

2024年後期 生徒募集

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

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

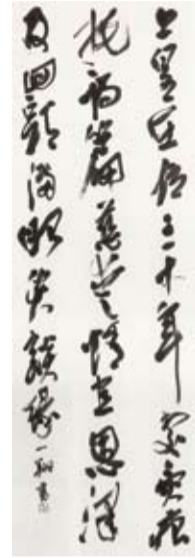
空手

伝統空手を継承している日本空手協会(松濤館流)の公認A級指導員が指導しています。空手は奥の深い武道で、やればやる程楽しさが増してきます。自己の鍛錬を通して、精神と身体の育成に最適です。初心者の方は女性指導員が丁寧に指導します。



■金 18:20~19:35 幼児・小学生
■金 19:35~20:35 中学生~一般
●講師：増野耕三
公益社団法人日本空手協会公認A級指導員

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。

■第1,3水(月2回)
13:00~15:00 一般
18:00~20:00 中高生、一般
●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

体がやさしい大人の基礎バレエ

踊るテクニック以前のバレエの基本レッスンを通じて、普段の動きが楽になる身体の使い方を身につけます。



■木 11:25~12:40
●講師：田中由美
ふるむな~ど代表

新講座 そろばん

そろばん学習は基礎学力をつけるための優れた初等教育です。ちびっこさんも多数在籍!一緒に楽しくお稽古しませんか?



◎電子そろばんを使用したオンライン授業を併設
◎無料!体験授業受付中
入会金 ¥4,000
授業料 週1回 ¥6,000 週2回 ¥7,000
■火・金 ①16:00~17:00 ②17:00~18:00
●講師：川上友子 橋口加奈子 いぶきそろばんスクール
日本珠算連盟・兵庫県珠算連盟・神戸珠算協会
*いぶきそろばんスクールへの入会金が必要です。
お問合せは 090-3567-4512 へ

新講座 おとなの英会話

使うのは中学生レベルの文法で十分です。間違っても大丈夫。相手に自分の言いたいことが伝わればそれでよし! ゆっくり進めていきますので、楽しみながら英会話を練習しましょう。



体験レッスン9/24火 10:00~11:00 体験料¥1,100 *要予約
●講師：金川喜代美 英検1級 TOIEC945

新講座 ミドルからシニアまでゆる楽ストレッチ

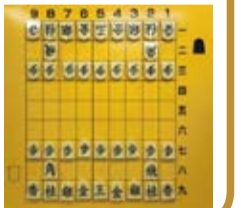
じわーっと&だら~んと、足指の先など、ふだん気にしない部位から全身まで、ていねいにゆるめて楽にするストレッチです。



■木 10:20~11:20
●講師：田中由美 ふるむな~ど代表

こども将棋教室・女性将棋教室

集中力・思考力・礼節が身につきます
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。礼に始まり礼に終わる将棋。礼儀作法や精神性を養います。



■第1,3土 10:00~12:00 こども
■第2,4金 13:45~15:45 女性
●講師：陶山亮

新講座 クラシックバレエ

素敵な音楽に乗せて自然な笑顔、綺麗な姿勢、健全な心身を共に育んでいきます。バレエならではの非日常空間でレッスンしましょう。



■月 17:30~19:00 一般
金 16:00~18:00 幼児・児童
●講師：篠田百合香
ミュージズ・ド・チュチュバレエスクール

造型・絵画

伸び伸びと楽しく作ったり塗ったり。創造力は形を観察し考え、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。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

書道 一楽書芸院

・手書き文字で時折の心を伝えましょう!!
・書く喜びを通して日本語の美しさを再確認いたしましょう!!
・実用書道、ペン字も学習しています。



■木 14:00~15:30 一般のみ
■木 16:00~20:00 幼児~一般
●講師：越智笑陽 一楽書芸院常任総務

よく分かる楽しいパソコン教室

それぞれのレベルに合わせて、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
水 13:00~14:30
●講師：大路由美子

ヨガ美療体操

誰でも無理なくできる健康体操です。座って、または寝て行う体操が多く、膝痛、腰痛対策、自律神経を整え生活習慣病などの予防にもなります。



■火 14:00~15:15
■水 10:00~11:15
●講師：ヘルシークワ
ハラ神戸専任講師

楽しい生花 嵯峨御流

嵯峨御流特有の風流な景色盛りはもろろんのこと、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。

■月 17:30~20:00
(花代¥1,300円~)

●講師：林順甫
嵯峨御流神戸所



ギター 個人レッスン

あなたの大好きな曲をギターで弾いてみませんか。アコースティック、エレキギター、弾き語り等、指導します。

■第1,3 火 15:50~18:30
第1,3 木 17:10~19:50
●講師：加藤聡一郎

