

# 神戸女子大学オープンカレッジ 冬期講座

お問合せ・申込み先

神戸女子大学教育センター「オープンカレッジ」係  
〒650-0004 神戸市中央区中山手通2-23-1 Ⅱ:078-231-1060

学校法人 行吉学園 2025 冬号

NO.	語学講座名	担当講師	講座概要	期 間	曜 日	時 間	回数	定員	受講料
1	Beginner to Intermediate English	【初級C】 Anne Tanahashi	「昔学んだ英語もすっかり忘れてしまった」、「英語を話す機会がないからすぐ出てこない」という人達の為のクラスです。英語が「分かる・使える」ようになるお手伝いをします。	1/20～3/17 (予備日:3/24)	月	10:30～12:00	8回	12名	17,600円
2	ニュースから学ぶ 大人のための英会話	【中級B】 Anne Tanahashi	Come and enjoy talking about what is going on in Japan and the world in English. In class we will read and discuss short newspaper articles. You will be able to improve your English.	1/10～3/7 (予備日:3/14)	金	13:30～15:00	9回	12名	19,800円
3	おとなのための基礎英会話	【初級A】 Joanne Hamuro	英会話を少し学んだことがある方やしばらく英語から離れていた方のためのクラスです。なまの英語を聞き、口に出す、この基礎をしっかりとし身につけましょう。	1/8～3/12 (予備日:3/19)	水	10:40～12:10	10回	12名	22,000円
4	おとなのための基礎英会話	【初級B】 Joanne Hamuro	「言いたいことを英語でどう言えばいいのかわからない」というような方のためのクラスです。日常会話を英語で表現する、この基礎をしっかりとし身につけましょう。	1/8～3/12 (予備日:3/19)	水	13:00～14:30	10回	12名	22,000円
5	Brush up English	【中級A】 Joanne Hamuro	Don't let your English ability slip away! The best way to maintain your English is to use it! Our lessons focus primarily on Speaking and Listening skills.	1/7～3/11 (予備日:3/18)	火	10:40～12:10	9回	12名	19,800円
6	フランス語	【初級B】 松田浩則	フランス語の発音や文法にまだ自信がないという方のための講座です。文法はもちろん、旅行や日常生活など様々な場面に応じた自然な会話表現、また料理や芸術などのフランス文化についても楽しく学んでいきます。(テキスト代別途)	1/8～2/26 (予備日:3/5)	水	11:00～12:30	8回	12名	17,600円
7	イタリア語会話	【初級A】 Cristian Cicogna	イタリア語を少し学んだことがある方のためのクラスです。日常生活や旅先で使える表現を身につけ、それらの表現から文法を楽しく学習しましょう。流暢な日本語で説明します。	1/7～3/11 (予備日:3/18)	火	10:30～12:00	9回	12名	19,800円
8	イタリア語会話	【中級A】 Cristian Cicogna	文法に触れながら、語彙を増やし会話力を身につけてゆきます。聞く力をつけるために大半はイタリア語で進めますが、難しいところは日本語で補います。イタリア文化や時事的な話題も取り入れ楽しく学びましょう。	1/10～3/7 (予備日:3/14)	金	13:00～14:30	9回	12名	19,800円
9	イタリア語会話	【中級C】 Cristian Cicogna	イタリアの文化や時事的な話題を取り入れ、会話を中心としたレッスンをイタリア語で行います。イタリア語で日常的な会話など困らない方のためのクラスです。パルレしているような雰囲気でお話を楽しみましょう。	1/9～3/6 (予備日:3/13)	木	10:30～12:00	9回	12名	19,800円
10	使える！韓国語会話	【初級B】 金 在 炫	ネイティブの講師のもと、聞く力、話す力を中心に、実践的に使える会話力を身につけましょう。韓国語を学んだことがある方のためのクラスです。	1/8～3/12 (予備日:3/19)	水	13:00～14:30	10回	12名	22,000円

## 11 日本と世界の民話～物語の背景から読み解く～

【講師】川森 博司 (神戸女子大学教授 文学博士)  
【期間】2/12・26、3/12 (予備日:3/26)  
第2・4水曜日 【回数】3回 【定員】30名  
【時間】10:30～12:00 【受講料】4,290円

「鶴女房」のように人間と人間以外の存在が結びつく「異類婚姻」というテーマを軸にして、日本と世界の民話の実例を検討しながら、その歴史的・文化的背景を考えていきます。人類の文化に共通する部分とそれぞれの文化に固有の部分を楽しむながら、その奥にある人生の不思議に迫りたいと思います。(テキスト使用)



川森博司著

## 12 日本神話を学ぶ「日本書紀を読む」(続)

【講師】河田 千代乃 (神戸女子大学名誉教授)  
【期間】1/10・24、2/14・28、3/14 (予備日:3/28)  
第2・4金曜日 【回数】5回 【定員】60名  
【時間】10:30～12:00 【受講料】7,150円

日本書紀は天武天皇の命により編纂された日本最古の歴史書である。天地の始まりから脱きおこし、多くの神話や沢山の別伝も記されており、大変貴重な資料である。本講座ではその諸相を見ながら、同時期に編纂された古事記の神話との相違についても比較しながら考察してゆきます。



## 13 古典文学に親しむ

「風土記を読む」 播磨国風土記Ⅳ  
【講師】河田 千代乃 (神戸女子大学名誉教授)  
【期間】1/15、2/5・19、3/5 (予備日:3/19)  
第1・3水曜日 【回数】4回 【定員】60名  
【時間】10:30～12:00 【受講料】5,720円

「風土記」を通して、日本人の原点、原風景を探ります。中央神話にはみられない神々や人々の姿が生き生きと描かれています。今回は「播磨国風土記」の最終回です。神々の愛憎が、人間社会さながらに生き生きと語られています。



## 14 仏教の經典文学を読む

～『維摩經』の世界Ⅲ～

【講師】狩野 恭 (神戸女子大学名誉教授 文学博士)  
【期間】1/15、2/5・19、3/5 (予備日:3/19)  
第1・3水曜日 【回数】4回 【定員】30名  
【時間】13:30～15:00 【受講料】5,720円

仏教經典のなかで<物語形式>になっている「經典文学」のひとつ、<悟り>の真髄を伝える最高傑作『維摩經』を、用語を丁寧に説明しながら読みます。今期から初めて参加される方にも、復習を兼ねてこれまでの部分をさかのぼり説明しますので大歓迎です。



比叡山圓通寺の維摩居士坐像

## 15 実作講座 『詩人をめざす』

【講師】倉橋 健一 (詩人 文芸評論家)  
たかとう 匡子 (詩人)  
【期間】1/20、2/3・17、3/3 (予備日:3/17)  
第1・3水曜日 【回数】4回 【定員】20名  
【時間】14:00～16:00 【受講料】7,920円

朝日新聞で「詩集を読む」のコラムを15年にわたって担当した倉橋健一と小野十三郎賞受賞詩人のたかとう匡子が小グループに分けて一人一人の個性を生かした詩の書き方を指導します。※毎回作品を提出していただきます。



倉橋 健一著 たかとう 匡子著

## 16 イギリス文学講座 ジェイン・オースティンの世界Ⅲ 『マンスフィールド・パーク (Mansfield Park)』②

【講師】湯谷 和女 (神戸女子大学名誉教授 文学博士)  
【期間】1/21、2/4・18、3/4 (予備日:3/18)  
第1・3水曜日 【回数】4回 【定員】20名  
【時間】13:30～15:00 【受講料】5,720円

この作品はオースティンの後半期、三十代後半の作品です。『自負と偏見』は明るく輝き過ぎているので、もっと陰鬱のあるものにしたと言って創作された落ち着きのある作品です。内気で引っ込み思案のヒロインに注目しつつ、作中から読み取れる19世紀初頭のイギリスの社会事情にも目を向けましょう。

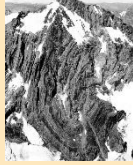


### 17 生きている地球の仕組みVI【地学】

【講師】波田 重熙 (神戸女子大学名誉教授 理学博士)  
 【期間】1/21、2/4・18、3/4 (予備日: 3/18)  
 第1・3火曜日 【回数】4回 【定員】30名  
 【時間】14:00~15:30 【受講料】5,720円

このシリーズでは、誕生以来、変化を続けている「生きている」地球の仕組みをみてきました。今回はその現れであり、私が実際に調査した「世界の造山帯」について見ることにします。

- ① アパラチア造山帯
- ② コルディレラ造山帯
- ③ タイ国の造山帯
- ④ ニュージーランドの造山帯



### 18 「おとなの食育講座」Ver. 10

～冬の体調管理にリセットスープ～  
 【講師】野口 知恵 (管理栄養士 野菜ソムリエ上級プロ)  
 【期間】2/6・13・20 (予備日: 2/27)  
 木曜日 【回数】3回 【定員】25名  
 【時間】13:30~15:00 【受講料】6,600円  
 (教材費込)

冬の体調管理には栄養バランスを考えた食事が効果的です。特に根菜類や温かい食べ物はからだを温め、免疫力を高めます。「冷え」や「乾燥」から守り、デトックスをすることでからだのリセットをしましょう。

- ① 免疫力ダウン対策
- ② 乾燥対策～髪と肌に潤いを
- ③ 血液サラサラ～デトックス



### 19 趣味の絵画教室 ～水彩・油彩～

【講師】林 孝三 (神戸女子短期大学名誉教授)  
 【期間】1/23~2/27 (予備日: 3/6)  
 木曜日 【回数】6回 【定員】14名  
 【時間】10:00~11:30 【受講料】12,000円  
 (教材費2,100円込)

透明水彩・不透明水彩(グワッシュ)・油彩など好きな画材を使って描きます。またコラージュ作品にも挑戦してみましょう。色々な表現方法を体験してください。構図のとおり方、筆の使い方など指導いたします。

\* 画材一式、筆記用具、スケッチブックなど各自でご持参ください。

受講生作品



## 【健康(体操)講座】

### 20 ソフトエアロビクス【シニアクラス】

【講師】重福 京子 (元神戸女子大学准教授)  
 【期間】1/30~3/13 (予備日: 3/27)  
 木曜日 【回数】7回 【定員】15名  
 【時間】10:00~11:30 【受講料】10,010円

年齢を重ねても「身の周りの事は自分で出来る体力」を維持、そして向上するのが目的です。有酸素運動と自体重を用いたトレーニングなどを中心に運動します。音楽に合わせて歩くことから始まり、ステップを踏んで楽しく体力、持久力、そして筋肉をつけていきましょう。少し動きたい方に向けたクラスです。



### 21 クラシックバレエ【シニア入門】(45分クラス)

【講師】文山 絵真 (BALLET STUDIO SORA 講師 ダンサー)  
 【期間】1/20~3/17 (予備日: 3/24)  
 月曜日 【回数】8回 【定員】各8名  
 【時間】①10:00~10:45 【受講料】8,800円  
 ②11:00~11:45

バレエの基礎を中心としたシニア世代のための少人数クラスです。バレエの動きで音楽にのせてからだを整えましょう。体幹を鍛えることで、姿勢もよくなります。体力の低下を感じている方、特に下半身(脚力)の強化につながります。バレエを持って行うので、はじめての方にもおすすめです。(女性限定講座)



### 22 23 クラシックバレエ【シニア入門】【初級】

【講師】文山 絵真 (BALLET STUDIO SORA 講師 ダンサー)  
 【期間】1/10~3/14 (予備日: 3/21) 金曜日  
 【回数】10回 【定員】22名 23名  
 【時間】22 11:15~12:25 【受講料】14,300円  
 23 9:30~11:00

バレエ音楽にあわせて身体を動かし、運動不足の解消と健康な美しい身体づくりをめざします。バレエ教室でやったことがある方や、幼少時にやっていた方などの経験者を対象としたクラスです。(女性限定講座)



### 24 25 機能改善トレーニング&ストレッチ

【講師】水王 智子 (フィットネスインストラクター)  
 【期間・回数・時間】 【定員】各15名 【受講料】14,300円  
 24 1/7~3/18 (予備日: 3/25) 火曜日 【回数】10回 10:30~12:00  
 25 1/8~3/19 (予備日: 3/26) 水曜日 【回数】10回 14:00~15:30

各関節機能に基づいたトレーニング・ストレッチを指導します。運動不足で肩・腰・膝に違和感をお持ちの方におすすめです。椅子やマットの上でポールなどを使い、凝り固まった筋肉を動かしていきます。体力の低下を感じている方のための講座です。



### 26 27 すこやか健康太極拳

【定員】各15名 【受講料】14,300円  
 26 【講師】竹本 由美 (楊名時 師範) 27 【講師】野之上 操  
 (神戸女子大学非常勤講師 楊名時 師範)  
 【期間】1/8~3/12 (予備日: 3/19) 【期間】1/10~3/14 (予備日: 3/21)  
 水曜日 【回数】10回 金曜日 【回数】10回  
 【時間】10:30~12:00 【時間】14:00~15:30

楊名時太極拳は、ゆるやかに静かに体を動かし、心もゆったり、呼吸もゆったりとした健康太極拳です。性別・年齢・体力を問わず行える運動として広められました。初心者の方でも安心してご参加いただけます。※動きやすい服装と靴底の低いシューズでご受講ください。



### 28 29 ピラティス

【講師】林 寛子 (PILATES SCHOOL BUNGA イストラクター)  
 【期間】1/9~3/13 (予備日: 3/27)  
 木曜日 【回数】10回 【定員】各10名  
 【時間】28 13:10~14:40 【受講料】16,500円  
 29 15:00~16:30

ピラティスはリハビリ用に開発されたエクササイズです。体のインナーマッスルを使いコアを鍛えます。独自の呼吸法と正しい姿勢によりゆがみの改善などに効果があるとされています。ひとりひとりの身体をみながら指導をしているので、初めての方でも大丈夫です。(女性限定講座)



### 30 姿勢健康法 ミツヴァ・テクニク

【講師】坪田 ちひろ  
 (ミツヴァ・テクニク認定教師 理学療法士)  
 【期間】1/20、2/3・17、3/3・17 (予備日: 3/24)  
 第1・3月曜日 【回数】5回 【定員】15名  
 【時間】13:00~14:30 【受講料】7,150円

ミツヴァ・テクニクは体を正常な動きにする改善エクササイズです。立つ・座る・歩くといった日常の動作やゆったりとした体操を通して、自身の癖や身体の使い方を直し、合理的にからだを動かす事を学びます。身体を痛めた方や激しい運動は苦手な方のための講座です。



### 31 ジャイロキネシスで整えよう!

【講師】桑野 聖子 (ジャイロキネシス(R)認定トレーナー)  
 【期間】1/7~3/18 (予備日: 3/25)  
 火曜日 【回数】10回 【定員】15名  
 【時間】13:30~15:00 【受講料】14,300円

ジャイロキネシスはケガからのリハビリテーションのために開発されているため、体に負担をかけることなく、全身のバランスを整え、体幹を鍛えることができます。基本的には椅子やマットに座り、背骨や筋肉を本来の位置に整えしなやかなカラダづくりを目指します。(女性限定講座)



## お申込み方法

### 1 電話・窓口にて申込み

お申込みは電話又は窓口にて受付いたします。  
 \*ご継続の方も申し込みは必要です!

受付で申込みをされる方にお申し込みします。

- ・受講されている講座の開講前後のお時間でお申し込みします。
- ・混雑している時は、時間をずらしてお越したくか、振込みでお願いします。

### 2 受講料の振込み

お申込み日より10日以内に最寄の郵便局から下記の指定口座にお振込みください。

口座番号: 00980-4-185703

ガッコウホウフウ ユキモノガクエン

加入者名: 学校法人 行吉学園

※他金融機関から振込される場合

【店名】〇九九(ゼロキョウキョウ)

【店番】099 【口座番号】当座 0185703

申込  
受付

11月25日(月)~12月17日(火)

### 3 申込み完了

ご入金確認後、順次受講証を発送します。

- 10日位かかることもあります。
- キャンセルされる場合は必ずご連絡ください。
- 開講日以降のキャンセルは、原則として受講料の返金はできません。
- 個人情報扱は講座運営以外には使用しません。
- 原則、マスク着用は個人の判断となります。但し、基礎疾患をお持ちの方はマスクの着用を推奨します。室内では上着の着脱で調整して下さい。皆さまのご理解とご協力をお願い致します。

TEL: 078-231-1060

受付時間: 月~金(祝日除く) 9:30~17:00