

2017年
秋季

実施講座一覧

六甲道勤労市民センター

〒657-0038 神戸市灘区深田町4丁目1番39号(メイン六甲4・5階)

☎841-1711 講座番号の○印は一年コースです。

六甲道

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日
1001	日曜陶芸	第2・4日 10:00~15:00	40名	10回	25,080円 (焼成料含)	3,000円	日本工芸会 市野 元祥	経験の有無を問わず、力量に応じた作陶指導。	10月 8日
1002	月曜陶芸	月14:00~16:00	40	20	24,460円 (焼成料含)	3,000円	陶芸作家 市野 太郎	明るく、楽しい教室で、世界に一つだけの器を作りましょう。 (電動ロクロ、タタラ作り、ひも作り)	10月 16日
1003	火曜陶芸	A 火14:00~16:00	40	20	24,460円 (焼成料含)	3,000円	陶芸作家 手島 英則	初心者の手びねり・ロクロコースとレベルに応じた自由作陶を指導。	10月 3日
1004		B 火18:00~20:00	40	20	24,460円 (焼成料含)	3,000円			10月 3日
1005	金曜陶芸	金14:00~16:00	40	20	24,460円 (焼成料含)	3,000円	日本工芸会 市野 元祥	手びねりとロクロでの日常陶器の制作から造形までの実習。	10月 6日
1006	七宝	A 月14:00~16:00	24	20	18,790円	道具代 約3,000円 材料費実費 500~2,000円程度	青木直美七宝教室 青木 直美	七宝は銅板の上にガラスの釉薬を焼き付けて作る色の美しい工芸品です。基礎から有線七宝、彫金七宝まで一人ひとりに合わせて丁寧に指導しますので、年齢に関係なく楽しめるアットホームな講座です。	10月 2日
1007		B 月18:00~20:00	24	20	18,790円				10月 2日
1008	楽しい手作り銀・アクセサリ	火18:00~20:00	25	20	18,790円	工具代・材料費 実費	アトリエピロウス 比田 加代子	お好きなジュエリー・アクセサリを創ってみませんか。初心者の方は1点1点楽しみながらアクセサリを自ら手作りして技術の習得をしていただきます。	10月 17日
1009	木彫	第1・3土 10:00~12:00	25	10	9,390円	当初材料費 1,400円	大石 比佐子	初心者を対象に木彫りの基礎から彫刻刀の使い方、塗り、仕上げの指導。	10月 7日
1010	洋画	金10:00~12:00	20	20	24,560円 (モデル代含)	モチーフ・モデル代 6,100円	松原 政祐	基礎的デッサンから、油彩、水彩、アクリル、パステル等での初歩的描画。後は、各個人の制作に応じてのアドバイス。	10月 6日
1011	人物画	月3回 土10:00~12:00	20	15	26,740円 (モデル代含)	実費	創元会 大和 純子	人物の持つ温かさが表現できるよう技術を養い構成員を身につける。初心者の方は形にとらわれず感覚で描くことも取り入れて指導します。熟練者の方は一段上を目指し完成作品を制作できるよう指導します。	10月 7日
1012	デッサン	第2・4木 18:15~20:15	28	10	15,130円 (モデル代含)	実費	前田 真弥子	主に、人物を中心に、まずは木炭1本でじっくり取り組み、「ものを見る力」の向上を目指します。(経験者は着彩自由)	10月 12日
1013	パステル画	月10:00~12:00	25	20	21,630円 (モデル代含)	実費	神戸パステル画会 小林 淳子	パステルは魅力のある画材です。軽やかでカラフルなパステル画を描いてみませんか。(初めての方も基礎から指導します。)	10月 2日
1014	水彩画・デッサン	第3土 13:30~16:30	25	6	10,100円 (モデル代含) (モチーフ代含)	用具代 実費	日本水彩画会 三原 康男	初歩から静物を中心に人物まで水彩画で描きながら、デッサン力をつけます。	10月 21日
1015	土曜・喜び水彩画	第1土 14:00~17:00	25	6	10,100円 (モデル代含)	モチーフ代 1,000円	アトリエヒロ主宰 アトリエ石井主宰 石井 博子	絵を描くひと時を過ごしませんか?人生を豊かにしてくれます。出来上がった時の喜び、額に入れて飾った時の喜び。おひとりおひとりの感性を表現しましょう。	10月 7日
1016	日本画(風景画)	火18:00~20:00	28	20	17,380円	実費	兵庫県日本画家連盟 平内 安彦	風景画コース。近郊または近畿圏での一日写生会を実施し、それらを基に草稿、引移し、骨描き、彩色へと20回を通して日本画に親しみ学びます。	10月 10日
1017	俳画入門	第3土 10:00~12:00	24	6	5,210円	実費	全日本積穂俳画協会 本部講師師範 大橋 繪理穂	積穂俳画習画集をテキストに、描き順、色の出し方を学び添削します。	10月 21日
1018	はじめての絵画教室	月3回 月10:00~12:00	25	15	14,090円	モチーフ・モデル代 3,500円	洋画家 アトリエエコベリ主宰 磯野 和美	「絵を描くのは初めてだけど大丈夫かしら?」「気軽に描いてみたいな~」と思っている方はどうぞ画材の使用法から丁寧に指導します。水彩、色えんぴつ、パステル等好きな画材で楽しく描きましょう! 水彩・油彩・色鉛筆・パステルなど画材は自由。花・置物・風景・人物など丁寧に指導します。初心者からでも楽しく受講していただけます。	10月 2日
1019	気軽に楽しい絵画教室	第1・3水 14:00~16:00	25	10	9,390円	モチーフ・モデル代 3,000円			10月 4日
1020	楽しい絵手紙	A 第1・3水 10:00~12:00	25	10	9,390円	モチーフ代 1,000円		描いて楽しく、もらって嬉しい絵手紙。絵が得意な方、苦手な方、誰でも気軽に楽しめます。真心と遊び心をプラスして、あなたらしさを描きましょう。	10月 4日
1021		B 第1・3土 14:00~16:00	25	10	9,390円	モチーフ代 1,000円			10月 7日

(注)太線で囲った講座は、同一講座とみなします。枠内からは1講座のみお選びください。

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日		
1022	謡曲・仕舞	月1回 月10:00 ～12:00	20	6	6,020	テキスト代 実 費	日本能楽会々員 重要無形文化財保持者 久田 勘鷗	経験の有無によらず基本からわかりやすく指導をします。初心者・中級者用の曲目を用意していますので、気楽に受講してください。	月 日 10 2		
1023	みんな DE いけばな	第1・3 火18:20 ～20:20	28	10	12,090	花代 1回1,000 他にテキスト代等	(財)小原流 神戸支部名誉幹部 利根川 豊紀	季節の花で生活空間をいどり、季節が動けばこころも動く。たくさんのお出合いを花が連れてきてくれます。初めての人もおしゃれにお部屋の素敵なアクセントに、資格取得もできます。男性の方も、お気軽にどうぞ。	10 10		
1024	香道入門	第2 水13:30 ～15:00	15	5	6,040	6,150	香道泉山御流 原 初香	雅で幻想的な日本古来から伝わる香りを通して、新たな世界を広げてみませんか。やさしい香遊びやお手前を指導します。	10 11		
1025	簡単らくらく洋裁	第1・3 水10:00 ～12:00	24	10	9,390	実 費	服飾研究家 高岡 道子	初心者の方も大丈夫。今流行のおしゃれな服を作ってみませんか?サイズ直しもどうぞ。	10 18		
1026	ハンドメイドソーイング	第2・4 水18:00 ～20:00	22	10	9,390	実 費		初めての方は簡単なデザインで小物から応用までと一緒に楽しい服作りを始めてみませんか?	10 11		
1027	パッチワークキルト	第1・3 水14:00 ～16:00	24	10	10,040	10,000程度	日本手芸普及協会 福井 啓恵	小物から大作までを作る楽しさ、作品が出来上がる喜び。生活に結びついたパッチワークの素晴らしさを体験してみませんか。	10 18		
1028	俳句入門(A)	第1・3 土10:00 ～12:00	24	10	9,390	—	「ホトギス」同人・ 「九年母」主宰 小杉 伸一路	初心の方を対象に、リラックスした雰囲気の中で、伝統俳句の作り方・味わい方の基礎を学びます。	10 7		
1029	俳句入門(B)	第2・4 土10:00 ～12:00	24	10	9,390	—	「ホトギス」同人・ 「九年母」推薦作家 池田 雅かず	初心の方を対象に、句会形式で、伝統俳句の基礎を学びます。季節の移ろいの中で、日々の暮らしの中で素直に感じたことを、十七音の言の葉に乗せて表現してみよう。	10 28		
1030	俳句(初歩)	第2・4 木13:30 ～15:30	24	10	9,390	—	「玄鳥」同人 岡部 栄一	生活の中での五・七・五。俳句は決して難しいものではありません。俳句作りを通して新しい自分と出会ってみませんか。主に俳句会形式で行います。	10 12		
1031	川柳しませんか入門講座	第2・4 水10:00 ～12:00	24	10	9,390	テキスト代 100	川柳塔社常任理事 居谷 真理子	紙と鉛筆とやってみようという気持ち、それだけあれば大丈夫。間口は広く奥行の深い川柳の世界へ、あなたも是非お越し下さい。	10 11		
1032	やさしいペン字	火10:00 ～12:00	25	20	17,880 (テキスト代)	—	兵庫県書作家協会 橋本 榮子	初めての方は、鉛筆を使って基本練習から始めます。万年筆、つげん等を使って「正しく、速く、美しく」をめざし、日常生活に即した文章・文字の書き方を基礎から指導します。	10 10		
1033	くらしの書道	A	水14:00 ～16:00	30	18	16,640 (テキスト代)	—	兵庫県書作家協会 佐伯 孝子	毛筆の手紙、年賀状、暑中・寒中見舞、慶弔の表書き、名前など日常生活に役立つ「くらしの書」を中心に大字も含めて基礎・基本から指導します。	10 11	
1034		B	水18:00 ～20:00	25	18	16,640 (テキスト代)	—			10 11	
1035		C	月14:00 ～16:00	30	18	16,640 (テキスト代)	—			10 16	
1036	芸術書道中級	金14:00 ～16:00	24	18	21,770	—		くらしの書道を過去に3回以上受講された方を対象に、さらに深く、広く学んで書くことの楽しさを味わってください。	10 13		
1037	女性の健康麻雀	入門	第1・3 月13:00 ～14:50	女性 20	10	17,380	テキスト代 1,000	健康麻協協会 レススプロ 徳川 孔明	楽しみながら脳を鍛えられるということで、近年麻雀を楽しむ女性が増えています。当教室は入門者コースだから麻雀を知らなくても安心してスタートできます。	10 2	
1038		初級A	第1・3 月15:10 ～17:00	女性 20	10	17,380	テキスト代 1,000			麻雀は少し知っているけれど…そんなあなたにうってつけの講座です。当センターの入門講座を受講された方、または同程度の麻雀の基礎を学ばれた方を対象。	10 2
1039		初級B	第2・4 木13:00 ～14:50	女性 20	10	17,380	テキスト代 1,000			10 12	
1040	囲碁初級・中級	金10:00 ～12:00	40	20	20,080	—	(財)関西棋院 本田 満彦	1～12級程度の方が対象。指導碁対局及び受講生同士による対局もあります。	10 6		
1041	基礎から学ぶ男の料理	第2 火10:00 ～12:00	36	6	6,630 (テキスト代)	5,100	神戸市生活指導研究会 小川 ふさ栄	和風・洋風・中華のおなじみの家庭料理を実習します。料理の基礎を学び、料理することを楽しみませんが、初めての方も気軽にご参加ください。	10 10		
1042	手作りパン(土曜)	月1回 土13:30 ～16:30	36	6	9,530 (テキスト代)	3,900	神戸市生活指導研究会 廣田 久子	初めての方もパンのこね方から勉強します。色々な生地や形のパンを楽しめ、毎回焼きたてパンをお持ち帰りいただけます。	10 28		
1043	手作りパン(日曜)	月1回 日10:00 ～13:00	36	6	9,530 (テキスト代)	3,900			10 22		
1044	楽しいクッキング	第1・3 水10:00 ～12:00	36	10	9,890 (テキスト代)	7,500	料理研究家(栄養士) 武田 節子	おいしく元気に!季節の素材を生かしたお役立ち簡単レシピ、楽しく習ってみませんか。	10 4		

六甲道

※印は、一年コースの後期分です。

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日	
			名	回	円	円			月 日	
1045	英会話入門(A)	月10:00 ～11:30	22	20	17,380	テキスト代 3,150+税	アメリカ人講師 デイン・ ヨハンソン	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!テキストは「Speak Out 2nd Edition Starter Coursebook(Students' Book)」を使用します。	10 16	
1046	英会話入門(B)	第3を除く 木10:00 ～11:30	22	15	14,090	テキスト代 3,150+税		10 5		
1047	少人数英会話(初級)	第3を除く 木13:00 ～14:30	12	15	20,080	テキスト代 3,150+税		10 5		
1048	英会話中級	金10:00 ～11:30	22	20	20,080	テキスト代 3,150+税		10 6		
1049	火曜英会話(初級)	火18:30 ～20:00	22	20	17,880	—	アメリカ人講師 ピーター・ フェーガン	初心者を対象にしたコースです。リラックスした雰囲気の中で楽しく英会話を学びましょう!	10 10	
1050	月曜英会話(中級)	月18:30 ～20:00	22	18	17,410	—		簡単な日常会話の出来る方を対象にしたコースです。リラックスした雰囲気の中で楽しく英会話を学びましょう!	10 16	
1051	土曜英会話(初級)	第2・4 土13:00 ～14:30	22	10	9,890	テキスト代 1,800+税	カナダ人講師 リチャード・ オウエン	毎日の生活でのいろいろな場面の色々なトピックについて簡単な英語でお話してみませんか?様々なアクティビティを通して自分の事を表現できるようになりましょう!きっとあなたの世界が広がります!!	10 14	
1052	ビジネスイングリッシュ	第2・4 土10:30 ～12:00	12	10	13,890	テキスト代 3,110+税		ビジネスシーンにも英会話は必須の時代。簡単な日常英会話ができる方を対象にビジネス英会話の初歩から、様々なビジネスシーンを想定したクラスです。	10 14	
1053	トラベルイングリッシュ	金19:00 ～20:30	18	20	20,080	テキスト代 2,500+税		さあ旅に出かけましょう!海外旅行の際に便利で実際に使える英会話を学んでいくのはもちろん、各国の観光スポット、文化、人々の生活等についてもふれていきます。今までの旅の経験をみんなでシェアする場面もあります。次の旅がもっと楽しくなること間違いなし!	10 13	
※	1054	たのしいドイツ語	水18:00 ～19:30	若干名	15	後期分 13,040	テキスト代 2,700+税	ドイツ人講師 ローラント・ ツァイトラー	初心者向けのたのしいドイツ語。耳から入るドイツ語の基礎。(一年コースの後期分です)	10 4
※	1055	ドイツ語中級	水19:40 ～20:40	若干名	15	後期分 13,040	テキスト代 3,000前後 レートにより変動します。		たのしいドイツ語を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方。(一年コースの後期分です)	10 4
※	1056	たのしいフランス語	金18:00 ～19:30	若干名	20	後期分 17,380	テキスト代 2,400+税	フランス人講師 フィリップ・ エチエンヌ	フランス人講師による楽しい日常フランス語会話。初心者向き。「tout Simplemment(サンプルマン)」のLesson6から学びます。(一年コースの後期分です)	10 13
※	1057	フランス語中級	金19:40 ～20:40	若干名	20	後期分 18,380 (テキスト代)	—		たのしいフランス語を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方。(一年コースの後期分です)	10 13
	1058	中国語入門	第3を除く 木18:00 ～19:30	22	17	15,970	参考書代 1,800+税	中国語講師 于 亜	中国語の発音から、衣食住などの文化を交えて、いねいに指導します。中国語の世界に、はじめの一歩を。	10 5
	1059	中国語初級	金18:00 ～19:20	22	20	17,380	テキスト代 2,300+税		中国語学習経験2～3年以上の方を対象に、実践的な会話や書き取り・ヒアリングを行います。	10 6
	1060	中国語中級	金19:30 ～20:40	22	20	17,880	—		中国語学習経験4年以上の方を対象に、実践的な会話や書き取り・ヒアリングを行います。	10 6

(注)太線で囲った講座は、同一講座とみなします。枠内からは1講座のみお選びください。

※印は、一年コースの後期分です。

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日	
※ 1061	韓国語入門	第3を除く 木10:30 ~12:00	若干名	15	後期分 14,090	テキスト代 2,000+税	韓国語講師 バク ヨンシル 朴 玲 実	韓国語を初めて学習される方を対象にハングルの読み方、発音等、基礎から文化も交えながら楽しく学習していきます。(一年コースの後期分です)	10月 5日	
※ 1062	韓国語初級	第3を除く 木13:00 ~14:30	若干名	15	後期分 14,090	テキスト代 2,000+税		韓国語の基礎知識をお持ちの方を対象とするクラスです。基礎から着実に運用力を積み上げること共に、基礎文型・表現・会話など十分な反復練習を重ねたコースで、すぐに使える韓国語を目標としています。(一年コースの後期分です)	10月 5日	
※ 1063	韓国語中級	第3を除く 木14:45 ~16:15	若干名	15	後期分 15,060	テキスト代 1,400+税		初級講座のステップアップ講座です。豊かなコミュニケーションスキルを着実に身に付けていくコースです。すぐ使える簡単な表現から、字幕なしのドラマや映画を見られるようになるのが待ち遠しい方などにぴったりの講座です。(一年コースの後期分です)	10月 5日	
1064	スペイン語	入門	±16:20 ~17:50	22	20	18,380 (テキスト代)	—	メキシコ人講師 ビージェガス・ヘラルド	スペイン語の基礎を、スペインやラテンアメリカの国々の文化や芸術、歴史、習慣などの話を交えながら楽しく学びます。	10月 14日
1065		初級	±18:00 ~19:30	22	20	18,380 (テキスト代)	—		スペイン語入門を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方。	10月 14日
1066		中級	±19:40 ~20:40	22	20	18,380	—		スペイン語初級を卒業されてレベルアップを目指す方、また同程度の方。(ある程度過去形を勉強された方)	10月 14日
※ 1067	マレー語入門	第1-3 ±13:30 ~15:00	若干名	10	後期分 14,390 (テキスト代)	—	マレーシア人講師 シェリン・ピンティ・マデュン	マレーシアで話されているマレー語は、日本人にとって学びやすい言語です。基本的なあいさつから日常生活や旅行などの時に使う会話までできるように目指していきます。(一年コースの後期分です)	10月 7日	
1068	歌謡レッスン	火14:30 ~16:30	30	20	17,380	教材費 5,500	大川愛未音楽学院 副主席 平野 千尋	基礎発声と譜面に基づいて歌謡曲、演歌、ポップス、シャンソン等新曲(毎月男性と女性の2曲)をレッスンします。歌の心と感情を学び、また声を出すことはストレスを解消し、心身ともに健康になります。新人の方、どうも人前で唄えないという方、歓迎、優しく、わかりやすくレッスン致します。	10月 10日	
1069	愛 LOVE ポピュラー ソング	A	水13:00 ~14:50	30	20	17,380	実 費	元・宝塚歌劇団 神奈 あい	発声練習を基本として童謡・映画音楽・シャンソン・ポピュラーソングなど月2曲を楽しく練習しましょう! 初心者・男性歓迎	10月 11日
1070		B	水15:10 ~17:00	30	20	17,380	実 費			10月 11日
1071	魅惑のシャンソン	第2-4 月10:00 ~12:00	25	10	9,390	実 費	日本シャンソン協会正会員 拵井 加代子	シャンソンは、心からの語り、感情を歌で表現します。譜面にとらわれず、1人ずつ個性ある気持ちのこもったシャンソンに仕上げましょう。	10月 9日	
1072	みんなで歌おう ~唱歌・童謡サロン~	第2-4 月14:00 ~15:30	30	10	9,390	テキスト代 850+税 その他実費	声楽家 李 浩 麗	心のふるさとである尋常小学唱歌や童謡にもう一度ふれましょう。この素晴らしい財産を埋もらせることなく、みんなで歌い継いでいきませんか。	10月 9日	
1073	抒情歌サロン	第1-3 金10:30 ~12:00	22	10	12,090	テキスト代 1,000+税 その他実費		心やすらぐ懐かしい唱歌や外国の曲、またはラジオ歌謡等の抒情歌をみんなで楽しく歌いましょう。唱歌・童謡サロンのワンステップアップ講座です。	10月 6日	
1074	抒情歌サロン (中級クラス)	第1-3 金13:30 ~15:00	22	10	13,390	テキスト代 1,000+税 その他実費		今までの耳馴染みの童謡や抒情歌・ラテン歌謡などの曲、この曲を一人で歌うクラスです。一人でも声出しを恐れず、さらに講師の若さを保つ発声法のもと、正しい音程で歌えることを目標に一緒に学びましょう。	10月 6日	
1075	懐メロをおしゃれに♪	第2-4 火10:00 ~11:30	30	10	10,040	テキスト代 1,200+税 その他実費	KOSMA音楽愛好会 重久 佳子	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。	10月 10日	
1076	大人の楽しいピアノ♪	第2-4 火12:00 ~14:00	6	10	20,080	実 費	KOSMA音楽愛好会 峯 慎 吾	憧れている曲、思い出の曲を目標に、楽しくピアノを練習しましょう♪ピアノが得意な方、初めての方、誰でも大丈夫! 毎回20分の個人レッスンです。	10月 10日	

(注)太線で囲った講座は、同一講座とみなします。枠内からは1講座のみお選びください。

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員名	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日
1077	フルート	初級A	火17:10 ~18:00	10	20	22,680 テキスト代 3,000程度	アンサンブル神戸代表 矢野 正浩	フルートの経験が6ヶ月以上2年未満の方、また同程度の方。	10月 3日
1078		入門	火18:05 ~18:55	10	20	22,680 テキスト代 3,000程度		魂の原動力、息が直接音となって奏でられるフルートを習ってみませんか。フルートの手ほどきから指導します。	10月 3日
1079		初級B	火19:00 ~19:50	10	20	22,680 テキスト代 3,000程度		「フルート入門」を受講された方、また同程度の方。	10月 3日
1080		中級	火19:55 ~20:45	10	20	22,680 テキスト代 4,000程度		フルートの経験が概ね2年以上の方、また同程度の方。	10月 3日
1081	マンドリン	入門	第2-4 木13:00 ~14:20	5	10	18,790 実 費	関西マンドリン合奏団 吉村 範子	マンドリンを始めたい方!楽器を演奏する楽しみを体験してみませんか。基礎から指導しますので、まったく初めてでもご安心下さい。	10月 12日
1082		初級	第2-4 木14:40 ~16:00	10	10	18,790 実 費		楽器をお持ちの方、少し経験がある方。“オーソレミオ”などイタリアの曲と一緒にマスターしてみませんか。久しぶりでも大丈夫です。	10月 12日
1083	二胡を楽しむ入門クラス	第2-4 木18:30 ~19:30	10	10	18,790 テキスト代 2,160	SOBOKUに胡スクール講師 にごごHarmony 藤田 留美	中国弦楽器、二胡(中国胡弓)を弾いてみましょう。哀愁のある心に沁みるところ懐かしい音色・曲を楽しく習ってみませんか。	10月 12日	
1084	二胡初級	第2-4 木19:40 ~20:40	10	10	18,790 テキスト代 2,160	藤田 留美	二胡入門講座を受講された方。または、同程度の方(基本が出来た上で、D調・連弓が出来る方)。色々な曲のレパートリーを増やして弾いていきます。	10月 12日	
1085	オカリナ初級	第2-4 水10:30 ~12:00	20	11	19,120 実 費	オカリナ奏者 橋詰 智章	ある程度オカリナの経験のある方を対象に、アルトC管サイズのオカリナを使用して、新しい曲に挑戦していきます。	10月 11日	
1086	卓球	A	水10:00 ~12:00	36	20	17,380 ピン球代 500	日本体育協会公認 卓球上級指導員 山本 昌弘	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します。	10月 11日
1087		B	金18:00 ~20:00	36	20	17,380 ピン球代 500	日本体育協会公認 卓球上級指導員 中山 昌治	卓球の基礎技術の習得からゲーム練習まで。	10月 6日
1088	バドミントン	A	火10:00 ~12:00	30	20	17,380 シャトル代 1,000	神戸市バドミントン協会 松田 博文	ラケットの持ち方やルールなど、バドミントンの基礎から段階を経ながら、ゲームの練習まで。ランニングやステップなどの基礎運動をしっかり行います。	10月 10日
1089		B	火18:30 ~20:30	35	20	17,380 シャトル代 1,000		10月 10日	
1090	熟年リズム体操	金14:00 ~15:30	40	20	17,380	—	(公財)日本体育協会 公認上級指導員 大谷 あけみ	楽しい曲にのって、無理なく体力アップを目指します。仲間と楽しく、体のあらゆる部位を動かしましょう。運動経験のない方も運動習慣をつけましょう。	10月 13日
1091	太極拳入門	A	第1-3 火10:00 ~11:00	15	10	9,390	NPO法人 神戸太極拳協会 武田 節子	太極拳、初めての第一歩。中国式ゆったり準備運動と、学びやすい入門8式太極拳です。難易度★☆☆	10月 17日
1092		B	第1-3 火11:10 ~12:10	15	10	9,390		10月 17日	
1093	太極拳	初級	火13:10 ~14:40	40	20	17,380	武田 節子	簡化24式太極拳を、前半と後半に分かれて学習します。 ※入門8式を学習した方が対象です。難易度★★☆	10月 10日
1094		中級	火15:00 ~16:30	40	20	18,790		32勢太極拳と88式太極拳を学習するとともに、簡化24式のレベルアップを目指します。簡化24式が、おおむね出来るようになった方が対象です。難易度★★★	10月 10日
1095	仕事の帰極り拳	第2-4 金19:00 ~20:30	30	12	11,270	—	NPO法人 神戸太極拳協会 竹中 保仁	仕事が終わってリフレッシュしたい方、日頃の運動不足を解消したい方、ぜひ太極拳で汗をかきましょう。太極拳の基本動作を中心に学び、入門8式、簡化24式太極拳へとつなげていきます。	10月 13日
1096	気功	入門	金9:00 ~10:20	20	20	17,380	中国人医師 徐 力	「気功」が全く初めての方を対象にした講座です。基礎から少人数制で丁寧に指導します。	10月 13日
1097		初級	金10:30 ~12:00	30	20	17,380		姿勢や動きを正しく調整し、呼吸を整え、雑念を排除して心の状態を正しく調整する健康法「気功」で心と体をリフレッシュしましょう。	10月 13日
1098		中級	金15:00 ~16:30	30	20	18,790 テキスト代 850+税		ツボと経路を利用する気功でストレスを解消し、健康を守りましょう。	10月 13日

(注)太線で囲った講座は、同一講座とみなします。枠内からは1講座のみお選びください。

講座番号の○印は一年コースです。

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日	
1099	元気ができる 自彊術体操	水10:30 ~12:00	35	20	17,380	—	(公社)自彊術普及会中 泉谷 ふく	中高年の若さと健康づくりに、肩こり、生活習慣病、心身症の予防と改善に。昨年100周年を迎えた日本最初の健康体操。	10月11日	
1100	体にやさしい 自彊術体操	第1・3 水13:00 ~14:30	30	10	9,390	—		治療を目的として創られた運動療法です。31の動作から成り、独特の呼吸法を用いて心身を整えます。	10月4日	
1101	自力整体	第1・3 水15:00 ~16:30	30	10	9,390	—	自力整体ナビゲーター 清水 克易	簡単な動きや指圧で全身を整えます。無理のないゆったりとしたメニューですので気軽にご参加下さい。	10月4日	
1102	ヨガ美療 体	A	月10:00 ~11:30	40	20	17,380	—	ヘルシークワハラ 禿子 まさ美	ヨガの体操法と呼吸法で、体と心の若返り。腰痛、肩こり、冷え症等を緩和します。	10月2日
1103		B	火10:00 ~11:30	40	20	17,380	—	ヘルシークワハラ 村上 伊久子		10月10日
1104	ヨガ美療 体	C	水18:30 ~20:00	女性 35	20	17,380	—	ヘルシークワハラ 隅野 和枝	ヨガの体操法と呼吸法で、体と心の若返り。腰痛、肩こり、冷え症等を緩和します。	10月11日
1105		D	月18:30 ~20:00	女性 35	18	15,640	—	ヘルシークワハラ 照井 淳子		10月16日
1106	熟年ヨガ美療体操	金13:00 ~14:30	35	20	17,380	—	ヘルシークワハラ 伊関 千鶴	熟年者を対象に、自分の呼吸に合わせ無理なく体を動かし心身をリフレッシュさせます。男性も歓迎!	10月13日	
1107	フラダンス入門(朝)	第2・4 金10:30 ~12:00	女性 30	10	9,390	教材費 600	フラハラウ アラニ所属 田代 さと子	ハワイの伝統的な踊りを、貴方の新しい健康法として、トライしてみませんか。年齢に関係なく楽しく踊れます。	10月13日	
1108	フラダンス 初級	午後A	第2・4 金13:00 ~14:15	女性 30	10	9,390	教材費 600	フラハラウ アラニ所属 高橋 孝子	フラダンス入門講座を2季以上経験された方。新曲へのトライ、そして復習曲をリメイクしながら、楽しくレッスンをを行います。	10月13日
1109		午後B	第2・4 金14:45 ~16:00	女性 30	10	9,390	教材費 600			10月13日
1110	フラダンス 入門・初級(夜)	第1・3 金18:30 ~20:00	女性 30	10	9,390	教材費 600		フラダンスが初めての方、また経験者の方を対象にした入門・初級の夜のクラスです。基本を大切にレッスンを楽しくすすめ、ステップアップを目指します。	10月6日	
1111	美骨 ウォーキング®	木曜	第2・4 木19:00 ~20:30	女性 30	10	9,390	—	Gooth代表 美骨ウォーキング主宰 足音ナビゲーター 安藤 恵子	整体体操で腰痛の緩和、O脚の改善。リンパマッサージで足のむくみの解消。ウォーキングレッスンでいつまでも健康で美しい身体を作りましょう。ヒールの歩き方も練習します。	10月12日
1112		土曜	第2・4 土10:00 ~11:30	女性 30	10	9,390	—			10月14日
1113	茶道(裏千家)	土13:30 ~15:30	20	20	20,080	水屋料 8,000	裏千家家元直門 名誉師範 小早川 宗紫	千利休の教える和敬清寂の心は裏千家の真髄。茶の道を通じて、豊かな心を養い、暮らしに潤いとやすらぎを与えます。	10月7日	
1114	社交ダンス(中級)	第3を除く 木10:30 ~11:50	35	15	14,090	—	兵庫県ソシアルダンス 教師協会理事長 本間 崇元	ワンランク上のステップに挑戦しましょう!!そして音楽に合わせて楽しく又優雅に踊れるように練習しましょう。(経験者対象)	10月5日	
1115	ベリーダンス (ビギナー)	第1 木18:00 ~19:15	女性 20	10	一年分 12,090	—	オリエンタルダンサー (ベリーダンサー) Yukiko	ダンスの経験・未経験問わず、エジプシャンスタイルのオリエンタルダンスを背景も交えて深く理解し、全10回で1曲踊れるよう丁寧に指導させていただきます。	秋季は募集しません (一年コースのため)	
1116	ベリーダンス (ハイビギナー)	第1 木19:30 ~20:45	女性 20	10	一年分 12,090	—			10月12日	
1117	ベリーダンス (オールレベル)	第2・4 木19:30 ~20:45	女性 20	10	12,090	—			10月12日	
1118	アロマセラピー 基礎と実践ケア	第2・4 木19:00 ~20:30	女性 20	10	12,090	各回500~ 2,000程度	IFA英国国際アロマ セラピスト連盟認定 アロマセラピスト 齋藤 美由紀	アロマセラピーの基礎理論を学ぶ日と、実践的な手法を学ぶ日があり、自然の香りに癒される体験を通してセルフケアや人を癒す方法を習得できます。アロマ検定取得も目指せます。初心者大歓迎!	10月12日	
1119	神戸・六甲山 の自然探訪	第2・4 木10:00 ~12:00	20	10	12,090	—	森林インストラクター 清水 孝之	身近な自然を知れば、野山でのハイキングが楽しくなります。野外へ出る機会を増やして健康年齢を伸ばしましょう。(10回のうち5回が野外観察会になります。6~8キロ歩きます。時間は10時から14時です。)	10月12日	

★特別講座★ (申込・問合せ方法は、定例講座と同じです。)

1120	須磨琴	金13:30 ~16:00	名15	回20	円18,790	円テキスト代他 約3,900	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。)	月10	日6
------	-----	------------------	-----	-----	---------	-------------------	----------------	--	-----	----

★秋季限定開講講座★ (申込・問合せ方法は、定例講座と同じです。)

講座番号	講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	材料費等	講師	内容	第1回受講日	
1121	人生の道しるべ・四柱推命入門	第2・4 火13:00 ~14:30	名15	回10	円12,090	円テキスト代 3,000 円飾式表「平成29年度」10,800	バームリーディング一紗乃代表 認定NPO法人 神戸国際占術協会 監事 塩田 一紗乃	的中率の高さから占いの帝王とも呼ばれている四柱推命を学び、自分を知り、運気の流れを知り、より良い人生の道しるべとしましょう!	月10	日10
1122	手相入門	第2・4 火15:00 ~16:30	名15	回10	円12,090	円テキスト代 3,000	塩田 一紗乃	手相であなた自身を再発見!手相を通してコミュニケーション力を深めましょう!全く初めてでも手相が観られるようになります。	月10	日10
1123	星占い入門(西洋占星術)	第2・4 月18:30 ~20:00	名12	回8	円10,170	—	美レディースアカア主宰 永井 りゆうこ	金運、仕事運、健康運、人生のチャンスとターニングポイント等、楽しく学びましょう。	月10	日23
1124	セカンドライフのための資産運用	第3 水10:00 ~11:30	名20	回5	円4,690	—	野村證券(株) 米田 隼輔 北川 晴紀	この講座では、大切なお金の資産管理について、運用の基本的な考え方から学んでいきます。投資初心者の方も安心してご参加いただけます。	月10	日18

下記の講座は、お申込方法が異なります。 お間違いのない様にご注意ください。

★TOEIC®短期集中講座★

☎841-1711

講座名	とき(毎週)	対象定員	回数	受講料	内容	講師	申込方法(その他)
TOEIC®朝一ヘッドロック (700点以上を目指す方を対象に、朝9時からの講座)	10月7日(土)~2月10日(土) 毎週土9:00~11:00	名20	回15	円20,080 (テキスト代別途)	プロレスでいう「ヘッドロック」。要点を容赦なく抑え込み、目標スコア獲得を目指します。内容は、エクササイズ&リスニングのみで、基本文法・構造が理解できる方は是非!	英会話講師 福井 英子	9月8日(金)から電話または六甲道勤労市民センター窓口で【先着順】FAX不可
TOEIC®ウルトラビギナー (500~600点を目指す方を対象)	10月7日(土)~2月10日(土) 毎週土11:10~12:40	名20	回15	円20,080 (テキスト代別途)	ウルトラは「過度・超」などの意味。テスト経験が少なく、文法問題に難がある方をピンピン鍛えます!まずは基本一文法をみっちり習得し、安定したスコアゲットを!!	福井 英子	



生きがい活動ステーション

地域の中で「生きがい」と「役割」を見つけませんか?

はじめての方
やり方がわからない方

情報提供・相談

情報提供

主に地域活動や生涯学習に関する様々な情報を提供します。

無料相談

地域活動、生きがい創造、生涯学習、就労に関する相談ができます。(就労相談は第1火曜日・第3金曜日で事前予約制)

仲間がほしい方
テーマが見つからない方

講座・サロン

市民塾

地域で様々な活動や事業をされている講師をお招きして開催します。(月1回程度)

交流サロン

毎回、テーマを設け、地域活動への入り口をさくらます。(例:ボランティア、脳トレ、地域デビュー等/月1~2回)

社会貢献塾サテライト

誰もが立ち寄れる地域の居場所について立ち上げや運営を学ぶ連続講座です。(全5回/年1回)

3周年を
迎えました!

実践してみたい方
グループづくりをしたい方

体験

トライやるサポート

立ち上げ期や新規企画のお試しの場として当スペースで講座やワークショップを開催できます。(グループ・個人で2回まで)

生きがい活動ステーションとは?

「生きがい活動ステーション」は、神戸市立六甲道勤労市民センター内に開設され、公益財団法人神戸いきいき勤労財団と認定NPO法人コミュニティサポートセンター神戸が協働で運営しています。人々のつながりを築きながら、地域で役に立つ活動が生まれるよう、「人」と「地域」を結び橋渡し役を担います。今までに培ってきた経験やノウハウを活かして、地域の中で「生きがい」と「役割」を見つけませんか?どうぞお気軽にお越しください。

生きがい活動ステーション

〒657-0038

神戸市灘区深田町4-1-39 メイン六甲4階(六甲道勤労市民センター内)

月	火	水	木	金	土	日	開館時間 9:30~17:30
○	○	○	休	○	○	休	※祝日、お盆、年末年始はお休みです

TEL.078-857-3022 FAX.078-857-3023

E-mail ikigai@cskobe.com

https://www.kobe-kinrou.jp/shisetsu/rokkoumichi/ikigai/

六甲道勤労市民センターから、貸館のお知らせ

六甲道勤労市民センターは、200名規模の大会議室をはじめ、中小会議室や体育館、陶芸室、工芸室、美術室などの貸館事業を行っております。会議、自己啓発の学習会、趣味のサークル活動、健康づくり等にどうぞご利用ください。

貸館のお申込みは電話(841-1711)で受付けておりますので、お気軽にお申しつけください。

■会議室:6室(定員14名~200名)

■特別室:料理教室、和室、服飾室、工芸室、陶芸室、伝承芸能室、美術室、音楽室、体育館

■利用時間:9:00~21:00(日曜・祝日は17:00まで)休館日:第3木曜日

◆貸館予約状況をインターネットでも確認できます。

神戸いきいき勤労財団ホームページ(<https://www.kobe-kinrou.jp/>)予約はお電話でお願いします。