

2024夏

須磨区文化センター 随時講座

申込
受付中!!

気軽に歌ってストレス解消
ハッピーメロディ♪歌って健康

水曜ピアノ教室 ~個人レッスン

音楽療法士がお手伝い
音楽で心も体も健康に♪

水曜ジュニア/シニア空手

中国語会話 (入門)



気軽に歌ってストレス解消

ハッピーメロディ♪歌って健康

7月開講 随時講座 講師:中野愛子
第2第4(水)10時30分~12時

① 7/10 ② 7/24 ③ 8/14 ④ 8/28 ⑤ 9/11 予備日 9/25

須磨区文化センター音楽室(地階)

受講生募集!
見学大歓迎

歌うことで、表情が豊かになります。

歌うことで、活発に呼吸をし血液の循環が良くなります。

歌うことで、NK細胞が活性化され免疫力アップします。

歌うことで、誤嚥性肺炎や肺気腫気管支炎を予防します。

歌うことで、唾液が出て口腔トラブルを防止します。

初心者も自信のない方も安心して歌えます。

お子様(未就学児)同伴も大歓迎。

男性もお一人暮らしの方も大歓迎。

♪海

♪夏の思い出

♪知床旅情

♪見上げてごらん夜の星を

♪瑠璃色の地球

♪夜明けの歌

♪涙そうそう

♪長崎の鐘 他



歌って笑って友達ふやそう♥

講師:中野愛子

お申込み:須磨区文化センター 2階 事務所 078-735-7641

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

JR「鷹取駅」下車……………北西へ歩いて9分

JR「須磨海浜公園駅」下車…北東へ歩いて9分

山陽電車「東須磨駅」下車…南西へ歩いて9分

須磨区文化センター
2024年 夏

随時講座募集！

水曜ピアノ教室 ～個人レッスン

楽譜が読めなくても大丈夫！

初めての方、お子様、シニアの方も大歓迎！！



お一人30分の個人レッスンです。
ご希望の時間を選んでお申し込み
ください。



福島 美幸 先生



【日 程】2024年7～9月 第1,第3水曜

日 程 表	1	2	3	4	5	予備
	7/3	7/17	8/7	8/21	9/4	9/18

【時 間】①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30 ⑤11:00 ⑥11:30

【場 所】須磨区文化センター 地下 音楽室

【受講料】16,200円

お問い合わせ
お申込みは
お電話か窓口で

須磨区文化センター 2F事務所
〒654-0035 神戸市須磨区中島町1丁目2-3
☎ (078)735-7641

音楽療法士がお手伝い

音楽で心も体も健康に♪

懐かしい歌謡曲・季節の歌・洋楽など、伴奏に合わせて歌いましょう。そして椅子に座って無理なく、体操・リラクゼーション・ツボマッサージなど行います。

レッスンの内容はご家族様のケアにもお役立ていただけます。



講師: Jesse ジェシー(日本人)
兵庫県認定音楽療法士
ホリスティック医学協会認定療法士
プロミュージシャン

楽しみにお待ちしております。

ストレス軽減 → 免疫力アップ
脳活性化 → アンチエイジング
内臓機能維持 → 健康寿命延伸
リラックス → 幸せ感アップ

【日程】2024年7~9月 第2,第4木曜 10:00~11:30

日程表	1	2	3	4	5	予備
	7/11	7/25	8/8	8/22	9/12	9/19

【場所】須磨区文化センター 4F 第6会議室

【定員】12名

【受講料】7,000円

お問い合わせ
お申込みは
お電話か窓口で

須磨区文化センター 2F事務所
〒654-0035 神戸市須磨区中島町1丁目2-3
☎ (078)735-7641

須磨区文化センター

2024年 夏

随時講座募集！

水曜ジュニア／シニア空手



本講座では、基本稽古、移動稽古、ミット打ちを中心に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できます。保護者の皆様の見学も歓迎します。



2024年7～9月 水曜 9回

日程表	1	2	3	4	5	6	7	8	9	予備
	7/10	7/17	7/24	8/7	8/21	8/28	9/4	9/11	9/18	9/25

会 場：須磨区文化センター 3F 第1会議室

受講料：ジュニア 10,800円，一般・シニア 13,410円

持ち物：タオル、運動しやすい服装、水分補給用の飲み物

コース	対象	時間	定員
ジュニアⅠ	3歳～中学生	17:30～18:30	15名
ジュニアⅡ	3歳～中学生	18:35～19:35	15名
一般・シニア	高校生以上、一般、シニア	19:40～20:40	10名



ご希望のコースを選んで
お申込み下さい。



講師：道山 一成
神戸空手連盟大成塾師範

お問い合わせ
お申込みは
お電話か窓口で

須磨区文化センター 2F事務所
〒654-0035 神戸市須磨区中島町1丁目2-3
☎ (078)735-7641

須磨区
文化センター
随時講座

申込み方法
須磨区文化センター2階窓口
又は電話で受付中！

随時講座

中国語会話（入門）

土曜日
10:30～
12:00
第6会議室

期間：3ヶ月（全9回）

受講料：14,400円

開催日

7月 6日 13日 20日 27日

8月 3日 24日 31日

9月 7日 14日

（予備9月21日）

定員：10名

- ・受講料は2階事務所でお支払い下さい。
- ・キャンセル、返金はできませんのでご了承下さい。

講師
坂口 文馨

初めて学ぶ方に
おすすめです。

春から開講していますので、ご見学ください。

須磨区文化センター
TEL 078-735-7641

〒654-0035 神戸市須磨区中島町1-2-3
第3月曜日休館（祝日の場合は開館）