

サンシティホール講座情報



令和7年度(2025年度)

令和7年3月1日現在

4月からの講座案内

※各講座の詳細は、各講座のチラシや当ホールのホームページ等に掲載しています。

下記講座以外にも年度途中からの講座やイベント等もありますので、館内やホームページでご確認ください。

講座名	講師	開催日時	定員	対象者	受講料	申込締切日	備考
リズムに合わせ 脳トレ、筋トレ教室	野中 葉子 他 (健康運動指導士)	4月2日(水)～ 6月11日(水)(全10回) 13:00～14:30	40人	伊丹市在住者 (30歳以上)	5,000円 保険代110円 (10回分)	3/24 (月)	3ヶ月ごと に募集(途中 入会可)
シニアから始める ゆるトレ教室	野中 葉子 他 (健康運動指導士)	4月2日(水)～ 6月11日(水)(全10回) 14:45～16:15	40人	伊丹市在住者 (30歳以上)	5,000円 保険代110円 (10回分)	3/24 (月)	3ヶ月ごと に募集(途中 入会可)
いきいき百歳体操	ビデオ視聴しながら 運動等を実施	4月11日(金)～ (月3回程度) ①9:20～10:30 ②10:40～11:50	80人	伊丹市在住者 (60歳以上)	無料 保険代110円 (3カ月分)	随時受付	参加には登録が必要 居住地域により2部制
フレイルビギナーズ	榎原 綾子 (介護予防運動指導員)	4月7日(月)～ 6月16日(月)(1期10回) 10:00～11:00	80人	伊丹市在住者	2,000円 保険代110円 (10回分)	3/26 (水)	3ヶ月ごと に募集
フレイル予防教室	榎原 綾子 (介護予防運動指導員)	4月7日(月)～ 6月16日(月)(1期10回) 13:00～14:30	15人	伊丹市在住者	5,000円 保険代110円 (10回分)	3/26 (水)	3ヶ月ごと に募集
ノルディックウォー キング教室 (前期 4～6月)	足立 双葉 今井 道子 (運動指導員)	4月9日(水)～ 6月25日(水)(全6回) 10:00～11:30	15人	伊丹市在住者 (60歳以上)	無料 保険代110円 (6回分)	3/22 (土)	後期 10～ 12月分の募集あり
フラダンス教室	伊藤 亜砂美	4月4日(金)～ 7月18日(金) (1期10回) 13:00～14:30	20人	伊丹市在住者 (40歳以上)	5,000円 保険代110円 (10回分)	3/28 (金)	4ヶ月ごと に募集
懐かしの歌声まつり (前期 4～9月)	河田 彩	4月5日(土)～ 9月6日(土)(全6回) 10:00～11:30	90人	伊丹市在住者 (60歳以上)	3,600円 (6回分)	3/13 (木)	後期 10～3 月分の募集あり
ひびけ!うた声 (旧童謡の広場)	田村 かよ子 藤川 景子	4月6日(日)～ 3月22日(日)(全24回) 10:00～11:30	80人	伊丹市在住者 (60歳以上)	12,000円 (24回分) 4・10月に各 6,000円	3/16 (日)	

講座名	講師	開催日時	定員	対象者	受講料	申込締切日	備考
「源氏物語」を読む 「真木柱巻・梅枝巻」	朝日 眞美子 (元京都橘大学非常 勤講師 文学博士)	令和7年4月24日(木)～ 令和8年1月22日(木) (1年間 全15回) 10:30～12:00	48人	伊丹市在住者 (60歳以上)	2,500円 (15回分)	3/27 (木)	2年間の連 続講座
仮名日記の世界 ～『土佐日記』・ 『和泉式部日記』	近藤 美奈子 (日本文学研究者)	令和7年4月24日(木)～ 令和8年1月22日(木) (1年間 全15回) 12:45～14:15	48人	伊丹市在住者 (60歳以上)	2,500円 (15回分)	3/27 (木)	2年間の連 続講座
「空海の風景」を読 んで考える	和久 一美 (元伊丹市立笹原中 学校校長)	4月3日(木)～ 3月5日(木)(全12回) 10:30～12:00	30名	伊丹市在住者 (40歳以上)	6,000円 (12回分)	3/20 (木)	
新・伊丹歴史講座	歴史研究家 他 (講師は各回代わり ます)	4月28日(月)～ 3月23日(月)(全12回) 10:00～11:30	48名	伊丹市在住者 (60歳以上)	6,000円 (12回分)	4/11 (金)	
60歳からの朗読	服部 孝子	4月5日(土)～ 3月21日(土)(全24回) 10:00～12:00	15人	伊丹市在住者 (60歳以上)	12,000円 (24回分) 4・10月に各 6,000円	3/22 (土)	
水彩画教室 (前期 4～9月)	平田 睦夫 (伊丹市芸術家協会 会員)	4月11日(金)～ 9月19日(金)(全12回) 13:00～16:00	20人	伊丹市在住者 (60歳以上)	12,000円 (12回分) 4・7月に各 6,000円	3/15 (土)	後期 10～3 月分の募集 あり
シニアのためのスマ ホ教室	コムテックサービ ス株式会社	4月18日(金)～ 5月23日(金)(全3回) 10:00～11:30	15人	伊丹市在住者 (60歳以上)	無料	4/8 (火)	
2年制木彫教室	当ホール木彫同好 会会員	5月15日(木)～ 3月5日(木) (1年間40回) 9:30～12:00	15人	伊丹市在住者 (60歳以上)	8,000円 (1年間) 別途材料費等 必要	5/1 (木)	2年間の連 続講座
短期陶芸教室	当ホール陶芸同好 会会員	4月・6月 第1・2・4土曜日 5月 第2・3・5土曜日 (各月3回) 10:00～12:00	20人	伊丹市在住者 (中学生以上)	無料 材料費1,000円	4月分 3/20 5月分 4/20 6月分 5/20	各月3回 毎月募集 他10月11月 1月2月にも 募集あり

【申込方法】

往復はがき、FAX、Eメールに講座・教室名、氏名（ふりがな）、住所、年齢、電話番号（自宅・携帯）、FAX番号
Eメールアドレスを記入し、下記の問い合わせ先に申し込みください。（当ホール事務所でも受け付けています。）

【問い合わせ先】

伊丹市立サンシティホール 〒664-0023 伊丹市中野西1-148-1

TEL 072-783-2350 FAX 072-785-2461 Eメール sunhall@bca.bai.ne.jp