

# 主催講座のご案内と受講生募集

【"学びたい時が始めた時" 生涯学習のキッカケづくりに】

※随時、見学・無料体験できます。  
(事前予約必要)

ご入会および講座内容などのお問い合わせは、お気軽にセンターまでお申し出ください  
ほとんどの講座は途中入会できます ☎072-692-0800

※ホームページでも受講生募集内容をご覧になれます (QRコードはA面に記載しています)

空き待ちは只今定員に達しています。  
空き次第ご案内します



2024/4/1改訂 第29号【B面】

◎別途入会金1,000円必要

西阿武野コミュニティセンター

コース	曜日	講座名	開催週	時間	月謝	講師	募集状況	ワンポイント
カルチャーコース	月	ウクレレ	第2・4	13:00~14:30	2,000	加藤 公之	募集中	ハワイアン・ウクレレを楽しく演奏しましょう♪
		書道	第1・3	10:00~12:00	2,000	徳 弘 彰	空き待ち	字は心の鏡です。字のきれいな人は素直な心の持ち主です。
	火	アロマハーブクラフト教室 (午前)	第3	10:00~12:00	1,000	竹島 ゆかり	募集中	アロマの効能を学び、石鹸や香水など身近に使えるものを作ります。アロマの香りでリラックスしませんか? いやされますよ。
		アロマハーブクラフト教室 (午後)		13:30~15:30			募集中	
	火	西あぶコーラス	第1・3	13:30~15:30	1,500	福山 朋子	募集中	合唱曲、唱歌、童謡、抒情歌、思い出の曲が一杯です♪
		水彩画基礎 (火曜日)	第1・2	13:30~15:30	2,000	田中 厚視	若干名募集中	水彩画の基礎を学ぶ講座です。リンゴを描くことからスタートします。
	水	はじめよう英会話 (初級)	第1・2・3・4	10:00~11:15	2,500	ニエミ 博美	募集中	日常会話ができることを目指します。How are you? I'm Fine!
	木	フラワーアレンジメント&ブリザーブドフラワー	第1	10:00~12:00	1,000	久恒 和子	募集中	四季の花をあなたのお家と心に飾ってみませんか 花の美しさとやさしさを直接感じてみてください。
		水彩画教室 (午前)	第1・4	10:00~12:00	2,000	田中 厚視	若干名募集中	心に残る風景、静物、人物を白いキャンパスに映してみましょう。
		水彩画教室 (午後)		13:30~15:30	2,000		若干名募集中	
		水彩画基礎 (木曜日)	第2・3	13:30~15:30	2,000		若干名募集中	水彩画の基礎を学ぶ講座です。リンゴを描くことからスタートします。
	木	健康唱歌	第1	13:30~15:30	1,000	福山 朋子	募集中	嬉しい時、悲しい時、友と一緒にハミングした歌、故郷や仲間をしのび、あの懐かしい青春時代に歌声と共に戻ってみませんか?
昭和の歌を歌おう		第4	13:30~15:30	1,000	若干名募集中			
土	英会話 (英検準2級程度)	第1・2・3・4	14:30~15:45	2,500	ニエミ 博美	募集中	シンプルで分かりやすい英語で会話のキャッチボールを楽しみましょう	
	中国語中級	第1・2・3・4	14:30~16:00	2,500	熊野 健司	募集中	語学を学び その国の歴史と文化を知り人間を理解します。ニーハオ!	
健康コース	月	健康体操・自強術A	第1・2・3・4	9:45~11:00	2,000	岸本 明美	若干名募集中	全身の筋肉を動かし、ツボを刺激します。血流が改善し自己免疫力が高まる日本最古の健康体操です。(経験者)
		自力整体A	第1・2・3・4	13:15~14:45	2,000	大澤 陽子	空き待ち	慢性的な不調の改善と予防を目的とした自己治療法です。健康管理士の資格保有の先生が指導なさいます。
		自力整体B		15:00~16:30	2,000		若干名募集中	
	火	親子なかよしリトミック	第2・4	10:00~12:00	1,500	小西 敦子	募集中	乳・幼児とお母さんが一緒に遊びながら体を動かして楽しんでいます
		ゆがみリセット体操	第2・4	13:00~14:15	1,000	古閑 康佑	若干名募集中	さまざまな体操で体のゆがみをリセットして体調を整えます、実績32年
	水	ピラティス午前	第1・2・3	9:30~11:00	1,500	高木 奈津江	若干名募集中	講師の明るい声と笑顔に合わせて、徐々に体幹を鍛えていきましょう。健康のありがたみが実感できますよ!
		ピラティス午後	第1・2・3	13:00~14:30	1,500		空き待ち	
	木	フラダンス	第2・3・4	10:45~11:45	1,500	小林 悦子	募集中	波のゆったりした大きなうねりが、ダンスの基本の動きです
	木	ピラティス木曜	第2・3・4	13:00~14:30	1,500	高木 奈津江	空き待ち	超人気講座で欠員が出るまでお待ち頂くことになります。すみません。
	金	太極拳 (初級・中級)	第1・2・3	9:30~10:30	1,500	下西 幸願	募集中	筋力、筋肉の協調運動や柔軟性を学び身体バランスを強化します
		バランスヨガ	第1・2・3	10:00~11:15	2,000	綾野 香世	空き待ち	深呼吸しながら心地良く全身を伸ばし心身のバランスを整えましょう。
		なでしこ教室 (民踊)	第1・2・3・4	13:00~15:00	2,000	三宅 美雪	若干名募集中	いろんな民踊を楽しくお稽古し、運動不足を解消し笑顔になります。
	土	子ども体育教室 (A)	第2・4	9:15~10:30	1,500	古閑 康佑	空き待ち	小学生対象の体育教室です。身体の柔軟性を高め、体育を得意科目に!
		子ども体育教室 (B)		10:45~12:00	1,500		募集中	
		ゆがみリセット体操	第2・4	13:00~14:15	1,000	古閑 康佑	空き待ち	さまざまな体操で体のゆがみをリセットして体調を整えます、実績32年
		たのしい健康気功 (午前)	第1・3・4	10:45~12:15	1,500	渡辺 千庸美	空き待ち	気と血の巡りをよくし自然治癒力を高め、無理せず健康促進します。愉快的仲間とおしゃべりタイムが楽しいですよ。
たのしい健康気功 (午後)	第1・3・4	13:15~14:45	1,500	募集中				

