垂水区文化センター

区分	講座番号	講座名	講師	肩書	講座内容	曜日	開始時間	終了時間	回数	定員	受講料（円）	材料費等（円）	第1回受講日
美術・絵画	401	基礎からたのしく油絵	吉村　宗浩	画家	油絵独特の様々な技法を学びながら、それぞれの好みに合ったモチーフやテーマを楽しみながら作品制作をします。	①③月曜	1000	1200	5	20	6500	ﾓﾁｰﾌ代　約250円	2021/1/18
	402	個性が光る絵画入門			水彩・油彩・パステル、画材は自由。絵画のエッセンスを学びながら、一人一人の個性を伸ばしていけるような教室です。	②④水曜	1400	1600	5	20	6500	ﾓﾁｰﾌ代　約250円	2021/1/13
	403	ﾃﾞｯｻﾝ教室	久米　伴香	日展準会員、晨鳥社	石膏、人物（場合により変更）、静物ﾃﾞｯｻﾝをします。様々なﾓﾁｰﾌを描く事により、楽しく絵を描くための基礎を学びましょう	火曜日	1000	1200	10	20	11500	その他材料費　初心者2,500円　ﾓﾁｰﾌ代300円	2021/1/12
	404	日本画			線を活かしたｽｹｯﾁの描き方や日本独特の美しい水干絵具、岩絵具の扱い方を学びながら、素敵な作品を制作しましょう。	火曜日	1300	1500	8	15	9200	ﾓﾁｰﾌ代560円　初心者約10,000	2021/1/12
	405	水彩画A	浦川　晩成	愛彩画塾主宰	一人一人の個性を生かし、水彩の基礎から制作まで。主に花や野菜など、ものを見て描きます。	金曜日	1300	1450	10	20	9000	ﾓﾁｰﾌ代　300円	2021/1/8
	406	水彩画B				金曜日	1510	1700	10	20	9000	ﾓﾁｰﾌ代　300円	2021/1/8
	407	暮らしを描く水彩画A	小倉　恒子	ｱﾄﾘｴ駒草主宰	日々の暮しの中から美を見つけて、生活を楽しみましょう。洋画の基本技法を学び、絵はがき・飾って楽しむ絵までおけいこします。	火曜日	900	1030	10	15	10000	初心者　約6,000円	2021/1/5
	408	暮らしを描く水彩画B				火曜日	1045	1215	10	15	10000	初心者　約6,000円	2021/1/5
	409	水墨画	山内　御行	如水庵水墨画会主宰	墨の濃淡で楽しい作品を制作しましょう。初心者の方も基本から進んでいきます。毎回自然を水墨で表現します。	②③水曜	1000	1200	5	15	5500	初心者　実費	2021/1/13
	410	季節を楽しむ彩画書　A	井上とよみ、池田洋子	彩画書認定講師	はがきなどに季節の絵と文字を書き、初心者の方でも簡単に1講座1作品が楽しめます。A・B・C同じ内容です。（監修：藤野　佳津子）	①③水曜	1250	1400	5	20	5250	1750円　材料費　全5回分	2021/1/6
	411	季節を楽しむ彩画書　B				①③水曜	1420	1530	5	20	5250	1750円　材料代　全5回分	2021/1/6
	412	季節を楽しむ彩画書　C				①③水曜	1550	1700	5	20	5250	1750円　材料費　全5回分	2021/1/6
書道	413	書道実用(中字基本)	中野　美佐	兵庫県書作家協会	漢字の中字・細字で楷書の基本から行書の筆法を学びます。	水曜日	1300	1500	9	16	9900	ﾃｷｽﾄ代　約3,200円	2021/1/6
	414	ﾍﾟﾝ習字＆筆ﾍﾟﾝ	塚越　斐翠	日本書写技能検定協会	ﾍﾟﾝと筆ﾍﾟﾝの基本練習をはじめ，各種見舞状、金封表書、芳名録等の実用書、趣味の作品作りも。書写検定試験にもﾁｬﾚﾝｼﾞ致しましょう。	月曜日	1300	1440	10	16	11000	ﾃｷｽﾄ代他　約1,500円	2021/1/18
工（手）芸	415	木彫1	二曽　康子	黒ばら会	日常の生活を楽しむ木彫り。基礎作品の彫り方、塗装を習得しつつ徐々に自由作品に取り組んでいきます。	①③金曜	900	1200	6	15	9000	材料費　2,200円(額代)　初心者13,500円	2021/1/15
	416	木彫2				②④金曜	900	1200	6	15	9000	材料費　2,200円(額代)　初心者13,500円	2021/1/8
	417	欧風木彫	宮田　一子	木象会	ひとつひとつ時間をかけて彫り上げ、塗装を施して仕上げていきます。温かみのある木彫作品に囲まれ、心豊かに過ごしませんか。	②④水曜	1820	2020	5	11	5,820	材料費　1,5000円 彫刻刀代4,320円	2021/1/13
	418	ﾋﾞｰｽﾞｱｸｾｻﾘｰ	吉川　智子	日本ﾋﾞｰｽﾞｱｰﾃｨｽﾄ協会　会長	NHK「すてきにﾊﾝﾄﾞﾒｲﾄﾞ」出演多数の講師による大人のビーズアクセサリーを基本から学べます。作って着けて楽しみましょう。	①③火曜	1000	1200	5	16	6000	材料費(1回分)　1,500～2,900円	2021/1/5
	419	ﾊﾟｯﾁﾜｰｸとｶﾝﾄﾘｰｷﾙﾄA	金山　淳子	手工芸アドバイザー	小さな布を繋ぎ合わせ、配色を楽しみ、袋物やﾀﾍﾟｽﾄﾘｰ等を作ります。初心者の方も一緒に楽しく手芸をしましょう。	①③金曜	930	1100	5	16	4750	初心者約3400円程度	2021/1/15
	420	ﾊﾟｯﾁﾜｰｸとｶﾝﾄﾘｰｷﾙﾄB				①③金曜	1115	1245	5	16	4750	初心者約3400円程度	2021/1/15
	421	ﾓﾗ手芸とﾊﾜｲｱﾝｷﾙﾄA			華やかなﾊﾜｲｱﾝｷﾙﾄや民族手芸のモラを使って袋物やﾀﾍﾟｽﾄﾘｰを作ります。一緒に楽しく手芸をしましょう。	①③金曜	1330	1500	5	16	4750	初心者約3200円程度	2021/1/15
	423	ｺｰﾝｽﾀｰﾁｸﾚｲ・ﾌﾗﾜｰ	山口　敬子	恵ﾛｲﾔﾙﾌﾗﾜｰ	とうもろこしを原料とした手芸用粘土でやさしい色合いの花や人形を作ります。初めての方でも素敵な作品が出来上がります。	①③水曜	1300	1430	5	15	5750	材料費　実費　初心者約4900円	2021/1/6
音楽	424	楽しい大正琴入門	玉木　淑美	新響流大正琴関西支部代表	初心者でも簡単に演奏できる楽器です。ぜひこの機会に始めてみませんか。大正琴でお家時間を過ごしてください。	②④木曜	930	1030	5	10	5750	ﾃｷｽﾄ代他　1,000円+税	2021/1/14
	425	楽しい大正琴初級			色んなジャンルの曲を大正琴で演奏してみませんか。楽器を演奏する楽しさを実感していただけます。少し経験のある方が対象です。	②④木曜	1040	1200	5	10	5750	ﾃｷｽﾄ代他　1,000円＋税	2021/1/14
	426	ｳｸﾚﾚ初級	リノ　今城	明石ウクレレ倶楽部主宰	癒し系の楽器として今人気のウクレレを初歩からレッスンし，ハワイアン音楽やポピュラーソングが歌いながら弾けるよう指導します(楽譜が読めなくても可)	水曜日	915	1030	10	15	9000	ﾃｷｽﾄ代　1,600円＋税　ﾌﾟﾘﾝﾄ代300円	2021/1/6
	427	ｳｸﾚﾚ中級			当センターの初級講座を2回以上受講された方、または他で経験のある方を対象として、ハワイアンの曲を通して中級の技術を習得していただきます。	水曜日	1045	1200	10	15	9000	テキスト代　￥2,400円＋税　ﾌﾟﾘﾝﾄ代300円	2021/1/6
	428	ピアノを弾こう♪大人のピアノ1	西口　淑子	KOSMA音楽愛好会	目標の曲を一緒に始めましょう！初めての方もOK！曲を仕上げる充実感は貴方だけのものです。お一人20分の個人ﾚｯｽﾝです。	②④木曜	1845	1945	4	3	11000	実費	2021/1/14
	429	ピアノを弾こう♪大人のピアノ2				②④木曜	1950	2050	4	3	11000	実費	2021/1/14
	430	ピアノを弾こう♪大人のピアノ3	峯　慎吾	KOSMA音楽愛好会		②④水曜	1920	2040	5	4	11000	実費	2021/1/13
	431	歌謡レッスンA1	竹中　香世	ﾒﾃﾞｨｱｼﾞｬﾊﾟﾝ	初めてﾏｲｸを持つ人、更に上達したい人にﾌﾟﾛ歌手が楽しく歌う秘訣をﾚｯｽﾝします。各自歌いたい曲がレッスンできます。	①③火曜	1240	1400	5	15	4500	CD代1,200円　実費（初めての方）	2021/1/5
	432	歌謡レッスンA2				①③火曜	1410	1530	5	15	4500	CD代1200円　実費（初めての方）	2021/1/5
	433	歌謡レッスンB				①③火曜	1540	1700	5	15	4500	CD代1200円　実費（初めての方）	2021/1/5
	434	歌謡ﾚｯｽﾝC	美山　京子	日本クラウン	初心者を対象に正しい発音をしながら楽しく歌えるように指導いたします。	金曜日	1240	1400	10	15	9000		2021/1/8
	435	歌謡ﾚｯｽﾝD			2回で1曲の課題曲を全員で練習し、発音からテクニックまでわかりやすく指導いたします。	金曜日	1540	1700	10	15	9000		2021/1/8
	436	歌謡ﾚｯｽﾝE				金曜日	1820	2010	10	15	9000		2021/1/8
	437	歌謡ﾚｯｽﾝF				金曜日	1410	1530	10	15	9000		2021/1/8
	438	愛Love　夢をかたるシャンソン（入門）	神奈　あい	元・宝塚歌劇団	歌の世界で夢を見て、人を愛し、失恋に悲しみ人生を物語れるひと時を味わってみませんか？日常を離れて素敵な世界を作りましょう!!	②④火曜	1515	1645	5	15	7000	楽譜台600円(3か月分)	2021/1/12
	439	日本抒情歌・世界名歌を美しく唄いましょう	草笛　雅子	元・宝塚歌劇団	歌う事が楽しいと感じていただき、日本の歌の美しさや奥行き、世界名歌の心の広さを感じながら、一緒に楽しく唄いましょう。	③を除く木曜	1100	1230	8	15	11200	楽譜代　1000円(3か月分)	2021/1/7
	440	日本抒情歌・世界名歌を美しく唄いましょう				③を除く木曜	1300	1430	8	15	11200	楽譜代　1000円(3か月分)	2021/1/7
	441	みんなで歌うﾎﾟｯﾌﾟｽ～世界名歌まで	桐　さと実	元・宝塚歌劇団	軽いｽﾄﾚｯﾁの後、発生練習をして、皆で日本抒情歌、映画音楽、ｼｬﾝｿﾝ、ﾗﾃﾝなどをﾋﾟｱﾉ生伴奏で楽しく歌います。	①③土曜	1430	1600	5	15	7000	楽譜代　325円	2021/1/16
	442	はずむ歌声リフレッシュ♪①	後藤　美和子	KOSMA音楽愛好会	思ったように声が出ないけど、歌いたい！という方大歓迎です。楽しく歌いながら心も身体もリフレッシュしましょう。	①③土曜	910	1040	5	15	6500	ﾃｷｽﾄ代　1,100円+税	2021/1/16
	443	はずむ歌声リフレッシュ♪②				①③土曜	1100	1230	5	15	6500	ﾃｷｽﾄ代　1,100円+税	2021/1/16
	444	懐メロをおしゃれに♪（月曜）A	重久　佳子	KOSMA音楽愛好会	歌は世につれ、世は歌につれ。懐メロをみんなで楽しく歌いましょう。甘い思い出、酸っぱい思い出がおしゃれによみがえります。	①③月曜	900	1030	5	15	6500		2021/1/18
	445	懐メロをおしゃれに♪（月曜）B				①③月曜	1045	1215	5	15	6500		2021/1/18
	446	懐メロをおしゃれに♪（火曜）				②④火曜	1300	1430	5	15	6500		2021/1/12
	447	ピアノで歌おう♪ヒットソング	西口　淑子	KOSMA音楽愛好会	歌謡曲や演歌、流行歌もクラシックタッチでリズムにのって演奏すると豪華で聴き応えのあるピアノ曲になります。	②④水曜	1730	1900	5	15	6500		2021/1/13
	448	歌っていいとも！　クラシック1	落合　庸平	KOSMA音楽愛好会	クラシックの歌も怖くない！オペラ歌手が歌唱技術を丁寧に指導いたします♪愛唱歌からクラシックまで楽しく歌おう！目指せ声美人♪	②④木曜	1500	1630	4	15	6500	ﾃｷｽﾄ代　800円+税	2021/1/14
	449	歌っていいとも！　クラシック2				②④木曜	1700	1830	4	15	6500	ﾃｷｽﾄ代　800円+税	2021/1/14
文学歴史	450	謡曲初級1	上田　大介	重要無形文化財総合指定保持者	謡曲（能楽）は感性豊かなものです。感受性を豊かに幽玄の世界を習ってみませんか。初級では節をわかりやすく説明します。	②④水曜	1415	1545	5	15	5500	ﾃｷｽﾄ代　2,273円＋税	2021/1/27
	451	謡曲初級2				①③水曜日	1330	1500	5	15	5500	ﾃｷｽﾄ代　2,273円＋税	2021/1/6
	452	謡曲中級			謡曲（能楽）は感性豊かなものです。感受性を豊かに幽玄の世界を習ってみませんか。中級では息の扱いなど、より高度な技術を習得します。	②④水曜	1230	1400	5	15	5500	ﾃｷｽﾄ代　2,273円＋税	2021/1/27
	453	謡曲上級1			謡曲（能楽）は、感性豊かなものです。上級では、情景などを理解した上で、息の扱いなど、より高度な技術を習得します。	②④水曜	1000	1130	5	11	6750	ﾃｷｽﾄ代　2,500円＋税	2021/1/27
	454	謡曲上級2				①③水曜	1515	1645	5	11	6750	ﾃｷｽﾄ代　2,500円＋税	2021/1/6
	455	須磨琴	一絃須磨琴保存会	一絃須磨琴保存会師範	清雅な調べをもつ神戸の伝承芸能一絃須磨琴の演奏技法の手ほどきと基礎技術の習得。（琴はセンターで用意します。）	火曜日	1400	1600	10	16	10500	ﾃｷｽﾄ代他　約3,900円	2021/1/12
	456	ゆっくり俳句（入門～経験）A	藤井　啓子	「ﾎﾄﾄｷﾞｽ」同人、「九年母」「円虹」	俳句の初心者、経験者を問わない講座です。月に一度のゆっくりしたペースで進めてゆきます。のんびりと楽しみたい方向けです。	④水曜	900	1030	3	10	3900	実費	2021/1/27
	457	ゆっくり俳句（入門～経験）B				④水曜	1045	1215	3	10	3900	実費	2021/1/27
	458	はじめての俳句（入門）			俳句の初心者向けの講座です。五七五のリズムに乗せて四季の移ろいを詠んでみましょう。見るものが輝いてきますよ。	②④土曜	1300	1430	5	11	6500	実費	2021/1/23
	459	どんどん俳句（経験者）A			俳句の経験者向けの講座です、どんどん俳句を詠んでさらに句会を楽しみましょう。なごやかな雰囲気の講座です。	②④土曜	900	1030	5	11	6500	実費	2021/1/23
	460	どんどん俳句（経験者）B				②④土曜	1045	1215	5	11	6500	実費	2021/1/23
	461	学び直し日本史Ⅱ(近代初期)～ｴﾋﾟｿｰﾄﾞで綴る人物史	藤井　雅英	前園田学園女子大学准教授	歴史上の人物が立ち上がってくる！大河ドラマの見方が変わる！自分らしく自分の人生を歩む為にも日本の歴史を学び直しませんか。	②④金曜	1000	1130	5	10	6500	ﾃｷｽﾄ代　1,800円＋税	2021/1/8
茶華道	462	いけばな	梶山　恵甫	未生流家元教授	四季折々の草花を楽しんでいただき、いけばなの基本型から自由形まで、ていねいに指導します。	②除く土曜	1000	1200	8	15	8800	材料費(全季分　8,400円	2021/1/16
	463	ﾌﾗﾜｰﾃﾞｻﾞｲﾝ	松本　せつ子	垂水　ﾌﾗﾜｰﾃﾞｻﾞｲﾝ	生花のアレンジメント等基礎から学び自由に表現して遊びましょう。	①③土曜	1000	1200	5	16	6000	材料費　10,000円	2021/1/16
料理・健康	464	季節の家庭料理	横田久代、村越みどり	栄養士・料理研究家	旬の食材を使った和・洋・中の野菜たっぷり健康メニュー！バラエティーにとんだ料理を楽しく実習しましょう！もちろん男性の方も大歓迎です。	②④金曜	1000	1200	5	18	6500	材料費　4,000円	2021/1/8
	465	男性のための簡単家庭料理	北山　初美	料理研究家	家庭での食事回数も増えたこの時期！！さあ皆さんも一歩踏み出して厨房男子になりましょう。（女性の方も大歓迎です）	②土曜	1000	1200	3	18	3900	材料費　2400円	2021/1/9
	466	男性のための酒の肴料理			肴のあては塩辛くて野菜が少ない方も多いと思います。しっかり飲んで食べて健康的な肴を作りませんか？	③土曜	1000	1200	3	18	3900	材料費　2400円	2021/1/16
	467	作りおきおかずで健康お弁当づくり			仕事をされていて料理の時間が取れない方、おかずがマンネリ化で悩まれている方にお勧め。作りおきおかずでレパートリー増やしましょう！！	④火曜	1000	1200	3	18	4650	材料費 3000円	2021/1/26
	468	大人のための学び直し基礎英語(中1)	フラハティ　佐智子	英会話・TOEICﾃｽﾄ講師	中学生英語の使い方次第で様々な表現が可能。中1ﾚﾍﾞﾙの英文法をを丁寧に解説し会話に使えるﾚﾍﾞﾙまで練習していきます。	水曜日	1445	1615	9	10	12600	テキスト代2,948円（税込）	2021/1/13
	469	大人のための学び直し基礎英語（中3）			中学生英語の使い方次第で様々な表現が可能。中3レベルの英文法を日本人講師が丁寧に解説し会話に使えるレベル迄練習していきます。	水曜日	1300	1430	9	10	12600	テキスト代3,080円（税込）	2021/1/13
	470	英会話入門（金曜）	ディーン　ヨハンソン	アメリカ人講師	Enjoy　English　！　少々自信がなくても大丈夫です。中学生レベルの英語を基礎から始めます。楽しくおしゃべりしながら学びましょう！	金曜日	1300	1430	10	15	11000	テキスト代3,289円（税込）	2021/1/8

区分	講座番号	講座名	講師	肩書	講座内容	曜日	開始時間	終了時間	回数	定員	受講料（円）	材料費等（円）	第1回受講日
語学	471	やさしい英会話　スターター	ジーン　K　トヨサキ	英会話講師	英語が苦手な方でも、楽しく簡単な英語から学べるコースです。英会話に自信がない方大歓迎！	土曜日	910	1040	10	15	11000	テキスト代3,289円（税込）	2021/1/9
	472	やさしい英会話　スターター2			英会話が少し話せる方を対象に、楽しく日常英会話を学習します。ﾃｷｽﾄは初心者向け。	土曜日	1300	1430	10	15	11000	テキスト代3,289円（税込）	2021/1/9
	473	初級英会話（土曜・午前）			初心者向けのコースです。リラックスして楽しく英会話を学びましょう。	土曜日	1050	1220	10	15	11000	テキスト代3,289円（税込）	2021/1/9
	474	楽しい英会話（金曜・午後）			簡単な日常英会話を楽しく学ぶコースです。初心者の方、待ってます！！	金曜日	1500	1630	10	15	11000	テキスト代2,574円（税込）	2021/1/8
	475	初級英会話（金曜・夜）			英会話が苦手な方も楽しくリラックスして学べるコースです。初心者　大歓迎！！	金曜日	1830	2000	10	15	11000	テキスト代2,860円（税込）	2021/1/8
	476	楽しい英会話（火曜・夜）			少し会話とリスニングができる方を対象に、日常英会話を学ぶコースです。ﾈｲﾃｨﾌﾞの日常英会話が自然に話せるように指導します。	火曜日	1830	2000	10	15	11000	テキスト代3,135円（税込）	2021/1/12
	477	実践英会話			少し会話とリスニングができる方を対象に、日常英会話を学ぶコースです。ネイティブの日常英会話が自然に話せるように指導します。	火曜日	1000	1130	10	15	11000	テキスト代3,289円（税込）	2021/1/12
	478	フランス語会話（入門）	ｼﾞｬﾝﾌｨﾘｯﾌﾟ・ﾎﾞﾙﾄﾞﾘｰ	垂水(ﾌﾗﾝｽ語)講師	フランス語の基礎会話を簡単な文法とセットで学びます。楽しく確実に、すぐに役立つフランス語を身に付けましょう。	土曜日	1330	1500	9	12	12600	テキスト代4,070円（税込）	2021/1/9
	479	フランス語会話（初級）			日常会話でよく使うフレーズを覚えて、会話の“キャッチボール”をめざしましょう	土曜日	1510	1640	9	12	12600	テキスト代4,180円（税込）	2021/1/9
	480	かんたん中国語入門	于　亜	中国語講師	初心者でも楽しく話せるような中国語を学習します。日常会話や旅行会話が使えるように発音のコツや文法を徹底的に丁寧に指導します。	月曜日	1900	2030	9	15	8100	テキスト代1,980円（税込）	2021/1/18
	481	中国語　初級			中国語会話がある程度慣れた人が対象です。伝統や文化にも触れてみます。	火曜日	1500	1630	10	20	9000	テキスト代2,420円（税込）	2021/1/19
	482	中国語中級	曹　蘭	中国語講師	中級の方を対象にしたコースです。正しい発音から基本文型、文法まで丁寧に指導。テキストは秋季の続きから学びます。	火曜日	1300	1430	10	20	9000	テキスト代2,530円（税込）	2021/1/12
	483	韓国語　初級1	金　在炫	韓国語講師	韓国語の学習歴1年程度の方が対象です。	③を除く木曜	910	1040	9	15	9900	テキスト代3,025円（税込）	2021/1/7
	484	韓国語　初級2			韓国語の学習歴2年程度の方が対象です。	③を除く木曜	1100	1230	9	15	9900	テキスト代1,320円（税込）	2021/1/7
	485	韓国語　初級3				③を除く木曜	1330	1500	9	15	9900	テキスト代1,320円（税込）	2021/1/7
	486	韓国語　初級4			韓国語学習歴3年程度の方が対象です。	火曜日	1330	1500	10	15	11000	テキスト代3,080円（税込）	2021/1/12
	487	韓国語　中級			韓国語学習歴4年程度の方または、同程度の韓国語の知識をお持ちの方を対象とした中級クラスです。	③を除く木曜	1520	1650	9	15	9900		2021/1/7
	488	韓国語　応用			テキスト・動画・歌など様々な形で韓国語を学ぶクラスです。	火曜日	1520	1650	10	15	12000		2021/1/12
舞踊	489	ﾌｫｰｸﾀﾞﾝｽ入門	成生　治子	垂水区体育協会 日本ﾌｫｰｸﾀﾞﾝｽ	フォークダンスを踊りませんか。美容と健康に適しています。音楽にあわせて歩く『ことからはじめます。楽しい時間を過ごしましょう。男性も歓迎します。	金曜日	1300	1430	10	30	10000		2021/1/8
	490	ﾌｫｰｸﾀﾞﾝｽ中級			当ｾﾝﾀｰﾌｫｰｸﾀﾞﾝｽ入門を修了された方、または同程度の経験のある方を対象。ﾜﾙﾂ、ﾂｰｽﾃｯﾌﾟ、ﾀﾝｺﾞ、ﾙﾝﾊﾞ、ﾁｬﾁｬﾁｬ、のﾘｽﾞﾑで楽しく踊ります。	金曜日	1445	1615	10	30	10000		2021/1/8
	491	はじめてのフラダンス初級	吉田　絵菜	ｹ･ｱﾗ･ｽｸｰﾙ･ｵﾌﾞ･ﾌﾗ	フラの明るく自然のリズムのなか、ゆっくり体をほぐし、リラックスしましょう。	①③水曜	1530	1700	5	25	5500		2021/1/6
	492	フラダンス中級	前田　薫	ｹ･ｱﾗ･ｽｸｰﾙ･ｵﾌﾞ･ﾌﾗ	ﾌﾗﾀﾞﾝｽ初級ｸﾗｽより繋がる中級ｸﾗｽ。不思議な元気の力を持つﾌﾗﾀﾞﾝｽ。ﾘｽﾞﾑに合わせて、楽しく体をﾘﾗｯｸｽ。共に素敵なﾌﾗﾀｲﾑを過ごしましょう。	②④水曜	1530	1700	5	25	6500		2021/1/13
その他	493	実践写真教室（午前）	萩原　正良	ハギハラ写真企画	花鳥風月からスナップ・祭りの撮影方法を基礎から指導します。午前は初心者教室。初心者の方にお勧め。参加者のレベルに合わせて指導します。	①③月曜	1000	1200	5	15	6000	交通費　実費	2021/1/18
	494	実践写真教室（午後）				①③月曜	1400	1600	5	15	6000	交通費　実費	2021/1/18
スポーツ・健康	495	太極拳・火曜	西岡　美和子	太極拳「身輝会」	簡化24式、42式総合、48式太極拳を個人の年齢、体力、経験に合わせて練習します。初心者の方にも入門から丁寧に指導します。	火曜日	1000	1130	10	50	9000		2021/1/5
	496	太極拳・木曜	敦見　るみ子	太極拳「身輝会」	ゆるやかなリズムにのってリラックス、ストレス解消まちがいなし。（入門・初級・24式太極拳）	③を除く木曜	1000	1130	8	50	7200		2021/1/7
	497	太極拳・夜間	吉岡　まり子	太極拳「身輝会」	ゆるやかなリズムにのってリラックス、ストレス解消まちがいなし。（入門・24式太極拳・42式太極拳）	水曜日	1830	2000	10	50	9000		2021/1/6
	498	気功	髙橋　富美子	タイチクラブ	生命(いのち)を養う入門の気功です。“気”のトレーニングにより、体のくつろぎと集中力を養います。	火曜日	1500	1630	10	21	10000		2021/1/5
	499	卓球A	岡　摩利子	日本体育協会公認卓球上級指導員	基本技術をさらにレベルアップし、ルールを覚えて試合練習をします。	火曜日	1500	1700	10	32	9000		2021/1/5
	900	卓球B				水曜日	1300	1500	10	32	9000		2021/1/13
	901	卓球C	飯尾　知子	日本体育協会公認ｽﾎﾟｰﾂ指導員	基本技術をさらにレベルアップし、ルールを覚えて全面練習、課題練習をします。	金曜日	1000	1200	10	32	9000		2021/1/8
	902	卓球入門			初心者を対象にした講座です。基礎技術をしっかり身につけラリーを楽しみます。	火曜日	1300	1430	9	32	6300		2021/1/5
	903	卓球(夜)	山本　昌弘	日本ｽﾎﾟｰﾂ協会公認卓球ｺｰﾁ2	初心者から中級者、上級者までひとり、ひとりに合わせた練習で、楽しくレベルアップしましょう。受講の成果をゲーム(試合)をして楽しみましょう。	③を除く木曜	1830	2030	8	32	8000		2021/1/7
	904	ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ	中野　牧子	神戸市ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ協会	ラケットの持ち方・ルール等基礎から段階を経ながら、ゲームの練習まで。	金曜日	1830	2030	10	32	10000	シャトル代 500円	2021/1/8
	905	ﾖｶﾞ美療体操A	竹村　京子	ヘルシークワハラ	ヨガの基本的な体操法と呼吸法で内面からの健康美をつくりながらﾊｯﾋﾟｰﾗｲﾌを目指します。	月曜日	1300	1430	10	21	9500		2021/1/18
	906	ﾖｶﾞ美療体操B	高畑　恵美子	ヘルシークワハラ	ヨガの基本的な体操法と呼吸法で内面からの健康美をつくりながらﾊｯﾋﾟｰﾗｲﾌを目指します。	火曜日	1100	1230	10	21	9500		2021/1/5
	907	ﾖｶﾞ美療体操C	藤本　久美子	ヘルシークワハラ	ﾖｶﾞの運動法、呼吸法で体の歪みを取りさり、筋肉、骨、関節を若返りを図ることにより腰通・肩こり・冷え症等を緩和します。	水曜日	1100	1230	10	21	9500		2021/1/6
	908	整体ヨガ	嶋津　清江	ヘルシークワハラ	体の歪みや偏りの調整に効果的なヨガの体操と整体法の実技と体のしくみを学びながら健康づくりを応援します	水曜日	1500	1630	10	21	9500		2021/1/6
	909	熟年ﾖｶﾞ美療体操	鈴木　裕子	ヘルシークワハラ	ヨガの体にやさしい体操法と呼吸法で健康ライフをめざします。	水曜日	1300	1430	10	21	9500		2021/1/6
	910	ﾖｶﾞ美療体操水曜・夜	禿子　まさ美	ヘルシークワハラ	ストレスや運動不足による腰痛・肩こりなどの体の不調改善を目指します。	水曜日	1900	2030	10	21	9500		2021/1/6
	911	ﾖｶﾞ美療体操　木曜・夜	隅野　和枝	ヘルシークワハラ	ヨガの基本的な体操法と呼吸法で内面からの健康美をつくりながらハッピーライフをめざします。	③を除く木曜	1830	2000	8	21	8550		2021/1/7
	912	ﾖｶﾞ美療体操金曜・夜	中桐　照子	ヘルシークワハラ	ヨガの基本的な体操法と呼吸法で内面からの健康美をつくりながらハッピーライフをめざします。	金曜日	1830	2000	10	21	9500		2021/1/8
	913	熟年ﾘｽﾞﾑ体操1	柏谷　多津子	ﾘｽﾞﾑ体操指導者	『体を動かす』これは健康につながります。リズムにのって、さあ!体操を始めましょう。男性も歓迎！	水曜日	930	1045	10	50	9000		2021/1/6
	915	ﾘｽﾞﾑ&ﾀﾞﾝﾍﾞﾙ体操			リズムにのって動く楽しさと、筋力アップのダンベルで心も体もリフレッシュ!!	水曜日	1100	1200	10	50	7000		2021/1/6
	916	正しい姿勢と歩き方	朝比奈　優	(有)ｽﾀｼﾞｵKiKiｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ	歪みやねじれを改善し、正しい姿勢を身につける事で健康で美しい身体づくりを目指します。リズムにのって、さあ!体操を始めましょう。男性も歓迎！	月曜日	1500	1630	10	21	10000		2021/1/18
	917	視力向上ヨガ　～アイヨガ			眼球運動と眼に栄養を送るヨガポーズを組合わせたアイヨガ。ドライアイ、乱視、老眼、眼精疲労等の症状改善に役立ちます。	①木曜	1000	1130	3	21	3750		2021/1/7
	918	バランス経絡体操（火曜）	池戸規子、中野直美	(有)ｸﾞﾘｰﾝﾊｳｽ	体のバランスを整えると、様々な痛みや歪みが自然に改善してきます。年齢や疾患に関係なく誰でも参加できます。	火曜日	900	1030	10	21	9500		2021/1/5
	919	バランス経絡体操(水曜)				水曜日	900	1030	10	21	9500		2021/1/6