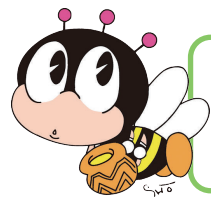


公民館春季講座の 応募について



公民館春季講座の申込締切は
4月23日(火) 17:00 ※往復はがきは当日必着
チラシを受け取ったときから申込が可能です。

申込方法

①PC、スマホから

以下2つのいずれかの方法で、
申込ページより申込。
①左のQRコードから
②「神戸市立公民館
講座インターネット申込」で検索

(<https://www.city.kobe.lg.jp/a41153/kominkaninternetmousikomi.html>)

- ・当選・落選結果は入力されたメールアドレスへ通知します。それに伴い、ドメインが@office.city.kobe.lg.jpからのメールが受け取れるよう受信設定してください。
- ・当選・落選結果が、迷惑メールフォルダー等に通知される場合があります。必ず迷惑メールフォルダー等もご確認ください。

【インターネット申込の流れ】

【STEP1】 講座申込
(申込者→神戸市イベント申込サイト)

【STEP2】 申込の受付完了メール
(神戸市イベント申込サイト→申込者)

注:このメールは当選メールではありません

【STEP3】 当選・落選メール(各公民館→申込者)
5月1日(水)までに発送

注:このメールで、当選・落選が決定

②直接公民館へ

当落通知返信用63円のはがき持参
(ご自宅の宛名を明記し、裏は記入しない)
各公民館の受付曜日が異なります。
ご確認ください。

住之江

火曜日～日曜日
午前9時～午後5時
〔月・祝 休館〕

葺合・清風・長田 南須磨・東垂水 玉津南

月曜日～土曜日
午前9時～午後5時
〔日・祝 休館〕

1講座につき1枚のはがきで

返信用はがき(おもて) 返信用はがき(うら)

63円 返信	〇〇〇〇〇〇〇〇	〇〇〇〇〇〇〇〇
参加者の住所	参加者の名前	③ この面には、何も書かないでください。

③往復はがきで

往信用に 講座記号・講座名・住所・参加者の名前(ふりがな)・年齢・性別・電話番号(携帯等)

返信用に ご自宅の郵便番号・住所・参加者名

1講座につき1枚のはがきで

往信用(おもて) 返信用(うら)

63円 返信	〇〇〇〇〇〇〇〇	〇〇〇〇〇〇〇〇
(応募先の公民館名)	参加者の住所	③ この面には、何も書かないでください。

注:消すことができるボールペンは
使用しないでください。

返信用(おもて) 往信用(うら)

63円 返信	〇〇〇〇〇〇〇〇	〇〇〇〇〇〇〇〇
参加者の住所	参加者の名前	③ この面には、何も書かないでください。

◎申込にあたっての注意事項

- ・1講座につき、申込は1回に限ります。同一日の時間が重なる講座への応募はできません。
- ・応募者が多数の場合は抽選になります。抽選結果は、5月1日(水)までに発送予定です。少数の場合は講座を中止することがあります。なお、結果通知のはがきやメールが届かない場合は、応募先の公民館にご連絡ください。
- ・キャンセルの場合は、必ず応募先の公民館にご連絡ください。
- ・キャンセルの場合は、原則教材費をいただきます。
- ・複数日に分けて開催する講座において欠席された場合は、その分の教材費を減額・返却することはできません。
- ・バリアフリーの状況については、各公民館にお問い合わせください。
- ・やむを得ず中止とする場合があります。ご了承ください。
- ・収集した個人情報は、講座の運営以外には使用しません。

お問い合わせは 各公民館まで

住之江公民館

〒658-0053 東灘区住吉宮町2-2-3
Tel.078-822-1300
Fax.078-822-7037

葺合公民館

〒651-0081 中央区真砂通2-1-1
Tel.078-232-4026
Fax.078-232-4028

清風公民館

〒650-0017 中央区楠町8-10-3
Tel.078-371-3319
Fax.078-371-3327

長田公民館

〒653-0004 長田区四番町4-51
Tel.078-575-1374
Fax.078-575-1785

南須磨公民館

〒654-0038 須磨区青葉町2-2-3
Tel.078-735-2770
Fax.078-735-2782

東垂水公民館

〒655-0886 垂水区東垂水1-1-1
Tel.078-753-5025
Fax.078-753-0191

玉津南公民館

〒651-2126 西区玉津町上池314
Tel.078-914-4300
Fax.078-914-8277

KOBE
UNESCO City of Design

みんなの「やってみよう」を応援する公民館に「行ってみよう」

神戸市立公民館

住之江 葺合 清風 長田 南須磨 東垂水 玉津南

2024年 春季講座

受講生募集

各館主催講座

各施設の情報は、ホームページでもご覧になれます。

- ※★印は公民館登録グループが講師となり、日頃の活動を体験していただく講座(学習還元講座)です。
- 活動を気に入っていただいた方は、グループに入会することもできます。
- ※SDGsの印は公民館のSDGs(持続可能な開発目標)講座です。
- ※参加費は受講料と教材費を合わせた料金です。

【住之江公民館】 〒658-0053 東灘区住吉宮町2-2-3 Tel 078-822-1300

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
1	健康な毎日を目指して! 「背骨コンディショニング」 SDGs	6/6	木	10:30~11:30	一般	10名	1回	無料	清水 木綿子	腰痛、坐骨神経痛、股関節痛、肩こり、冷え症、膝痛等の症状の改善を目指します。仙骨枕を使って自己治癒力を回復させる誰にでもできる体操です。気軽に参加してください。
2	「睡眠」と「健康」の知恵袋 SDGs	6/13・20	木	10:00~11:30	一般	30名	2回	無料	明治安田生命	よい睡眠をとるためのポイント。寝具選びのポイント。よい睡眠をとるための睡眠環境。「夜中に目が覚めてしまう」、「なかなか寝付けない」等のお悩み別の解決方法を紹介します。
3	「日本のこころ」を学ぶ ～伝統の酒造りの世界～ SDGs	6/15	土	13:30~15:00	一般	30名	1回	無料	白鶴酒造株式会社 執行役員生産本部長 伴 光博 他	白鶴酒造資料館(阪神住吉駅徒歩約5分)で実施します。脈々と継承されてきた伝統の酒造りの一部始終を杜氏の方の講演と資料館見学を通してふれていただきます。
4	笑顔になるパステルアート SDGs	6/28	金	10:00~11:30	一般	10名	1回	600円	岸田 令枝	「え?簡単に絵が出来るって本当?」パステルの粉を削って、指でくるくる紙に擦ってみると...色んな色や形が出来て、絵が完成します。ぜひ体験してみませんか?

【葺合公民館】 〒651-0081 中央区真砂通2-1-1 Tel 078-232-4026

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
5	★コサージュづくり	5/9	木	10:00~12:00	一般	10名	1回	300円	ハッピーニットふきあい (公民館登録グループ)	幅の広いリボンを使ってコサージュを作りましょう
6	★卓球体験教室	5/17	金	10:00~12:00	一般	10名	1回	無料	卓球A (公民館登録グループ)	卓球、始めてみませんか?楽しい仲間が待っています。
7	プリザーブドフラワーを使って	5/24	金	14:00~16:00	一般	10名	1回	1000円	北口 由紀江	プリザーブドフラワーを使ってあなただけの置物を作ってみませんか。

【清風公民館】 〒650-0017 中央区楠町8-10-3 Tel 078-371-3319

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
8	★健康講座 SDGs	5/14・21・28 6/4・11・18・25	火	10:00~12:00	高齢者	20名	7回	無料	荒牧英樹 公民館登録グループ 他	様々な健康法や体操を体験して、健康を維持しましょう。
9	ローズウィンドウ 紙のステンドグラス	5/15・22	水	13:30~15:30	一般	12名	2回	1300円	秋田直美	薄紙を重ね合わせて作る光の色彩を楽しむアート
10	いきがい講座	5/16・23・30 6/6・13・20・27	木	10:00~12:00	一般	30名	7回	700円	酒井丈子 他	多彩な講師による講義。人生を深く楽しくするヒント満載。
11	★ちよこボラ「手話入門」	5/20・27 6/3・10・17・24	月	13:30~15:30	一般	16名	6回	無料	岡野美里と 公民館登録グループ	手から生まれる素敵な言葉、手話を基礎から学びましょう。
12	古代のメインロードを探る	6/5・12	水	13:30~15:30	一般	10名	2回	無料	谷正俊・須藤宏 清風公民館 学芸員	奈良・平安時代に都から大宰府に至る幹線道路(山陽道)について、深江北町遺跡の調査成果から学びます。6月5日 公民館での講義 6月12日 神戸市埋蔵文化財センター見学
13	観光英語入門ちょっと道案内で きたらいいな	6/14・21・28	金	13:30~15:30	一般	10名	3回	無料	桐山真奈美	ガイドの視点で観光英語をやさしく学びます。

申込は、各公民館へ

【長田公民館】 〒653-0004 長田区四番町 4-51 Tel 078-575-1374

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
14	小澤輝郎の年中行事の話	5/15・22・29 6/5・12・19・26 7/3	水	15:00~16:30	一般	30名	8回	無料	小澤 輝郎	この日に何があったのか、起きたのか、分かりやすく学べます。
15	深めよう和の心 着付け入門	5/16・23・30 6/6・13・20・27 7/4	木	9:30~11:30	一般 女性	10名	8回	無料	尾島 博子	着付けからマナーまで、幅広く深く学べます。受け継がれてきた和の心をつなぎます。
16	ウォーキング・正しい姿勢と歩き方	5/17 6/14 7/5	金	13:30~15:00	一般	30名	3回	無料	荒牧 英樹	歩くことで免疫力アップ! 100歳でも姿勢よく、歩ける体作りを目指します。歩活(あるかつ)で、健康長寿を目指します。
17	★はじめよう!リズム体操	6/8	土	10:00~12:00	一般	5名	1回	無料	リズム体操 (公民館登録グループ)	音楽に合わせて、ダンスやストレッチを行います。年をとっても動ける体づくりをしませんか。若い気持ちで、若々しい体をめざして、楽しく一緒に体を動かしましょう。

【南須磨公民館】 〒654-0038 須磨区青葉町 2-2-3 Tel 078-735-2770

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
18	★楽しい手話入門 (全6回)	5/15・22・29 6/5・12・19	水	14:00~16:00	一般	15名	6回	無料	岡野 美里と 公民館登録グループ	手話で簡単な挨拶・自己紹介などができるように、手話の基本を学びます。
19	★トワイライト陶芸入門	5/20 6/3・17	月	18:00~20:00	一般	10名	3回	1600円	西脇 正明と 公民館登録グループ	仕事帰りに陶芸はどうですか?器やお皿など、みんなで和気あいあいと作っていきましょう!
20	須磨のなるほど歴史話	5/21 (座学) 5/28 (ウォーク) (予備 6/4)	火	10:00~12:00	一般	15名	2回	無料	須磨歴史倶楽部 会長 西海 淳二	今年のNHK大河ドラマは紫式部。今回のテーマは「須磨と紫式部」です。現光寺をメインとした約5キロの歴史巡りです。
21	大人キレイ ストレッチ!	5/23	木	13:30~15:00	一般	20名	1回	無料	八田 陽子	運動経験のない方や高齢者の方でも大丈夫な、ストレッチを中心とした健康体操です。
22	★親子で遊ぼう!リトミック!	5/30	木	10:00~12:00	親子 (幼児)	15組	1回	無料	おひさま&芝田裕子 (公民館登録グループ)	親子で歌ったり、運動したり、絵本の読み聞かせをしたり、みんなで楽しい時間を過ごしましょう!

【東垂水公民館】 〒655-0886 垂水区東垂水 1-1-1 Tel 078-753-5025

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
23	みんなで楽しく! 青春のメロディー	5/7・14・ 21・28	火	10:00~11:30	高齢者	30名	4回	無料	大東 知子	懐かしのメロディーを聴いたり歌ったりしてリズムを感じ、心も体もリフレッシュしましょう!
24	一緒に作ろう!折り紙 (昔遊び伝承びと養成講座)	5/8・15・ 22・29	水	13:30~15:00	一般	24名	4回	無料	酒井 丈子	季節の折り紙作品を作ってみませんか。
25	今から、取り組もう!防災講座 SDGs	5/10・17・31	金	13:30~15:00	一般	20名	3回	無料	明治安田生命	地震や台風・大雨など、災害への備えは重要です。「日々の備え」から家族の防災力を高めるためのポイントなどを紹介します。
26	郷土の歴史 (最終回は歴史ウォーク 13:30 ~16:00の予定)	5/15・22・29 6/5	水	10:30~12:00	一般	20名	4回	無料	瀬川 滋	郷土の歴史シリーズとして「神戸の水の物語」、「有馬温泉の物語」、「長田の郷(長田~須磨)の物語」を語ります。最終回は長田神社から駒ヶ林までの歴史ウォークです。

【玉津南公民館】 〒651-2126 西区玉津町上池 314 Tel 078-914-4300

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
27	★健康体操	5/22	水	14:00~16:00	一般	5名	1回	無料	健康体操 (公民館登録グループ)	からだを動かして、筋肉を伸縮させ、関節の可動域を広げることで、スムーズな動作が行えるようにするとともに、体力・基礎代謝をあげましょう。
28	みんなで楽しく! 青春のメロディー	5/23	木	13:30~15:00	一般	10名	1回	無料	大東 知子	大東先生と一緒に、懐かしい歌をみんなで楽しんで気分をリフレッシュしましょう。
29	第2の人生いきいきセミナー	6/6・13・20	木	13:30~15:00	高齢者	10名	3回	無料	6/6 金廣 富子 6/13 寺田 定治 6/20 兵庫県警察	6/6 フレイル予防、ヨガを通して代謝をあげよう 6/13 阿波踊り、両手をあげて足を運べば簡単に踊れます 6/20 スマホ講座、詐欺にあわないためにSNSで気を付けること
30	★肺炎予防、嚔下・のど・口の病気	6/7	金	14:00~15:30	一般	10名	1回	無料	美と若さの会 (公民館登録グループ)	肺炎の9割は高齢者で、高齢者の死因の1位が肺炎です! 肺炎にならないための予防や口・嚔下体操、日常の注意点を楽しく、分かりやすくお話しし、パワーポイントを使用した知って得する健康講座です。

申込は、各公民館へ

公民館で始めよう!! パソコン・タブレット・スマホ講座 (参加費は受講料と教材費を合わせた料金です。)

※スマホ持参の講座については、ご自身のスマホの種類(iPhone、アンドロイド、らくらくフォン)を確認して、お申し込みください。

記号	応募先	講座名	区分	期間	曜日	時間	定員	回数	参加費	講師名	コメント
A	住之江	初めてでも安心! 楽しむスマホ教室	初級	6/21	金	10:00~11:30	5名	1回	無料	吉安 美玲	ご自身のスマホをご持参ください。事前にアンケートを取り、そのアンケートをもとに皆さんと講義を進めます。(アンドロイド・iPhone可、かんたんスマホ等不可)
B	葦合	楽しく学べるスマホ体験 ~スマホのできる情報収集~	初級	5/13	月	10:00~12:00	10名	1回	無料	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	スマホをお持ちの方を対象とした講座です。LINEの使い方やカメラの使い方について学んでみませんか?※スマホ貸出有
C	長田	誰でもアンドロイド・スマホ	初級	5/20~5/23	月~木	10:00~12:00	10名	4回	500円	ソフィアネット	ご自身のスマホをご持参ください。アンドロイドスマホの操作を分かりやすく、ていねいに教えます。
D	長田	ラインや基本アプリを使ってみよう (アンドロイド・スマホ版)	初級	6/17~6/19	月~水	10:00~12:00	10名	3回	500円	ソフィアネット	ご自身のスマホをご持参ください。ラインやスマホを活用すると、毎日の生活が今以上に楽しくなることまちがいなし!
E	東垂水	スマホ講座	入門	5/20	月	10:00~11:30	10名	1回	無料	ドコモ垂水	内容は、文字入力操作のしかたです。ふだんお使いのスマートフォンをお持ちください。
F	玉津南	スマホ講座 ~詐欺被害にあわない~	初級	6/20	木	13:30~15:00	15名	1回	無料	兵庫県警察 サイバー 情報発信室	インターネットの身近なリスクから身を守るために、警察官が実例に基づいてわかりやすく詐欺から自分を守るための講演を行います。

【区分について】 ☆入門：文字入力から教えます 初級：文字入力できる方が対象です

KOBE 生涯学習 「マナビイ単位認定制度」のご案内



記載の連携施設の対象講座を受けると、マナビイ認定印を1つ押します。

詳しくは、各施設名で検索 検索



- 市立公民館 市内7ヶ所
- 神戸市埋蔵文化財センター
- 海外移住と文化の交流センター
- 市立図書館 市内12ヶ所
- コムスタこうべ
- 神戸市立婦人会館
- 神戸市消費生活センター
- 神戸ゆかりの美術館
- バンドー神戸青少年科学館
- ふたば学舎
- 神戸市立西体育館

お問い合わせは 上記各施設、または、神戸市総合コールセンター (078) 333-3330 まで

神戸市の公民館も、SDGsに参画します!



SDGs(Sustainable Development Goals)とは、「誰一人取り残さない」を合言葉に、国連で提唱された「持続可能な開発目標」のことです。「豊かで活力のある未来を創ろう」「美しい地球を美しいまま未来まで残そう」という取り組みです。

「よし、公民館に行こう!」を合言葉に、公民館に来て「人と人とのつながり」を築くことで、「SDGs」の考え方が広がるかもしれません。公民館は、「SDGs」に賛同します。

すべての公民館でSDGsに関する講座に取り組んでいます。詳しい日時は、各館の講座一覧に掲載しております。

