

## 10 月号コミスタこうベー日体験教室 参加者募集

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?

★「学びの秋!生涯学習フェスティバルだ♪」体験教室

開催日時	教 室 名	持ち物・材料費		市民講師			
生活にうるおいを講座 10月5日(水) 13:00~15:00	<b>羊毛とワイヤーで作るモダンなネックレス</b> 羊毛を縮絨させてフェルトビーズを作り、好みの形に曲げたワイヤーを通してオリジナルネックレスを作ります。	<ul><li>フェイスタオル2枚・はさみ・目打ち</li><li>持ち帰り用ビニール袋・丸 α 平ヤットコ</li><li>筆記用具</li><li>材料費¥800-</li></ul>	成人 10 名	田附 みのり 氏			
学校や仕事の帰りに 10月7日(金) 18:30~19:30	不調改善ピラティス ピラティスで体を動かして、使いやすい体にしていきます。 体の不調改善の手助けになります。 初心者でも大丈夫です。	・動きやすい服装・汗拭きタオル ・水分補給物・筆記用具	成人 15 名	大田 美生氏			
10月19日(水) 10:30~13:30	秋をごきげんに過す養生薬膳 秋の乾燥と冬を意識した食材を選び薬膳料理を作ります。 【献立】冬へ備える玄米ご飯・らっきょうのピカタ・キャベツのスープ(まか)	<ul><li>エプロン・三角巾・マスク・手拭き</li><li>台拭き・食器拭き・マイ箸・上履き</li><li>・筆記用具</li><li>材料費¥800-</li></ul>	成人 12 名	市耒 志滿子氏			

## ③⑥◎ 親とこどものプログラム ◎◎◎

子育	10月14日(金) 10:30~11:30	<b>音楽親子ふれあいあそびとパネルシアター</b> 子どもたちはパネルシアターが大好き♡目がキラキラ輝きますよ。	・水分補給物・タオル ・筆記用具	親子 10 組 *対象年齢* 2~3 歳	田川 朋絵 氏
支援	10月21日(金) 10:30~11:30	美文字入門「ヨガとペン字」 - 時保育付き (注) 芸術の秋。ヨガでリラックスし、ペン字レッスンを楽しみましょう	・動きやすい服装 ・水性ペン、筆ペンなど筆記用具 材料費¥300-	子育て中の ママ・パパ 10名	桂 雅代氏

(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-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。

10月3日・24日(月)10:30~11:30	健康づくり推進機構 BTB 共催 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	3〜12か月乳児 の親子 12 組	チーム BTB 平田 智恵 氏
10月22日(土)10:00~14:00	平磯海ブり公園 開催 親子 海釣り教室*	・帽子・ <del>!</del> ・タオル	手袋・水分補給物・軽食 <u>賃竿料¥1500-</u>	親子	100組 泉井俊明 小野 貴大	
10月29日(土)11:30~13:00	Loan tend ple 親子 ふれあい乗馬体属 まとふれあおう! 親子 ふれあい乗馬体属	験*	・運動しやすく汚れてもよい服装と靴・軍手・筆記用具参加費¥	4 (2 -111.5)	親子 10 組 体重制限各 70 kgまで	しあわせの村 馬事公苑指導員
10月30日(日)13:30~15:30	子ども向けプログラム体験講座 Scratch を使ってゲームプログラムを作ります。		・Wi-Fi に接続できるパソ 学校で支給されているパン 使用の可否を学校に確認願	ノコンは	小学生 20 名 3 年生以上	向井 庸裕氏

\*「10/22 海釣り教室」「10/29 ふれあい乗馬体験」の開催地・申込方法は、裏面の詳細情報をご確認ください

<b>多歌</b> 多講演会 <b>多歌</b> 多	持ち物	: 筆記用具			
10月9日(日)13:30~15:00		魅力講座● oて得する長生き術 健康の常識・非常識	概 神田 茂正氏	定員:成人50名	
10月10日(月・祝)13:30~15:00 輝く瞳に会いに行こう ~タイ北部山岳民族・アカ族支援~				定員	
10月17日(月)13:30~15:00	無瀬川 滋 氏	<sup>正員</sup> 8回成人 - 60名			
10月21日(金)10:00~11:30	10月21日(金)10:00~11:30 ●市政リレー講座● 神戸観光の魅力を探る~暮らすように旅する神戸~				
フェスティ 10月12日(水)13:30~15:00		オンラインの心理学 ~スマホ脳からeネゴシエーションまで~ 放送大学客員教授	米谷 淳氏	<sub>定員</sub> 各回 成人	
バル講演会 & 10月13日(木)13:30~15:00		小泉八雲と神戸 自治体国際政策研	究所 楠本 利夫 氏	150 名 体育館で開催	
老眼大学 補 講 10月14日(金)13:30~15:00		最先端の医療技術と産業を生み出す 「医療再生都市」 「細胞療法にて (公財) 神戸医療産業都市推進機構 井上 千浩 氏 細胞療法研究開発セン		上履き を お持ちください	

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

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

●抽 選:9月10日(土)(10日は申し込みを受け付けません)

●申 込 方 法:メール・電話・窓口

●結果発表:**9月11日(日)9時** ホームページ「新着情報」に

メールでの申込方法は 9月4日(日) ホームページ「新着情報」に掲載

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 9月11日(日)9時から先着順で申し込みを受け付けます。電話・窓口にお問い合わせください。

★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、午後 3 時の時点で夜間の講座)は中止となりま
- ★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/