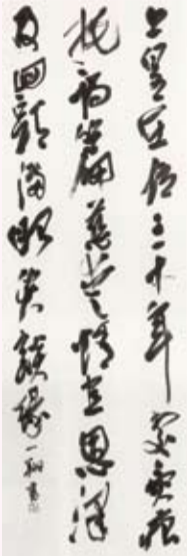


# 西神中央文化センター

西神中央駅徒歩1分 三井住友銀行上4階 お申込、お問合せは **078-991-5688**

## 書道 滴仙会



美しい文字が書きたいと思うことは、誰もが願うことです。はじめから美しい文字を書ける人はいません。上手になりたいと思う心が上達させるのです。毛筆、ペン字など何でもできます。

- 水 13:00~15:00  
18:00~20:00 (月2回)
- 講師：伊藤一翔  
日展会員  
日本書芸院常務理事  
読売書法会常任理事  
兵庫県書作家協会理事長  
滴仙会理事長

## 楊名時 健康太極拳

太極拳は究極のリラックス「動く禅」といわれています。無心になることでストレス解消にもなります。年齢、性別不問。初心者大歓迎!!



- 火 12:50~13:50
- 講師：西脇三紀子 日本健康太極拳協会師範

## 空手

空手は心と身体を鍛える武道です。一步、一步、帯の色を変えていくのも楽しいものです。気の弱い子達、初心者の方も武道を楽しく学んでみませんか。



- 水 19:00~20:00 幼児~一般
- 金 18:20~19:35 幼児~一般
- 講師：藤田正晴 増野耕三  
公益社団法人日本空手協会公認 A級指導員

## クラシックバレエ

基礎から正しく楽しく丁寧に!バレエの技術だけでなく、音楽性、感受性、豊かに表現できるようなクラスを目指しております。バレエ団出身のダンサーが指導いたします。一緒にバレエを楽しみましょう。



- 水 15:40~16:40  
16:40~17:40  
17:40~18:55
- 金 15:40~16:40  
16:40~17:40
- 講師：奥山祐香子  
Yukako Ballet Studio

## 中国語 個人レッスン

中国人講師と楽しく勉強しましょう。文法はもちろんのこと中国の文化や習慣も学べます。中国語検定 HSK にも対応しています。



- 木 11:00~ その他要相談
- 講師：倪嵩 (笹尾女依)

## 大人から楽しむバレエ

バレエは、日々の動きが楽になる体にいい全身運動です。初心者、身体が硬い、運動苦手、だからこそ見つかる楽しみがあります。



- 木 11:25~12:40
- 講師：田中由美 ぶるむな一ど代表

## 書道 神戸笹波会

・美しい心は手書き文字から!!  
・書く楽しさを通して素晴らしい日本語を学びましょう!!  
・実用書道、ペン字も指導しております。



- 木 14:00~15:30 一般のみ
- 木 16:00~20:00 幼児~一般
- 講師：越智笑陽 神戸笹波会常任総務

## ゆる楽ストレッチ

じわーっと&だら~んと、足ゆびの先など、ふだん気にしない部位から全身までいねいにゆるめて楽にするストレッチです。



- 木 10:20~11:20
- 講師：田中由美 ぶるむな一ど代表

## プリスクール English / KIDS English

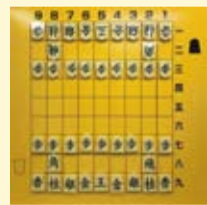
経験豊かな米国人講師が教えます。読み書きだけでなく、自然な英語に親しみながらコミュニケーション能力を育てるレッスンです。

- プリスクール English : 土 10:45~11:15
- 新クラス 土 11:20~11:50
- KIDS English : 土 9:00~9:50 9:50~10:40
- 講師：バーバラ・ブル



## こども・ビギナーズ女性 将棋教室

膨大な選択肢の中から最善を選ぶことによって思考力、集中力を鍛え、難局を打開する力を養います。一般初心者も大歓迎。



- 第1,3 金 13:45~15:45 ビギナーズ女性
- 第1,3 土 10:00~12:00 こども
- 講師：陶山亮

## 造型・絵画

創造力は形を観察し、色をつくり、考え、指先を使ってものを作る訓練を通して育まれていきます。絵画、造型はもちろん、デッサン、色彩感覚、構成の基本も学びます。コンクールにも出展しています。



- 土 13:00~14:20
- 講師：高本理恵

## 社交ダンス

素敵な曲を聴きながらダンス仲間と楽しく踊りましょう。基礎から丁寧に指導しています

- 金 14:00~14:55
- 土 18:30~19:45
- 講師：高本美果 \*個人レッスン要相談



## たのしい生花 嵯峨御流

嵯峨御流特有の風流な景色盛りはもちろんのこと、アレンジメントの要素を取り入れたモダンな生け方にもチャレンジしています。



- (HPに生徒作品掲載しています)
- 月 17:30~20:00 (花代¥1,000円~)
- 講師：林順甫 嵯峨御流神戸司所

## 珠算

そろばんを学習することによって集中力、発想力、記憶力、洞察力、情報処理能力、速聴・速読能力などが磨かれます。

- 火 16:00~19:00 水 15:45~17:45
- 金 16:00~18:00
- 週2回、週1回コースあり
- 講師：仁部英雄 兵庫県珠算連盟会長



## 新講座 楽しいウクレレ

楽しくウクレレを弾きましょう! ウクレレの持ち方、基本の指運びから指導します。初心者大歓迎です。

- 第1,3 木 14:00~15:15 (月2回)
- 講師：西本勝弘

## 新講座 ハワイアンフラ

ハーラウ ナーレイ ククイ ナニ 基本のステップとハンドモーションでアロハの心を表現していきます。初めての方から経験者まで。

- 月 11:00~12:15 (月3回)
- 木 19:00~20:15 (月3回)
- 講師：松浦美樹 近江雅世

## 新講座 女性のための健康マージャン入門

麻雀をしながら楽しく頭の体操をし、友達作りをしてみませんか? 頭と指先を使うので認知症予防にも効果的! 初心者の方も、講師が一から丁寧に教えますのでご安心下さい。

- 第2,4 月 10:00~12:00 (月2回)
- 講師：一般社団法人健康マージャン振興会所属講師

## よく分かる楽しいパソコン教室

講師が直接指導するので安心。初歩から応用まで、各クラス少人数の個別指導です。  
\*ノートパソコン御持参下さい\*

- 火 15:30~17:00 火 17:00~18:30
- 5<5< iPad,iPhone 教室
- 第1,3 月 14:00~15:00