニング、
ストレッチ等をしっかりとしていきます。

00024

子どもの心に届く
読み聞かせ教室

市民
講座

10/12

NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師
野田 明子 久賀 弥生 橋本 佐知子

月曜日/10:00~11:30(3回)
定員**名 受講料**円
詳細は、お問合せください。

絵本の持つ力と可能性を伝えられる読み聞か
せボランティアを育てます。絵本の遊び方・
読み方・楽しみ方を学びましょう。