

## 7月号コミスタこうべ一日体験教室 参加者募集

単位認定  
講座

市民の皆様の身近な方で、一緒に学びの活動の輪を広めたいと希望し応募されたボランティアによる体験教室を実施します。

開催日時	教室名	市民講師	持ち物	対象・定員
7月4日(土) 13:30～15:00	ピラティス・ヨガで寝たきりにならない体づくり	吉川 まり子 氏	水(飲料水) 汗拭きタオル 動きやすい服装 (裸足になれるように)	成人 10名
7月5日(日) 13:30～15:00	◎健康魅力講座 身体に優しい夏のツボ押し	金山 昌子 氏	筆記用具	成人 25名
7月6日(月) 13:30～14:30	河内音頭を歌って踊りましょう	湊家 正葡 氏	動きやすい 服装と靴 水分補給物 汗拭きタオル	成人 20名
7月11日(土) 14:00～15:30	スライドショー「布引の滝・布引貯水池」	釜野 栄男 氏	筆記用具	成人 50名
7月13日(月) 10:00～11:30	ウクレレ教室	計倉 雅子 氏	筆記用具 ウクレレ (あれば)	成人 10名
仕事や学校の帰りに 7月16日(木) 18:30～19:30	ズンバで身体を絞ろう	真下 敬子 氏	動きやすく通気性 のよい運動着と靴 水分補給物 汗拭きタオル 着替え用下着	成人 15名

7月1日(水)10:00～11:30	市政リム講座 高齢者施設ってどんなところ?	神戸市職員	筆記用具	成人 100名
--------------------	-----------------------	-------	------	---------

家族が 熱い 一週間	7月18日(土) 10:00～11:30	恐竜のお話と恐竜模型づくり	新井 敏夫 氏	筆記用具 材料費 100円	親子 10組 小学4年～
	7月20日(月) 10:00～11:30	おいしそうな食品サンプルづくり	山本 美由紀 氏	筆記用具 材料費 600円	親子 10組 小学生～
	7月25日(土) 13:30～15:00	キンボールスポーツをやってみよう!	岡村 光洋 氏	動きやすい服 装と上履き 水分補給物 汗拭きタオル	親子 15組 小学4年～
子育て	7月14日(火) 10:30～11:30	0歳からのわくわくリトミック	小川 麻由紀 氏	動きやすい服装 水分補給物 汗拭きタオル	親子 10組 8ヶ月 ～2歳

お申し込みはメールフォーム <https://www.kobe-spokyo.jp/comista/>

電話・窓口でも受け付けます

申込期間 6月5日(金) 午前9時～ 6月9日(火) 午後9時(電話・窓口は開館時間内)

抽選結果発表 6月11日(木) 午前9時にホームページ《新着情報》に掲載

- ★電話申込は初日9時～10時がピークです。6日以降に分散するようご協力をお願いします。
- ★定員に満たない講座は、11日午前9時から先着順で申込みを受け付けます。抽選申込期間中に定員を大幅に超える申込みがあった場合、抽選以降のキャンセル待ちは受け付けません。申込みは、できるだけ抽選申込期間中をお願いします。
- ★前日までに申込みがされていない方は入場ができません。当日の申込みはできません。
- ★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。
- ★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、午後3時の時点で夜間の講座)は中止となります。
- ★応募者が少ない場合も中止することがあります。体験教室を中止するときは個別に電話連絡させていただきますことをご了承ください。

一日体験教室の抽選申込は  
メールフォームが便利です。スマートフォンのカメラアプリを起動し  
レンズをQRコードにかざしてください。  
利用できるのは毎月5日～9日の間です。

コミスタこうべ 神戸市生涯学習支援センター ☎078-251-4731