

# リビングカルチャー

神戸教室  
SPECIAL

2015年5月23日

楽しい仲間との趣味や学びの時間を

## 新しい自分を始めよう!

### ナチュラルチーズの楽しみ方

講師 神澤実友希 曜日 第3水曜 時間 午後6時30分～8時30分



#### 奥深いチーズの世界へ

毎回行われる、状態のいいチーズとワインのマッチングも楽しい講座。それぞれの個性やお互いのおいさを引き立て合う相性などの知識が増えれば、海外でも贈ることなく注文できますよ。知れば知るほど奥深いチーズの世界へ、ぜひ。

## 入会金 & 年会費不要

### あなたにピッタリの講座を選んで

「リビングカルチャー倶楽部」は、サンケイリビング新聞社が運営するカルチャー教室です。読者のみなさんに支えられて、今ではうれしいうちにお知らせ。6月に、梅田・豊中・高槻・枚方・西宮、神戸の全6教室で、約1160にもなる多彩な講座を展開しています。若い人から人生の大先輩までの約1万7000人の男女が集い、個性豊かな講師陣を囲んで、おけいこの会の喜びを味わうための第一歩を踏み出して、新しい自分を始めましょう。

気が付けば、今年もそろそろ後半戦突入ですね。充実した毎日となるよう、新しい「趣味や」学びを始めませんか。リビングカルチャー倶楽部は、入会金も年会費も不要、ワンコイン体験キャンペーンで、まずは自分に合った習い事を見つけ

#### 受講生に聞いた

#### ココが魅力!

- 楽しい仲間ができた
- 年を重ねても楽しめる
- 元気になれる
- 作品が増える楽しさ
- 駅からスグで便利
- 個性を磨けた
- 講師陣が個性的
- 思いがけない発見がある
- 生きがいを感じられる

### 油彩・水彩・パステル

講師 西瀧直人 曜日 第1・3・5日曜 時間 午後2時～3時30分



#### 好きな画材で描く楽しさ

「楽しく描く」をモットーに、油彩・水彩・パステル・鉛筆など、一人一人が好きな画材を使って、自由に描ける講座です。若手ながら受賞歴多数の講師が丁寧に指導してくれるので、初心者も気兼ねなく受講できます。

#### 健やか美人を目指して

ハワイでのフラは、競うのではなく、楽しむもの。ハワイアンソングに合わせたゆったりとした動きは、誰でも楽しく踊れますよ。楽しみながらレッスンを続けられるよう工夫された、笑顔あふれる講座で、健やか美人を目指しませんか。



### ミスアロハ直伝! ハワイアンフラ

講師 マヘアラニ岸本 曜日 第2・4土曜 時間 午後1時15分～2時30分



#### 6月実施

### まずは体験教室へ ワンコイン(500円)体験キャンペーン

さらに 体験後、7月末日までに本講座に申し込むと  
図書カード500円分をプレゼント!

リビングカルチャー倶楽部神戸教室では、6月1日(月)～29日(月)、1講座500円の「ワンコイン体験キャンペーン」を開催(事務手数料100円別途要)。申し込みは開催日の5日前まで、電話で受け付けます。また、ワンコイン体験後、7月末日までに本講座に申し込むと図書カード500円分をプレゼント!

#### 申し込みの流れ

- 1 行きたい講座が決まったら、電話で申し込む
- 2 神戸教室から振込票が送られてくる
- 3 最寄りのコンビニから受講料を入金

◀ 教室の詳しい情報は次のページへ

リビングカルチャー倶楽部

神戸教室は 阪急・阪神神戸三宮駅 JR三ノ宮駅



神戸市中央区三宮町1-10-1 神戸交通センタービル5F

<http://living-cul.com>

☎078(325)1874

10時～17時電話受け付け(日曜・祝日は除く)





### 太極拳と氣功

穏やかな動きと深い呼吸で氣を養い、ストレス発散、健康増進、メタボ対策などにもおススメ。氣功法や中国式保健体操を組み合わせた、誰にも始められる快適で楽しい教室です。

●6/20(土)17:15～19:30、教材費無  
●講師：澤村良江(橋名時健康太極拳準師範)

### いきいき元気に！3B体操

ボール、ベル、ベルタ一の用具を使い、音楽にあわせて楽しく体を動かします。運動が苦手な人でも無理なく体力アップ。

●6/6(土)13:00～14:30、教材費無●講師：山田まゆみ(日本3B体操協会公認指導者)

### 毛筆・筆ペン・ボールペン

筆、筆ペン、ボールペンを使い方のコツを覚えるとは簡単。住所、氏名、宛て名など日常生活に必要な文字から学習。経験豊富な講師が指導。

●6/20(土)12:30～14:30、教材費無  
●講師：中村翠琳(秘書法法院理事)

### 魅惑のベリーダンス

女性らしい動きが特徴のベリーダンスは体幹トレーニングにもなります。気軽に受講できる1日体験講座でベリーダンスにチャレンジしましょう。※女性限定

●6/21(日)14:00～15:30、教材費無●講師：Samara

### 土曜はヨガでリフレッシュ

基本ポーズから始めるので、体を動かすのが苦手な人でも大丈夫。からだの歪みを整えた美しい姿勢に。女性限定。

●6/6(土)15:00～16:00、教材費無●講師：大西美穂(ハリウッドヨガインストラクター)

### 筆ペン・ボールペン

筆ペンとボールペンを同時に練習して、両方の上達を目指す講座。文字の書き方のポイント、住所・氏名を書いて学びます。

●6/21(日)12:00～13:30、教材費無  
●講師：小倉通郎(秘書法法院)

### 健康体操 自強(じきょう)術

日本で開発された健康ストレッチ体操。31動作、1回15分で行う合理的で秩序正しい全身運動と、独特の呼吸法で体がイキイキします。

●6/22(水)14:50～16:20、教材費無  
●講師：村谷香澄(自強術普及会中伝指導員)

### 太極拳と氣功(日曜クラス)

穏やかな動きと深い呼吸で氣を養い、ストレス発散、健康増進、メタボ対策などにもおススメ。年齢に関係なく始められる楽しい講座です。

●6/7(日)10:00～11:30、12:00～13:30、教材費無●講師：黒田栄子(橋名時健康太極拳師範)

### 書道入門 漢字・かな

初歩から基礎を身につけた後に最速。漢字は楷書、行書、草書まで。かなは、ちらし書きから作品まで学べる講座です。

●6/22(水)14:50～16:50、教材費無●講師：藤本松堂(書道研究温知会参事)

### 女性のための「コムシ整美体操」

「緩める、伸ばす、整える」3つのメソッドで美しいボディラインを手に入れましょう。まずは体験から。

●6/24(水)10:00～11:30、教材費無  
●講師：kayoko (Fairy Style認定講師)

### 女性のための！健康ヨガ(夜間)

ゆっくりとした動きから正しい呼吸法を行い、心も体もリフレッシュ。体が硬い人もマイペースに受講できます。健康、美容にも。

●6/8(月)18:30～20:00、教材費無●講師：菊地恵子・監修山本正子(山本ヨガ研究所)

### 筆ペンも！暮らしの書道

筆、筆ペン、ボールペンは、使い方のコツを覚えるとは簡単です。住所・氏名・あて名など、日常生活に必要な文字から学びます。

●6/25(木)14:50～16:50、18:30～20:30、教材費無●講師：中村翠琳(秘書法法院理事)

# ワンコイン 体験キャンペーン

1講座につき 受講料500円

※事務手数料100円別途、要一部教材費別途

体験後 7月末日までに本講座に申し込むと 図書カード500円分をプレゼント!

申し込みは 神戸教室 ☎078(325)1874 午前10時～午後5時受け付け(日曜、祝日除く)

### 趣味・技能

### ヒーリング体操ラフィーラ

普段使うことのない体の部分を十分に動かすことで、全身のバランスを整えます。気分爽快、体力向上におススメの健康体操。

●6/10(水)13:00～14:00、教材費無  
●講師：内海孝子(ラフィーラインストラクター)

### 筆ペンOK! 暮らしの書道

筆文字は、コツを覚えるだけでグンと上達。1日教室では名前を楷書と行書で書きます。

●6/26(金)10:00～12:00、14:50～16:50、27日(土)14:50～16:50、教材費無●講師：楳木あけみ(日本書芸院 二科審査員)

### 喜ばれる はがき絵

子どもの頃の「心の目」を思い出しましょう。季節の草花や風物など、純粋に感じたままに書いて。初心者も歓迎。

●6/27(土)12:30～14:30、教材費200円●講師：小林沖悦(日本南画院・宝塚墨彩画会)

### 色鉛筆と鉛筆画

やさしい色調の色鉛筆、白黒濃淡の表現が魅力の鉛筆。まろやかな色調を選び、実際に描く楽しさを体験してみましょう。

●6/28(日)12:30～14:30、教材費無●講師：飯田温子(日本美術家連盟会員)

### 楽しいマージャン入門

パイの読み方から点数計算まで学ぶので、全くルールを知らない人でも大丈夫。スキルがあっても、親類に迷惑の体験にも最適。

●6/5(金)18:30～20:30、6/17(水)10:00～12:00、教材費無●講師：増本佳洋子

### からだを癒す健康太極拳

ゆったりとした呼吸と静かな動きによって、氣を養います。健康に自信がない人、健康法がわからない人も、健康増進に役立ちます。

●6/11(木)14:50～16:50、教材費無●講師：浦川はるみ(橋名時健康太極拳師範)

### ボールペンとペン字

くせのない字を目指すことが「字がきれい」と言われる第一のポイント。1日教室では、自分の名前を楷書と行書で書きます。

●6/26(金)12:30～14:30、教材費無●講師：楳木あけみ(日本書芸院 二科審査員)

### 楽しく描く油彩・水彩

身のまわりのものを上手に描こうと構えず、楽しく描いているうちに上達します。今回は小鳥を完成させます。体験は水彩のみ。

●6/29(月)18:30～20:30、教材費100円●講師：鈴江草郎(彩風会主宰・洋画家)

### チョークアート

カフェなどの看板で見かける、カラフルなオイル(ステル)で描くチョークアート。初心者でも描ける簡単な作品に挑戦しましょう。

●6/28(日)14:50～15:50、材料費500円●講師：後藤惠里奈(Happy Country)主宰)

### 趣味のカメラ教室

自分の撮りたい物が思うように撮れますか？カメラの扱い方、構図などを講師を変えてレッスン。

●6/8(月)10:00～12:00、教材費100円●講師：園部雅紀(日本写真協会会員・キャン専属講師)

### 女性限定 ピラティス&ストレッチ

色々なツールを使い、仕事で疲れた体をストレッチでスッキリ、バランスの良い姿勢やひきしめボディを目指します。女性限定。

●6/12(金)18:30～19:45、教材費無●講師：川瀬志穂(JAPICA<日本ピラティス指導者協会>認定インストラクター)

### 健康・体操

### 書道

### スケッチ淡彩

風景・季節や人物をスケッチする楽しい講座。指導豊富な講師が丁寧にレクチャー。今回は、野菜や花をデッサンしましょう。

●6/9(水)10:00～12:00、教材費500円●講師：川邊嘉幸(一陽会会員)

### 五感で楽しむ中国茶

中国の文化とお茶に詳しい講師が、中国茶のいれ方・味わい方の基本から指導。茶葉は、現地で講師が買ってきたものを活用。

●6/11(木)15:00～16:30、教材費300円●講師：出田白穂(中国文と茶を楽しむ会代表)

### ミスアロハ直伝！ハワイアンフラ

ミスアロハ直伝の優雅なフラを、日本に居ながらハワイと同じ内容・雰囲気レッスンを体験。

●6/13(土)13:15～14:30、教材費無●講師：マアラン岸本(ハワイアンフラ講師)

### からだを癒す健康太極拳

ゆったりとした呼吸と静かな動きによって、氣を養います。健康に自信がない人、健康法をどうしたらいいかわからない人も、健康増進に役立ちます。

●6/2(火)12:30～14:30、教材費無  
●講師：洲渚紀子(橋名時健康太極拳準師範)

### 肉筆による指導 実用書道

講師の肉筆手本で練習。各人のレベルに合わせて添削指導。生活に役立つ記帳、のし紙等を中心とした内容。まずは1日教室で体験してみよう。

●6/3(水)14:50～16:50、教材費500円●講師：傳馬逸風(日本書芸院 一科審査員)

### やさしく楽しく描ける「風景水彩画」

美しい風景を描きましょう！水彩絵の具を使って上手に描くコツを丁寧に教えます。

●6/15(月)10:00～12:00、教材費無●講師：辻本弘次郎(日本グラフィックデザイン協会・JAGDA)

### 女性のためのパルーンアート

風船を使って可愛いスマイル天使や、ボール、刺繍輪投げなどを制作。誰でも簡単に出来ます。コミュニケーションのツールとしても。

●6/12(金)10:00～12:00、教材費800円●講師：宮本奈緒子(MAMA'S HOUSE代表)

### ピラティス&ヨガ

ピラティスとヨガの特徴をミックス。心身のバランスを考慮し、美しいボディラインと健康な体作りを。

●6/14(日)15:00～16:00、教材費無●講師：栗栖美帆(ネパダ州立大学公認ピラティスインストラクター)

### ハワイアン フラダンス(夜間)

初心者でも無理なく続けられ、美容と健康に効果的。人気のフラダンス。手の踊りとも言われ、自然の美しさ、人の愛を心で感じ、手で表現します。1日レッスンで体験してみよう。

●6/2(火)18:30～20:00、教材費無  
●講師：ヒリカフミコ(ハワイアンフラ講師)

### かなと実用書道

講師が手本を書いて説明。手本に沿って各自が練習。手紙やのし紙など暮らしに役立つ講座が学べます。今回は自分名前の住所をレッスン。筆、筆ペンもOK。

●6/15(月)10:00～12:00、教材費無  
●講師：池堂正子(日本書学研究会一先会理事)

### やさしいパステル画

優しい色彩のパステル画に挑戦しませんか？B4用紙に季節の花等を描きます。材料や用具も用意されているので、初心者も気軽に。

●6/17(水)12:30～14:30、教材費500円●講師：金光明子(兵庫県美術家同盟会員)

### 開運！ 九星気学から引用する風水

九星からそれぞれ個別に、その日の吉凶方位も含め、毎年・毎月・毎日の運気から適切な方、開運方法まで伝えます。

●6/17(水)12:30～14:30、教材費無  
●講師：金田圭加(易道協会千手会会長)

### 太極拳と氣功

穏やかな動きと深い呼吸で氣を養い、ストレス発散、健康増進、メタボ対策などにもおススメ。年齢に関係なく始められます。

●6/16(水)14:50～16:50、教材費無  
●講師：辻善通(橋名時健康太極拳師範)

### 女性のための！健康ヨガ

ゆっくりとした動きから正しい呼吸法を行い、心も体もリフレッシュ。体が硬い人もマイペースに受講できます。健康、美容にも。

●6/5(金)10:00～11:30、教材費無●講師：春木裕美子・監修山本正子(山本ヨガ研究所)

### カリグラフィーが光るブックマーク作り

カリグラフィーを施したブックマークを2種類作り。リボンやスタンプ、水彩絵具は選べます。カリグラフィーマーカー1本付き。

●6/19(金)18:30～20:30、教材費300円●講師：高瀬惠美(カリグラフィーサークル会員)

### 油彩・水彩・パステル

美しく感じる絵画のコツとテクニックを学びます。構図や遠近法など、受賞歴多数の講師が指導。

●6/21(日)14:00～15:30、教材費無●講師：西道直人(一水会会長、研究会委員長)

**籐とかざらで編む小物**

伝統に培われた昔ながらの手法、わすらで作る「木の葉のお皿」に挑戦。

●6/25(木)14:50～17:20、材料費1000円  
●講師：尾上みち子(たまむすび主宰)

**フランスの伝統的技術 カルトナーージュ**

厚紙を組み立てて箱を作り、紙を貼って仕上げるフランスの伝統的工芸。今回は花瓶ホルダーに挑戦(写真はイメージ)。

●6/18(木)10:00～12:00、材料費2500円●講師：松本真寿美(Elegant Place)

**創作**

**いけばな 草月流**

草月流は「いつでも、どこでも、だれにでも生けられる」をモットーに、自分の感性でオリジナルな生け花を。

●6/14(日)12:00～13:30、材料費1080円●講師：山本由紀香、小林梨花(草月会館総会理事)

**ナチュラルチーズの楽しみ方**

ナチュラルチーズの基礎知識と、飲み物との相性や選び方を解説。4～5種類のチーズと、ワインなど飲み物をテイストアップします。

●6/17(木)18:30～20:30、材料費(チーズ、ワイン)2000円以内  
●講師：神澤友希(フロマージュリュウ)

**外国語 文学・教養**

**母から娘へてまり工芸**

てまりは、母から娘へ代々引き継がれてきた日本の伝統工芸。その美しい模様はまさに装飾芸術です。今回は「あやめ」てまりを作成。

●6/18(木)12:30～14:30、材料費1100円●講師：嶋崎まよ(日本でまりの会 教授)

**NYスタイルのシルクフラワー**

アメリカのシルクフラワーは、エレガントで色味がやさしく風合いが魅力です。今回は、グロリアリボンで作る「フラワーブーケ」です。

●6/4(木)10:00～12:00、材料費3000円●講師：松本真寿美(Elegant Place)

**センス溢れる フラワーアレンジ入門**

フラワーサロンミキ・江口美貴さんのセンスを身につけた講師が教えます。初心者向けにミニアレンジ制作を(写真はイメージ)。

●6/14(日)14:00～16:00、花代500円  
●講師：フラワーサロンミキアートスクール講師

**毎月1種類 季節にあったアロマを楽しむ**

特製アロマキャンドルで、1年を通してアロマのある暮らしを。6月におすすの精油の紹介と、簡単なアロマクワートンを作ります。

●6/18(木)10:00～11:00、材料費500円●講師：増田みはる(アロマテラピースクール「ブレナ・ローズ」代表)

**歴史ロマン 百人一首の歌と生涯**

歴史ロマンとして百人一首を楽しむ講座。和歌だけでなく、百人の作者それぞれの深淵に満ちた人生をドラマチックに紹介します。1回で1人2人解説。

●6/1(月)10:30～12:00、材料費無  
●講師：林和清(歌人)

**グラスリッツェン**

ガラスの表面に1種類の針で絵柄を描く「グラスリッツェン」。用意されているいくつかの図案から好きなものを選んで挑戦して。

●6/18(木)14:50～16:50、材料費3240円●講師：松本梨江(グラスリッツェンアート・リエ代表)

**美しい四季折々の押し花アート**

コースターに押し花(葉っぱ)を並べて、パンダ・ペンギン・フクロウ・犬・小鳥の中から選択して制作します。

●6/5(金)12:30～14:30、材料費1作品1000円  
●講師：根田俊子(ふしぎな花倶楽部講師)

**生涯活かせる日曜茶道**

来客時にお茶のおもてなしなど、和室での正しい挨拶や立ち居振舞、道具の扱い方などお点前全般が身につきます。いざという時役に立ち、また生涯活かします。

●6/14(日)14:00～15:30、茶・菓子代300円  
●講師：宗内宗廣(茶道裏千家教授)

**なぜが解るテーブルマジック**

トランプを中心にコインなど日用品も使用。1回に8種類のマジックを披露。中に種明かしも。

●6/18(木)12:30～14:30、材料費無●講師：堤幸生(八尾マジッククラブ主宰)

**楽しい気分で！川柳**

自分の心を詠い、想いを自由に表現できる川柳。「喜・怒・哀・楽」を上手く人に伝えましょう。川柳歴50余年の講師が楽しく指導します。

●6/6(土)14:50～16:50、材料費無●講師：天根幸章(川柳展望社主宰)

**自分だけの作品を彫金教室**

今回の1日教室では、イメージのストーンを使った、シルバーの「ペンダントトップ」を作成します。

●6/19(金)12:30～14:30、材料費3500円●講師：石井智子(スモルトーク主宰)

**カリブ感覚で作る！モラ手芸**

モラはカリブの民族手芸。鮮やかな配色と、素材がベニヤや木の屑が特徴です。今回は「ペンダントトップ」を作成します。(写真はイメージ)。

●6/9(火)12:30～14:30、材料費500円  
●講師：諸田厚子(宮崎ツヤ子モラ研究所)

**美しい生け花 小原流**

自然の景観描写(山や川など)ができるのが小原流の特徴。表現分野が広がり、空間を演出できます(講座時間内で自由出席)。

●6/18(木)17:30～20:00、材料費1000円  
●講師：宇佐川豊秀(小原流研究所)

**総菜に合わせるワイン講座**

デパ地下の総菜などにも合うワインの選び方、イタリアンのシェフが楽しく解説します。初心者も気軽にワインテイストアップ体験。

●6/18(木)18:30～20:30、材料費2000円●講師：産摩勝英(ビッツェリアール サチャーレ)

**楽しく学ぶ英会話**

英会話は苦手とあきらめないで。海外旅行や日常会話に役立つ表現を中心に、わかりやすいテキストや歌も取り入れて楽しく学習。

●6/9(火)15:20～16:50、材料費無  
●講師：サハラカズミ

**やさしい 手描き友禅**

新技法で気軽に楽しく20cm×130cmのスクリーンに花柄のワンポイントを描く。初心者の方歓迎。

●6/20(土)10:00～12:00、材料費1000円●講師：松島孝史(西日本手描友禅協会講師)

**高感度漂う！ビーズアクセサリ**

ビーズ針とナイロン糸でビーズを編むようにして作ります。体験教室では、お洒落のファッションにもなるフリスレットを作ります。

●6/9(火)14:50～16:50、材料費1000円  
●講師：母倉寿美子(ビーズデザイナー)

**楽しく！気軽に！ジェルネイル**

基本のネイルケアからジェルネイルまでを学ぶが初心者向け講座。当日は爪を削り、その上にクリアジェルを塗る。お洒落なネイルデザインも体験。

●6/20(土)15:20～16:50、材料費1800円●講師：藤井みのり(日本ネイリスト協会1級ネイリスト)

**初心者の楽しい二胡教室**

優しい音色が魅力の中国伝統の撥弦楽器二胡。基礎知識・楽譜の読み方・D調の音階などを習得。誰もが知る曲も演奏(楽器無料貸出あり)。

●6/21(日)11:00～12:00、材料費無●講師：赤壁乃利子(二胡インストラクター)

**はじめてのスペイン語**

発音もやさしく学びやすいスペイン語。中南米での生活経験なども交えて楽しくレッスン。経験者は14:45～がおすす。

●6/15(月)13:00～14:30(入門者クラス)、14:45～16:15(経験者クラス)、材料費無●講師：小倉復雄

**心癒す！仏像彫刻入門(土曜)**

心静かに仏像彫つてみましょうか？今回は「おたまたま地蔵(本体のみ)」に挑戦します。初心者も歓迎。

●6/20(土)10:00～12:00、材料費おたまたま地蔵(本体のみ)素材1200円、彫刻刀1本540円  
●講師：水戸川俊章(京仏師)

**きものdeモード**

タンスの奥に眠った着物をモダンに再生します。体験教室では、着物地から簡単な洋服を作るための基本的な工程について説明します。

●6/11(木)13:30～14:00、材料費無●講師：齋藤加代子(元気古典)

**美しい話し方教室**

就活・婚活にも！美しい話し方を身につけませんか？発声、発音、消音など話し方の基本から、美しい話し言葉・説得力・表現力を付けるため、テーマトークや課題を通じ学びます。

●6/24(水)10:30～12:00、資料代100円  
●講師：佐伯直美(フリーアナウンサー)

**なるほど・手話教室**

聞こえる、聞こえないにかかわらず、障害を超えて通じ合いたいという心と、手話は最大の武器。その魅力に魅了される、基礎を学んで友人を増やして！

●6/24(水)14:50～16:50、材料費無●講師：園尾美子

**古今東西ひと物語**

世界中のあらゆる時代の偉人伝を毎回、映画を見るようにおもしろくお話しします。楽しみながら歴史がわかる！講座です。

●6/17(水)10:30～12:00、材料費無●講師：林清和(歌人)

**手作りジュエリー～DeCoReで作るペンダント～**

ジュエルDeCoReを使い、ラグジュアリーな作品。初めてでも簡単に作れるペンダント(ブチアート)を制作。白はピンが黒を選択。

●6/22(木)14:50～16:50、材料費1200円●講師：恒岡恵美ほ(コスチュームジュエリーデザイナー)

**日本刺繍**

美しい花々を日本刺繍に託して表現。柄や刺繍のつけ方などの基本を体験し、刺繍の楽しさ、奥深さを感じて。

●6/12(金)14:50～16:50、材料費1200円、刺繍用糸450円、生地は各自で用意(身幅×長さ45cm程度)  
●講師：天池春雄(日本刺繍協会幹事)

**楽しいイメージの世界 朗読**

発声練習、滑舌練習をしてその日の課題作品を朗読。課題作品は、エッセイ・文学作品より選択。大きな声を出す、読む、話す事は脳の活性化や健康・美容にも良いですよ。

●6/24(水)13:00～14:30、材料費100円  
●講師：佐伯直美(フリーアナウンサー)

**おしゃれ・作法**

**土曜フランス語**

フランスのお菓子や料理をテーマにしたテキストを使用。文法だけでなくフランス文化も楽しく学びます。初心者も気軽に参加。

●6/20(土)12:10～13:50、材料費50円●講師：山本健二(フランス語講師)

**パールの取り出しから体験！ネックレス作り**

パールをアコヤ貝から取り出して穴を開け、ワイヤーを通して自分だけのネックレスを作ります。どんな珠が入っているかは貝を開いてみてからの参加のみです。

●6/23(火)10:00～12:00、材料費2400円●講師：所神根孝( KOBEパールコレクション代表)

**アメリカンパッチワーク**

家庭にある残り布で小物やポーチを制作。オリジナルなアメリカンパッチワークを楽しく、体験では簡単な作品に挑戦(写真はイメージ)。

●6/18(火)10:00～12:00、材料費無●講師：戸部玲子(柴田明美パッチワークスクール)

**色彩心理 色を体験してみよう**

色を選んで触り、感じましょう。さらに貼って、描いて楽しむ。カラージュエリー制作。色に込められたメッセージや自己発見を日常生活にも生かします。

●6/25(木)14:50～16:50、材料費無●講師：佐久間満子(カラーリスト)

**会話が続く 話し方**

明るく楽しく暮らすための、とっておき会話術を学びます。話が切りかわらない話し方や、話題の切り方などをレッスン。まずは基礎から体験。

●6/4(木)13:00～14:30、材料費無●講師：永田之(フリーアナウンサー)

**楽しい俳句！**

もっとも短い五七五のリズムを持った奥行きのある俳句。四季、花や鳥等様々な題材に決まりが無いのが俳句の良さと。

●6/22(月)10:00～12:00、材料費無●講師：柴田多鶴子(俳誌「鳩(にのゝ)子」主宰)

**器が映える金繕(きんつくろい)**

欠けたり割れた陶磁器を蘇らせる伝統的技法「金繕」を体験しませんか。講師が小さなお皿やセットを用意。気軽に参加。

●6/24(水)10:00～12:00、材料費150円  
●講師：安岡八栄ほか(金繕工房主宰)

**ビーズ織りとビーズアクセサリ**

今回は、イタリア風にリッツェのビーズを使いロングネックレスを制作。とても繊細で美しいビーズなので是非試してみてください。

●6/16(火)12:30～14:30、材料費2000円●講師：北山優子(アトリエ美珠(ビーズ)代表)、大内麻子

**浴衣着付け教室**

浴衣が1人で着られる技術を教えます。着崩れさせない着付けの楽しみが満載に！(写真は浴衣ではありません)。

●6/28(日)10:00～11:30、材料費無●講師：大前玲子(装束きもの学院)

**季節の花を楽しむ**

そっくろくだけで笑顔になれる、プリアードの高かアレンジを作ります。

●6/11(水)10:30～12:00、材料費2500円●講師：鈴木純子(フラワーデザイナー)

**Enjoy English !**

海外旅行など様々な場面でEnglishコミュニケーションが必要な時代。英・米・カナダ等に16年間居住した講師とLet's enjoy English !

●6/27(土)10:30～12:00、材料費無●講師：Jim 松永(元外国語大学講師)

**ハワイアンツールペイント**

プルメリアの花など、ハワイの植物を中心に描くハワイアンツールペイント。今回は、さわやかなプロパアートに挑戦します。

●6/25(木)10:00～12:00、材料費1080円  
●講師：中村さとみ(STUDIOシャトル代表)

**華麗！シャドーボックス**

カードを切り抜き、重ねて作るおしゃれな立体画。今回は1日教室では、お花がモチーフの作品を作ります。

●6/17(水)10:00～12:00、材料費1950円●講師：中原好美(ジュメーションシャドーボックスアート協会会員)

**朗読と話しことは日本語の美しい響き**

心地よい発声と明確な発音で楽しく朗読を。美しい日本語で話された茂村久美子の語話ばかり朗読します。

●6/28(日)14:00～15:30、材料費50円程度●講師：大川麻絵(声と話し方の響きレヴュー主宰)

**花アレンジメント**

プリザーブドを使って掛け花を作りましょう。花を置くには狭い場所等に吊るして飾ってみませんか？

●6/13(土)12:30～14:30、材料費1800円●講師：米原明美(アルファクリエイティブ代表)



# 新しい自分を始めよう!

## 6月新講座

からの

体験講座以外にも、神戸教室ではさまざまな講座を用意しています。6月以降に始まる10の講座を紹介しましょう。何かを始めるのに、いつからというのは関係ありません。新しい趣味で、新しい自分に出会って。  
※入会金・年会費不要。いずれも事務手数料100円が別途必要です。

【下記講座の問い合わせ】  
リビングカルチャー倶楽部神戸教室  
☎078(325)1874

このページで紹介する  
新規講座に申し込み、  
受講すると

**図書カード  
500円分を  
プレゼント!**



### 6/8 (月) 水彩で楽しく描く 人物イラスト

ミュージシャンの肖像画や「あまちゃん」などのドラマ絵で注目されるプロのイラストレーターが、水彩イラストを指導。写実調、コミック調など多様なタッチを学べます。最初は見本を写して描くので絵の経験がなくてもOK。「楽しい!」が大前提です。

- 講師名: 眼福ユウコ(イラストレーター)
- 開講日時: 6月8日から第2・4月曜 14:50 ~ 16:50
- 受講料: 6回 1万2960円
- 教材費: なし



### 6/19 (金) はじめての ランニング教室・神戸

初回は神戸教室で座学。以降、毎週金曜 19:00 ~ みのり公園(神戸市中央区小野浜町)でトレーニング。各種ロードレース大会で入賞経験を持つ講師らに、ランニングの基礎を学びます。70歳未満限定。6/5(金) 19:00 ~ 無料説明会を開催(要予約)。

- 講師名: 小野田リカほか
- 開講日時: 6月19日から毎週金曜 19:00 ~ 20:30
- 受講料: 8回 1万8510円
- 教材費: 保険代300円(初回時徴収)



梅田教室の様子

### 6/1 (月) 神戸スイーツを 味わう

「スイーツの街」と呼ばれ、国内でもトップクラスの洋菓子に出合える、神戸。各国のスイーツを実際に味わいながら、それぞれの魅力を探る講座です。フードライターとして数々のショップを取材した講師と一緒に、自分の好きなスイーツを見つけていきましょう。※スイーツは作りません。

- 講師名: 三好彩子(フードライター)
- 開講日時: 6月1日から第1月曜 15:00 ~ 16:30
- 受講料: 6回 1万2960円
- 教材費: 1回につき1000円 ~ 2000円

### 6/18 (木) ほのほの一筆画

一本の筆で描く一筆画。四季の風景や花々を、水彩絵の具と筆を使って描きます。絵が苦手という人も気軽に描けるので、ぜひチャレンジしてみてください。

- 講師名: 中尾月香(ほのほの一筆画主宰)
- 開講日時: 6月18日から第3木曜 13:00 ~ 14:30
- 受講料: 4回 6480円
- 教材費: 1回200円 ~ 300円



### 6/3 (水) 心に届く絵手紙

絵手紙は文字通り絵のある手紙。身近にある化粧品やお花、果物など何でも画材にします。短い言葉を添えて、もらってうれしい絵手紙を描きましょう。

- 講師名: 仲田久美子(日本絵手紙協会公認講師)
- 開講日時: 6月3日から第1・3水曜 10:00 ~ 12:00
- 受講料: 10回 1万7280円
- 教材費: ハガキ190円 ~ 330円(各10枚入り)



### 6/3 (水) 薬膳を学ぼう ~おうちごはんの工夫~

薬膳の基礎知識を習得。体の役割や仕組みを知り、四季や体調に応じた食材の組み合わせ方を学びます。「漢方を使わずとも食材の組み合わせ次第で、いつもの献立が薬膳料理に変わります」と講師の石田さん。献立のバリエーションも広がります。薬膳茶の試飲も。講義のみの講座です。

- 講師名: 石田久美(からだBASE主宰、国際薬膳師)
- 開講日時: 6月3日から第1水曜 10:30 ~ 12:00
- 受講料: 5回 1万800円
- 教材費: 資料代ほか1000円



### 6/3 (水) 癒やしと自然のハーブ& アロマ講座

ハーブの育て方から、ハーブティーのおいしい飲み方、料理法などを習得。またクラフトやコスメ、ソープ、入浴剤なども制作します。季節のハーブに照らされて癒やされてみませんか。

- 講師名: 中須賀喜子(ハーブガーデン「アニス」主宰)
- 開講日時: 6月3日から第1・3水曜 13:00 ~ 14:30
- 受講料: 6回 9720円
- 教材費: 1回1000円 ~ 2000円



### 6/10 (水) プロのテクニック! カラオケ教室

阪急神戸三宮駅東出口歩1分のカラオケ「ビッグエコー三宮駅前店」でソフトドリンクを飲みながら、楽しくグループレッスン。プロのテクニックを基礎から指導。

- 講師名: 山崎遼子(山崎歌謡教室)
- 開講日時: 6月10日から第2・4水曜 13:00 ~ 15:00
- 受講料: 6回 1万4190円
- 教材費: なし



提携教室

### 6/15 (月) ミラクルマジック入門

マジックに挑戦! 仕掛けから手順までを基礎から丁寧に指導します。初心者も楽しみながら上達を目指して。パーティーや宴会でスタートに欠かせない!

- 講師名: 横本ジョージほか(横本マジック研究所)
- 開講日時: 6月15日から第1・3・5月曜 18:30 ~ 20:30
- 受講料: 6回 1万4190円
- 教材費: 1回1000円 ~ 2000円程度。希望で3000円前後のものも



### 6/24 (水) 楽しい 手編み

初心者から経験者まで、希望に沿って指導します。自分だけの作品を編みましょう。作る楽しさ、おしゃべりする楽しさを一緒に。はじめての人はサマースカーフから作ります。

- 講師名: 永見満子(KCS全国編物手芸講師会指導講師)
- 開講日時: 6月24日から第2・4水曜 10:00 ~ 12:00
- 受講料: 9720円
- 教材費: 作品で異なります。サマースカーフ2000円くらい〜

