

カワイイ体育教室

マット・鉄棒・跳び箱・縄・ボール
などを使用し楽しく体を動か
す教室です。ぜひ一度体験
レッスンにお越しください！

- 水曜日
- 幼児・児童混合
- 児童

15:30～16:30

●

16:30～17:30

クラシックバレエ

優しい
バレエクササイズ

◆第4土曜 14:00～

バーレツン&ストレッチ&筋力で体幹鍛え、
骨盤を整えエレガントに心に磨きをかけましょう。

キッズ・親子
クラス

●木曜 16:30～ (お子様のみ可)
●土曜 15:00～

豊かな情操教育と成功体験を重んじるお子様に。
ママも凛とした綺麗なスタイルに身変りしていきますよ。

ジュニア一般クラス

●木曜 17:30～ (親子可)
●土曜 16:00～

綺麗になりたい! ステージに立ちたい!
トウシューズを履きたい! コンクールに出たい!
あなたの素敵な夢を一つ一つ形に。

体験随時



こども書道

- 木曜日 15:00~18:30
- 金曜日 15:00~18:30
- 土曜日 16:00~18:30

幼児・小学生
毛筆・硬筆

中学生・高校生
毛筆・硬筆・かな

★4人に1人は書初めに選出(24)

★展覧会で多数の方が受賞 etc

文字が読めない、書けないお子さまも
一度ご相談ください。

無料体験



キッズダンス

はじめてだって大丈夫☆Let's enjoy dancing ☆

- 第1・2・3土曜日
 - ◆ 小4年生～
 - 4,125円（税込）
 - 13:00～13:50
 - ◆ 年長～小学低学年
 - 3,300円（税込）
 - 13:50～14:30

■ 講師 中井 くに子

ストレッチ&ジャズダンス入門

基本的なエクササイズやストレッチ、簡単なステップをひとつずつゆっくり積み重ねて、楽しく踊りましょう！

- 月曜日 11:30～12:30
- 金曜日 12:45～13:45
- ◆受講料：5,500円(税込)
週 2回 7,700円(税込)

■講師 中井 くに子

A photograph showing three people in a dance studio. A man in a green shirt and black pants is in the foreground, performing a dance move. Two women in white shirts and light blue pants are standing behind him, also in dance poses. The studio has a wooden floor and large windows in the background.

健 康 体 操

- ・自宅でなかなか運動できない
- ・腰や肩こり膝の痛みがでてきた
- ・筋力体力が落ちてきた
- ・低体温で冷え性が気になる

そんなお悩みをリハビリの専門家が解決します！

※ご希望の方には体操後個別にてパーソナルストレッチも承ります。

是非お気軽に体験にお越し下さい。

体験随時

◆受講料：3,300円(税込)

■講師 松下 慎一
(理学療法士)

整体 ヨガ

心や体のトラブルの答えをヨガで見つけましょう！
年齢や体の硬さを気にせず体験してみてください。
お待ちしております！

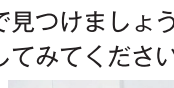
●月曜日
10:30~12:00
18:30~20:00

◆受講料
6,380円(税込)

■講師 桑原 圭子
山本ヨガ研究所

**体験
随時**

要予約



リラクソヨガ・健康ヨガティス

ゆったりヨーガ

初めてでも、身体がかたくても大丈夫。
 ゆったりとした動きと、深い呼吸
 で、心も身体もリラックス。
 まずは体験から、お気軽に
 お申込みください♪

●月曜日 月3回
 13:00 ~ 14:15

◆受講料：4,950 円(税込)

■講師 梁瀬 可奈



体験随時

楽しくハモって歌おう！

コーラスが初めての方もシニアの方も、一週間に一度お腹から大きな声を出して歌ってみませんか。

童謡・唱歌からポピュラーソングまで馴染みの曲が一杯。

一緒に素敵な時間を過ごしましょう！

- 水曜日
- 10:00 ~ 11:30
- ◆受講料
- 6,600円(税込)
- 講師 沢田 真智子

(神戸市浪声会合唱団、元所属ピアニスト)

認知症予防発声

認知症予防 若さを保つ！健康発声法

× 声に自信がない… × 滑舌が悪い… × 人前で話すのが苦手…
そんなお悩みをお持ちのあなたへ
フリーアナウンサーが教える発声練習で、脳を活性化！しませんか

- ◎ 腹式呼吸で、響きのある声に！
- ◎ 滑舌練習で、ハキハキと自信のある声に！
- ◎ 表現力アップで、コミュニケーションもスムーズに！ 手鏡持参

● 第2・4金曜日 10:00～11:00
◆ 受講料：5,500円(税込)
■ 講師 フリーアナウンサー 山口 さおり



詩 吟

詩吟を楽しんでみませんか
漢詩で詠まれたボエムです
日本独特の節回りで
ゆったりとお腹の底から
声を出して吟じます
ストレス発散にも成って
声が返ります

● 第 2 ・ 4 土曜日
12:30 ~ 14:00

◆受講料：4,400 円(税込) ■講師 山添 祥翠

偶成
少年老いやすく学成り難し
一寸の光陰軽んず可からず
未だ覚めず池邊春草の夢
階前の橘葉已に秋聲

朱 熹

池坊

伝統の池坊のいけばなを習ってみませんか

お子様、学生、社会人、以前他流派経験者など性別も問いません。まずは体験にお越しください。

● 第1・3 火曜日
12:30 ~ 14:30

● 第2 土曜日
13:00 ~ 15:00

体験随時
(要予約)

花也
1,100円(税込)

ハサミ・器貸出可

◆ 受講料
月2回 4,400円 (税込)
月1回 2,750円 (税込)

■ 講師 竹中 一永

ソフト粘土(クレイクラフト)

粘土でお花クラフト

オリジナルインテリア雑貨を
楽しく手作りしましょう

- 第1・3水曜日 10:00~12:00
- ◆ 受講料：4,400円(税込) 材料費別
- 講師 酒井 佳子
(クレイクラフト認定講師)

体験随時(要予約)

体験料：1,100円(税込) 材料費：500円(税込)

朗読を楽しもう！

大人の朗読

文章を声に出して読むことにより、脳が活性化し、滑舌もよくなり、コミュニケーション力や心身の健康度がアップ！
どなたでも歓迎です。

●第2火曜日 13:40～15:30 ◆受講料
第3土曜日 14:40～16:30 2,200円(税込)

中学生の国語と朗読教室

文法や読解力を学ぶと同時に自分の考えや気持ちを他者に伝える言葉の力を養います。国語嫌いや不登校の人も歓迎！

●第3土曜日 16:40～17:50
◆受講料 1,650円(税込)

■講師 三谷 雅子

(一社)日本朗読検定協会 認定プロフェッサー 元塾国語講師



己 書 (おのれしょ)

筆ペンでかたちにとらわれず自由でおもしろい文字を楽しく描いてみませんか？描く人も見る人もほっこりと温かい気持ちにさせてくれます。

● 第3木曜日
 10:00～12:00
 13:00～15:00

◆ 受講料：2,200 円(税込) 持ち物 筆ペン
 ■ 講師 金田 訓子 日本己書道場師範

一般書道・実用書道・ペン習字

墨の香の中で楽しみませんか

**新規講座
講師募集中!**

**部屋貸し有
(要予約)**

GCC 学園都市カルチャーセンター

〒651-2103 神戸市西区学園西町1丁目5 キャンパススクエア東館2F

ホームページにて情報更新中! 学園都市カルチャーセンター 検索

各種SNSも
やっています♪ Instagram

お問合せは>>>>>>>
TEL・FAX 078-792-6161

こども教室

そろばん	入門～4級 3級以上	月・木	15:35～16:40 16:45～17:35	6,600円 (週1回5,500円)	下土居 修一
児童造形・ 絵画教室	第2・3・4水		14:45～17:45	3,850円	只野 薫
こども絵画教室	年中～	金	15:00～18:00	3,850円	一水会運営委員・ 日本美術家連盟会員 笠井 隆良
こども書道		木 金 土	15:00～18:30 15:00～18:30 16:00～18:30	幼～中学生 3,300円 高校生 4,400円	徳網 春苑 石井 翠媛 徳網 春紀 大前 好梢
キッズ英会話	初級・中級 中級・上級	第2・4火	16:00～16:50 17:00～17:50	5,500円	Global Kids English Club 講師

New
9月
開講

AIのはじめ方		第2火	17:00～17:50	2,200円	阪本 浩介
お絵描きde プログラミング	園児～低学年	第1金	15:45～16:30	2,200円 ※3名以上で開講	
入門!超小型の コンピュータ	4年生～	第1・3金	16:00～17:00	4,400円 ※3名以上で開講	
初級! 電子工作	中学生～	第1・3金	17:30～18:40	6,600円 ※3名以上で開講	NPO法人 神戸ロボット クラブ講師
初心者向け ドローンとプログラミング	小学1年生～	第1・3土	18:00～18:50	5,500円 ※3名以上で開講	
Pythonで学ぶ プログラミング講座	中学生～	第1・3土	19:00～19:50	4,400円 ※3名以上で開講	

New

朗読を楽しもう! 中学生の国語&朗読		第3土	16:40～17:50	1,650円	日本朗読検定協会 認定「プロフェッサー」 三谷 雅子
Happyバレエ	1年生～3年生 4年生以上	月	16:00～17:00 17:00～18:15	5,500円 6,600円	木田 雅子
クラシックバレエ	キッズ・親子 ジュニア・一般	木	16:30～17:30 17:30～18:30	7,150円 11,000円 (週2回)	DOI BALLET 土井 多佳子
	キッズ・親子 ジュニア・一般	土	15:00～16:00 16:00～17:00	11,000円 (親子2名)	

カワイ体育教室	幼児・児童混合 児童	水	15:30～16:30 16:30～17:30	6,600円	カワイ体育教室 専任講師
生活に役立つ 合気道	小・中学生	金	19:15～20:30	5,500円	寺崎 秀行
古武道 (大東流合気柔術)	小1～中3	月3回日	9:30～10:30	3,850円	吉田 英洋 吉田 浩子
子どもの ハワイアンフラ	小・中学生	水	17:50～18:50	5,500円	前田 美香
ヒップホップ&レゲエ		水	18:30～19:30	3,300円	HIMAWARI
みんなのダンス	キッズ(年中～小2) ジュニア(小3～)	金	17:15～18:00 18:10～19:20	4,400円 5,280円	non
キッズダンス	小4年生～ 年長～小学低学年	第1・2・3 土	13:00～13:50 13:50～14:30	4,125円 3,300円	フリーダム所属 インストラクター 中井 くに子
親子お料理教室	2歳～未就学児	第4月	15:30～17:30	4,400円	神戸親子遊び 推進協会認定講師 とことこ®こども お料理教室 Lani
こどもお料理教室	5歳～小学生	第1又は第3 土	10:00～12:00	3,300円	森本 理加

工芸・手芸

欧風木彫	第2・4火	10:00～12:00	3,850円	中山 孝子
ソフト粘土 (クレイクラフト)	第1・3水	10:00～12:00	4,400円	酒井 佳子
アーティフィシャル フラワーリース	第2水	10:00～12:00	1,650円	hanchan (岡真澄)
スタンドグラス	第1・3木 第2・4金	10:00～12:15	4,400円	黒澤 恭子
ビーズアクセサリー オートクチュール刺繍	第1・3金	10:00～12:00	3,300円	松井 亜紀子
柿渋染め/ 柿渋クラフト教室	第1・3金	10:00～12:30	4,400円	堀江 節子
ジョストポ・マルチローディング・ トール&デコラティブペイント	第2又は第4土	10:00～15:00	4,400円 ジョストポ認定コース 6,600円	鈴木 ひとみ

健康・武道

ピラティス		月3回月	10:00～11:15	5,500円	富松 純子
健康で魅力的な体作り ピラティス		木	13:00～14:00	7,480円	津田 優子
整体ヨガ		月	10:30～12:00 18:30～20:00	6,380円	山本ヨガ研究所 桑原 圭子
ゆったりヨーガ		月3回月	13:00～14:15	4,950円	梁瀬 可奈
アロマ健康ヨガ		木	18:30～20:00	6,050円	NPO法人 国際ヨガ協会神戸支部長 小湊 育世
骨盤リカバリヨーガ		第2・4火	19:00～20:20	3,300円	RYT200・骨盤底筋 リカバリーヨガ認定講師 村木 真理
		第1・3・4金	9:50～11:10	4,400円	

ヨガ ～健康ときれいのために～		第1・2・3金	11:30～12:30	4,400円	Kobe Yoga Style 認定講師 長井 ゆみ
やさしいヨーガ		金	19:45～20:45	5,500円 (月3回 4,400円)	柴田 愛子

リラックスヨガ	男性	土	9:50～10:50	5,940円 月3回 月4回 7,480円	有田 佳子
健康ヨガティス	女性	土	11:00～12:00		

～ゆるむ・ととのう～ セルフケア整体	第2・4木	14:30～15:45	3,300円	田中 明美
-----------------------	-------	-------------	--------	-------

健康体操	第1・3木	14:30～15:45 15:55～16:05	3,300円	理学療法士 松下 慎一
		1回 1,650円 予約制 個別ストレッチ		

楽しいリズム体操	土	9:50～11:00	4,400円	NPO法人 AVA 健康 Labo 平田 和美
----------	---	------------	--------	-------------------------------

花架拳	第1・3金	12:00～13:30	4,400円	石津 貴子
-----	-------	-------------	--------	-------

ゆったり太極拳	第1・2・3土	11:15～12:45	4,400円	(社)日本気術太極拳連盟 公認A級指導員 西尾 洋子
---------	---------	-------------	--------	----------------------------------

生活に役立つ 合気道	金	19:15～20:30	5,500円	寺崎 秀行
古武道 (大東流合気柔術)	月3回日	10:30～12:00	5,500円	吉田 英洋 吉田 浩子

茶道・華道・フラワー

テーブル 煎茶	第1木	10:00～12:00	2,200円 定員4名	岸本 香智 橋本 香美
季節のリース★ 花と緑のクラフト	第2火	10:00～12:00	1,650円	新田 佐和子
池坊	第1・3火 第4土	12:30～14:30 13:00～15:00	月2回 4,400円 月1回 2,750円	竹中 一永
小原流	第1・3土	13:30～17:30	3,960円 1回コース有	林 豊紀 河原 美智子
手作りブリザーブド フラワー	第4木	10:15～12:00	1,650円	IFAブリザーブドフラワー 日本(イオフラワ)歌謡講師 山田 容子
フラワー ディスプレイ	第1・3水	10:00～12:30	3,300円	神戸フラワーデザイン アカデミー 主宰 木下 鈴代
ブリザーブドフラワー &フレッシュフラワー アレンジメント	第2・4土	10:00～12:00	3,300円 月1回 2,200円	澤崎 潤美

語学

中国語	金	19:00～20:00	6,050円	殷 劼
ドイツ語	第2・4水	10:00～11:00	11,000円 個別相談	伊藤 絵理子

New
9月
開講

料理

グルテンフリーの 米粉パン		10:00～12:30 第2月 11:00～13:30 New 12:30～15:00	3,300円	井上 亜希子
ぬか漬け	第3水	10:00～12:30	9,900円 全3回コース 一括支払い29,700円	Shiinuka 認定講師 ぬか漬けコンシェルジュ® 森本 理加

バレエ・ダンス

大人のバレエ クラシック		月 火	19:00～20:30 13:00～14:30	7,150円	堺 登世子
美容バレエ	ブレバレエクラス 初級クラス 一般クラス トゥシューズクラス		12:00～12:50 12:20～13:30 12:20～14:00 12:20～14:30	4,950円 4,950円 6,050円 9,350円	木田 雅子
優しい美容バレエ		第4土	14:00～15:00	2,530円	DOI BALLET 土井 多佳子
Ballet Stick&Cloth		第1・2・3火	11:45～12:45	5,500円	木田 雅子

K-POP&Hiphop		火	19:00～20:30	6,600円 親子 9,900円	流行宣言・R Dance Studio 山本 秀子
--------------	--	---	-------------	---------------------	---------------------------------

ゆる楽 ダンスエクササイズ		木	10:00～11:00	5,500円 親子 8,800円	non
------------------	--	---	-------------	---------------------	-----

ZUMBA		金	14:10～15:00	5,940円	ナターシャ (日本人講師)
-------	--	---	-------------	--------	------------------

Free Style Dance		木	19:00～20:15	5,500円	谷口 実奈子
---------------------	--	---	-------------	--------	--------

ストレッチ& ジャズダンス入門		月 金	11:30～12:30 12:45～13:45	5,500円 週2回 7,700円	フリーダム所属 インストラクター 中井 くに子
--------------------	--	--------	----------------------------	----------------------	-------------------------------

ジャズダンス	第1・2・3土	17:45～19:00	5,500円	ダンスカンパニー フリーダム主宰 鷲野 里美
--------	---------	-------------	--------	------------------------------

ハワイアンフラ		水	18:50～20:20	8,800円	前田 美香
---------	--	---	-------------	--------	-------

はじめましてフラ	初級クラス 親子クラス 上級クラス	第2・4日	9:30～10:30 9:30～10:30 10:30～11:45	3,300円 4,400円 4,400円	ケ・アラスクール オブ フラ アラカイ 田中 福美
----------	-------------------------	-------	---	----------------------------	---------------------------------

おとなの ベリーダンス	第1・2・3土	19:15～20:45	6,765円	ファティマ
----------------	---------	-------------	--------	-------

剣舞・詩舞・新舞踊	第2・4火	10:00～11:30	5,500円	木村 如抄
-----------	-------	-------------	--------	-------

音楽

歌謡レッスン	第2・4月	12:15～14:00	4,400円	花・ひろがりの会 織田 礼子
ボーカル・ボイス トレーニング	第2・4木	10:30～11:45	4,950円	川崎 恵子
楽しく ハモって歌おう!	水	10:00～11:30	6,600円	神戸市遊声合唱団 元専属ピアノスト 沢田 真智子

認知症予防発声	第2・4金	10:00～11:00	5,500円	フリーアナウンサー 山口 さおり
---------	-------	-------------	--------	---------------------

アコースティック ギター	月2回	16:00～19:20	6,600円 個別指導 (40分)	中村 雄
-----------------	-----	-------------	----------------------	------

詩吟	第2・4土	12:30～14:00	4,400円	山添 祥翠
----	-------	-------------	--------	-------

二胡を楽しむ	第1・3火	10:00～11:00	6,600円	山住 のりこ
--------	-------	-------------	--------	--------

クラシックギター (無料貸しギターあり)	第1・3火 第1・3土 第2・4土	14:50～18:30 16:15～20:00 16:15～20:00	5,500円 個別指導 (40分)	長野 武
-------------------------	-------------------------	---	----------------------	------

琴城流大正琴	第2・4火	10:00～12:00	4,400円	岡本 育子
--------	-------	-------------	--------	-------

カリンバ	第2火	13:00～14:00	2,750円	OKS ベーシック 認定講師 金光 奈穂
------	-----	-------------	--------	----------------------------

クラリネット	第2・4火	13:00～16:45	6,600円 個別指導 (30分)	鵜飼 敦子
--------	-------	-------------	----------------------	-------

ウクレレ弾き語り	Mahina(月) Anuenue(虹) 第1・3火 Lehua(レファ)	10:00～11:15 11:30～12:45 13:00～14:15	4,400円	Mika (小岩 美香)
----------	---	---	--------	-----------------

ハワイアンソングと ウクレレ	第2・4水	12:30～14:00	4,400円	河田 信秀
-------------------	-------	-------------	--------	-------

和みの音色 オカリナ	初級・中級 6穴・初級 個人6穴(30分)	第1・3火	14:55～15:55 16:00～16:50 17:00～18:30	4,950円	デュオ [cocoqoo] 長野 あきよ
---------------	-----------------------------	-------	---	--------	----------------------------

趣味・娯楽・実用

手結び着付	第1・3火	10:00～12:00	3,300円	村上 多津子
-------	-------	-------------	--------	--------

セルフレ ジェルネイル	第1・3火	19:00～20:30	4,400円	安部 真悠
----------------	-------	-------------	--------	-------

初心者からの ワクワククラッピング	第2火	10:00～12:00	3,300円	田中 直美
----------------------	-----	-------------	--------	-------

俳句のゆかり	第4金	13:30～15:30	2,750円	高橋 純子
--------	-----	-------------	--------	-------

朗読を楽しもう! 大人の朗読	第2火 第3土	13:40～15:30 14:40～16:30	2,200円	三谷 雅子
-------------------	------------	----------------------------	--------	-------

New
9月
開講

お金の貯め方と運用	第2金	13:00～14:30	1,100円	1級FP技能士 こだま
-----------	-----	-------------	--------	----------------

やさしい占い	やさしい算命学 手相(随時)	第2木	10:00～11:30 11:40～13:10	各 3,850円 ※2名以上で開講 ※12回コース	井元 厚子
	易占タロット	第4木	14:10～15:40	3,850円	

New
9月
開講

仕事に使えるAI講座	第2火	19:00～19:50	3,300円	阪本 浩介
------------	-----	-------------	--------	-------

パソコン・スマホ タブレット 個人レッスン	水 土	13:00～21:00 17:00～21:00	1回50分 月1回 4,400円 月2回 7,700円 1回100分 7,700円	本格!パソコン プライベートレッスン 講師
-----------------------------	--------	----------------------------	---	-----------------------------

シニア歓迎 初めてのプログラミング	第1金	13:00～13:50	2,200円 ※3名以上で開講	
----------------------	-----	-------------	--------------------	--

入門!超小型の コンピュータ	第1・3金	16:00～17:00	4,400円 ※3名以上で開講	
-------------------	-------	-------------	--------------------	--

大人のための 簡単な電子工作	第1・3金	18:50～20:00	6,600円 ※3名以上で開講	NPO法人 神戸ロボット クラブ講師
-------------------	-------	-------------	--------------------	--------------------------

初心者向けドローンと プログラミング	第1・3土	18:00～18:50	5,500円 ※3名以上で開講	
-----------------------	-------	-------------	--------------------	--

Pythonで学ぶ プログラミング講座	第1・3土	19:00～19:50	4,400円 ※3名以上で開講	
------------------------	-------	-------------	--------------------	--

書道・絵画

書を愉しむ	第1・3月	12:30～14:30	4,400円	根本 桃南
-------	-------	-------------	--------	-------

一般書道 実用書習字	第1・2・3水	10:00～14:00	6,600円 6,600円 5,500円	石井 翠媛
---------------	---------	-------------	----------------------------	-------

スケッチ講座	第1・3月	12:30～14:30	5,500円	小林 昌市
--------	-------	-------------	--------	-------

笑顔になる パステルアート	第4水	10:00～12:00	2,200円	日本パステル ホープアート協会 岸田 令枝
------------------	-----	-------------	--------	-----------------------------

日本画	第1・3木	10:00～12:30	4,400円	日展会友 京都日本画家協会 前田 恭子
-----	-------	-------------	--------	---------------------------

己書(おのれしょ)	第3木 New	10:00～12:00 13:00～15:00	2,200円	日本己書道場師範 金田 訓子
-----------	------------	----------------------------	--------	-------------------

楽しむ紙 絵手紙	第2・4木	10:00～12:00	3,850円	日本絵手紙協会 講師 松尾 妙子
-------------	-------	-------------	--------	------------------------

水彩画(洋画)	第2・4金	10:00～13:00	4,400円	一水会運営委員 日本美術家連盟会員 笠井 隆良
---------	-------	-------------	--------	-------------------------------

油絵・パステル	第2・4土	13:00～15:30	4,400円	(社)光風会会員 兵庫県立芸術文化協会会員 石上 裕美
---------	-------	-------------	--------	-----------------------------------

新規講座
講師募集中!

部屋貸し有
(要予約)

お問合せは……

TEL・FAX

078-792-6161

〒651-2103

神戸市西区学園西町1丁目5

キャンパススクエア東館2F

