

8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、「KOBEman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！熱い！アツ～い！」体験教室

開催日時	教室名	持ち物	対象・定員	材料費	市民講師
仕事や学校の帰りに 8月4日(木) 18:30～19:30	ズンバを踊って気分転換 ダンスブルなラテン音楽で60分踊りまくりましょう。 振り付けはシンプルだから見よう見まねでも動けます。 日頃のストレスや夏バテと一緒に吹き飛ばしましょう。	・動きやすい服装と靴 ・水分補給物 ・汗拭きタオル ・筆記用具	成人 15名	無料	真下 敬子 氏
8月5日(金) 10:00～11:30	初めての和太鼓 「楽しく叩く」がモットー。太鼓の構え方やバチの握り方など基本から指導します。身体を大きく動かしながら太鼓を叩いてみましょう。短い曲にも挑戦します。	・動きやすい服装 ・水分補給物 ・汗拭きタオル ・上履き(裸足可)・筆記用具	成人 10名	無料	山本 孝輝 氏
8月6日(土) 13:30～15:00	ウクレレをはじめてみませんか ウクレレは持ち運びやすく、やさしい音色の楽器です。初心者にもわかりやすく弾き方を説明します。	・ウクレレ(あれば) ・筆記用具	成人 8名	無料	加藤 明美 氏
8月9日(火) 13:30～14:30	色彩心理・カラーセラピー なにげなく見ている色を意識することで、今の心の状態や気分が気付きやすくなります。内面の色と形で自分らしさを発見！	・色鉛筆 or クレヨン (12色以上) ・筆記用具	成人 40名	無料	那須 恵子 氏
8月14日(日) 13:30～15:00	初心者のための楽しい英会話 和製英語や早口言葉など身近な英語を使い楽しく進めます。	・英和辞書 or スマートフォン (あれば) ・筆記用具	成人 20名	無料	エスター・タン 氏
8月17日(水) 13:30～15:30	親子で巣箱型貯金箱づくり 工具の安全な使い方を実習し、板材を切り木工用ボンド・釘で組み立てます。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。	・水分補給物 ・汗拭きタオル ・持ち帰り用袋 ・筆記用具	親子 10組 小学校 低学年	500円	栗岡 俊春 氏
8月19日(金) 10:30～11:30	初めての簡単ダンス だれでもすぐに踊れます！音楽に合わせてみんなで身体を動かすことはとても楽しいですよ。若返り効果絶大。	・動きやすい服装と靴 ・水分補給物 ・汗拭きタオル・筆記用具	成人 15名	無料	好田 紀子 氏

■■■ 講演会 ■■■

8月7日(日) 13:30～15:00	お金の殖やし方(資産防衛方法)	・筆記用具	成人 50名	無料	盛久 公貴 氏
8月16日(火) 10:00～11:30	市政リレー講座「くらしと環境シリーズ」 感じたことありますか？ 生きものによる自然の恵み ～生物多様性が支える私たちの生活～	・筆記用具	成人 60名	無料	神戸市職員
8月22日(月) 13:30～15:00	ふるさとの歴史講座 神戸の役所の物語	・筆記用具	成人 60名	無料	瀬川 滋 氏
8月23日(火) 14:00～15:30	●健康魅力講座● 知って得する長生き術 三つの健康！頭の健康・心の健康・体の健康	・筆記用具	成人 60名	無料	小澤 輝郎 氏

●健康づくり推進機構 BTB 共催 こうべ元気体操教室

8月8日・22日(月) 10:30～11:30	産後ママの運動	対象：3～12か月の乳幼児の親子 12組	・動きやすい服装・水分補給物 ・汗拭きタオル・筆記用具
-------------------------	----------------	----------------------	--------------------------------

◆◆◆8月開催 一日体験教室の申し込みは 7月5日(火)9時から 受け付け開始です◆◆◆

●申込受付期間：7月5日(火)9時から9日(土)21時

●抽 選：7月10日(日)

●申 込 方 法：メール・電話・窓口

●結果発表：7月11日(月)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7月11日(月)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。

★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。

★応募者が少ないなどの理由で体験教室を中止することがあります。その場合は個別に電話連絡差し上げます。

★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。

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/>