単 位 認定講座



7月号コミスタこうベー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、「KOBEまなびすとネット」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?

★「暑いけど、熱い思いで♪」体験教室

X HOUSE TO THE STATE OF THE STA					
開催日時	教 室 名	持ち物	対象・定員	材料費	市民講師
7月9日(土) 10:00~12:00	そば打ち*持ち帰りはありません出石そばを打ちます。ひきタテ・打ちタテ・湯がきタテの3タテで作り"そば打ち研究会伝統のダシ"でおいしくいただきます。	エプロン・三角巾・マスク手拭き・台拭き・食器拭きマイ箸・上履き・筆記用具	成人 20 名	1000円	見取 政和 氏
学校や仕事の帰りに 7月11日(月) 18:30~20:00	【健康魅力講座】知って得する長生き術	• 筆記用具	成人 60 名	無料	西﨑 未知 氏
7月14日(木) 13:30~15:00	終 活 元気なうちに安心して終活を進めるきっかけとなれば嬉しいです。	• 筆記用具	成人 20 名	無料	清野 裕紀子氏
7月14日(木) 10:00~11:30	市政リレー くらしと環境シリーズ 食品の安全・安心の取り組み	• 筆記用具	成人 60 名	無料	神戸市職員

■■■家族が 熱ルーー週間■■■

■多味が、		@ ·	尚字平(子午
7月 26 日(火) 10:30~13:30	親子エコクッキング 卓上コンロでご飯を炊き、カレーも時短でおいしく仕上がる 保温熟成調理をします。【献立】キーマカレー、デカプリン	・エプロン・三角巾・マスク ・手拭き・台拭き・食器拭き ・マイ箸・上履き・筆記用具	小学生 親 子 10 組	500円	谷 典子 氏
7月27日(水) 13:30~15:30	親子で巣箱型貯金箱づくり ノコギリや金槌の使い方を実習し巣箱型の貯金箱を組み立てます。 自然の素材で自由に飾り付け世界にひとつだけの貯金箱が完成。	・タオル・水分補給物・持ち帰り用袋・筆記用具	小学生(B) 親 子 10 組	500円	栗岡 俊春 氏
7月29日(金) 13:30~15:00	親子でマジックと工作 ちいさな子どもたちに人気のあるマジックのネタを工作し楽しみます。	・ハサミ・セロテープ・筆記用具 ・スティックのり・マジックペン	幼稚園児~ 親子 10組	無料	村越 裕一 氏
7月30日(土) 13:30~15:00	親子ゆかた着付け教室 ゆかたを着る季節!親子で触れ合いながらワイワイ楽しく学びます。 (注意) ゆかたの下着にランニングやキャミソール、ブルマなどを着てご参加ください。	・ゆかた (親子とも)・紐5本 ・伊達締め 1 本 (あれば) ・タオル 1 枚・筆記用具	幼児~ 親子 6組	無料	谷 美津子 氏
7月31日(日) 13:30~15:30	親子ラジオ作り ラジオの仕組みを学ぼう。ハンダ付けを練習してラジオを作ってみよう。	・ノート・筆記用具	小学生 高 親子 10組	1000円	武市 久仁彦氏

●▲■乳幼児の親子限定プログラム■▲●

子育	7月8日(金) 10:30~11:30	「笑いヨガ」で免疫力を強化! 10分の有酸素運動で 30分の効果 30分の効果 第ラエクササイズ (体操) とヨガの呼吸法を組み合わせた新しい 健康法。親子でスキンシップをとりながらやってみましょう。	・水分補給物・バスタオル・筆記用具	1.5 〜 3 歳 親子5 組	無料	吉安 美玲 氏
支	7月15日(金)	^{笑顔になる} パステルアート教室「光の中で」	ウェットティッシュ等	子育で中の		
援事業	10:30~11:30 一時保育 ^(注) 有	絵を描くことがはじめての方でも大丈夫。テーマは夏。 絵ができると達成感・幸福感があり、みんな笑顔になるのです。	指を拭くもの ・筆記用具	ママ・パパ 8名	500円	岸田 令枝 氏
兼	(注) 一時保育のある体験教室は、就学前のお子さんの保護者を対象に、ボランティアの協力を得て実施します。一時保育を希望される場合、					

費用はお子さん一人あたり 500 円です。水分補給物や汗拭きタオル等お子さんに必要と思われるものは各自でご持参ください。一時保育は予約が必要です。

7月11日・25日(月) 健康づくり推進機構 BTB 共催 10:30~11:30 こうべ元気体操教室 **産後ママの運動**

・動きやすい服装・水分補給物・汗拭きタオル・筆記用具3〜12 か月の 親子 12 組無料健康づくり推進機構 BTB

◆◇◆7月開催 一日体験教室の申し込みは 6月5日(日)9時 から 受け付け開始です◆◇◆

●申込受付期間:6 **月** 5 **日(日)** 9 **時**から 9 **日(木)21 時**

●抽 選:6 **月** 10 **日(金)**

●申 込 方 法:メール・電話・窓口

●結果発表: 6 **月 11 日(土) 9 時** ホームページ「新着情報」に掲載、 電話・窓口でもご確認いただけます。

定員に満たない体験教室は 6月11日(土)9時から先着順で申し込みを受け付けます。電話・窓口にてお申し込みください。

- ★前日までに申し込みがされていない方は入場ができません。当日の申し込みはできません。
- ★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。
- ★感染症予防対策のため、ご来館の際はマスクの着用をお願いいたします。
- __ご自宅で検温し平熱であることをご確認ください。喉の痛みや鼻水など風邪の初期症状のあるかたはご来館をお控えください。
- ★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)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差し上げます。

コミスタこうべ(神戸市生涯学習支援センター) TEL 078-251-4731 https://www.kobe-spokyo.jp/comista/

