

予告版

内容は予告なく変更する
場合があります。

～市民がつくる生涯学習～

単 位
認定講座



1月号 コミスタこうべ一日体験教室参加者募集中

交流と学びの場「コミスタこうべ」では、「KOBEMANABISU.NET」の生涯学習市民講師による一日体験教室を実施します。
学ぶ気持ちを刺激する楽しい体験が盛りだくさん。あなたも「学び体験」をしてみませんか？

★「もういくつ寝るとお正月♪」体験教室

《★参加費無料》

開催日時	教室名	対象・定員	材料費	市民講師
1月12日(火) 14:00～15:30	日本の行事②	成人 60名	無料	小澤 輝郎 氏
1月16日(土) 10:00～11:30	学んで得する健康魅力講座 生きる力を養う笑いヨガ 	成人 20名	無料	大平 貴子 氏
1月19日(火) 10:00～11:30	地図で旅してみよう ～北海道編～	成人 20名	無料	吉見 嗣男 氏
1月20日(水) 10:30～13:30	冬野菜をメインにした食卓！！ 【献立】スベアリブと大根の煮物 白菜と油揚げの煮びたし ハッシュドれんこん、かぼちゃのチェー 	成人 12名	800 円	北山 初美 氏
1月23日(土) 13:30～15:00	パラパラ漫画作り 	親子10組 *対象* 小学生	500 円	丸山 権三郎 氏
1月24日(日) 13:30～15:00	金融資産運用ナビ 	成人 20名	無料	吉積 裕之 氏
1月26日(火) 10:00～13:00	エコ生活のためのワークショップ エコたわし作り	かぎ針編 経験の ある 成人10名	無料	谷 典子 氏
1月27日(水) 10:30～11:30	ピラティス	成人 15名	無料	内野 晶博 氏
1月7日(木) 10:00～11:30	●市政リレー講座 【安全・安心・健康シリーズ】 家庭内での事故予防～転ばぬ先のひと工夫～	成人 40名	無料	神戸市職員
1月13日(水) 10:00～11:30	●市民講師による講演会 ガイドブックに載っていない 面白お国事情① 	成人 60名	無料	豊田 勝 氏
1月14日(木) 13:30～15:00	●健康維持の秘訣講座 肺炎予防・嚥下・のどの問題	成人 60名	無料	扶川 郁美 氏

○こうべ元気体操教室

1月11日・25日(月)	10:30～11:30	産後ママの運動編	親子12組 3ヶ月～1歳位	無 料	共催：健康づくり推進機構 BTB
--------------	-------------	----------	------------------	-----	---------------------

★★★体験教室申込方法・問い合わせ先

申し込みは、12月8日(火)9時から電話にて、先着順で受け付けします

★気象警報が発令された場合（午前7時の時点で午前の講座、午前10時の時点で午後の講座）には、中止となります。

★参加費は無料。開催日の1週間前からの取り消しは、材料費の支払いが必要となります。

応募者が少ない場合も中止することがあります。当日の申し込みはできません。前日までに申し込みがされていない方は、入場できません。

コミスタこうべ（神戸市生涯学習支援センター）TEL 078(251)4731

