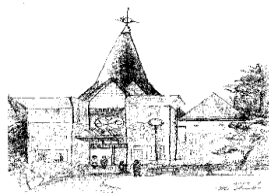


サンシティホール講座情報



令和7年度（2025年度）

令和7年8月1日現在

講座案内（8月より申込受付講座）

※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。

★年間通し受講の申込受付している講座・教室

講座名	講師	開催日時	定員	対象者	受講料	申込締切日	備考
いきいき百歳体操	ビデオ視聴しながら運動等を実施	7月4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

★8月以降に受講申込受付をする講座・教室

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)	10月8日(水)～ 12月10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)	9月24日	3ヶ月ごとに募集
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)	10月8日(水)～ 12月10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)	9月24日	3ヶ月ごとに募集
フレイルビギナーズ	槇原 綾子 (介護予防運動指導員)	10月6日(月)～ 12月22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)	9月22日	3ヶ月ごとに募集
フレイル予防教室	槇原 綾子 (介護予防運動指導員)	10月6日(月)～ 12月22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)	9月22日	3ヶ月ごとに募集
懐かしの歌声まつり(後期 10～3月)	河田 彩	10月4日(土)～ 3月7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)	9月10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
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	10月10日(金)・10月24日(金)・11月14日(金) 10:00～11:30	15人	伊丹市在住者 (60歳以上)	無料	10月1日	
初級オカリナ教室	政井 真弓	10月3日(金)～ 3月20日(金)(全12回) 13:30～15:00	20人	伊丹市在住者 (60歳以上)	7,200円 (12回分)	9月19日	
特別文学講座	近藤 美奈子 (日本文学研究者)	10月12日(日) 13:30～15:00	32人	伊丹市在住者 (中学生以上)	500円	9月20日	
短期陶芸教室	当ホール陶芸クラブ会員	10・11・2月… 第1・2・4土曜日 1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	10月分9/20 11月分10/20 1月分12/20 2月分1/19	
短期木彫教室	当ホール木彫同好会会員	10月2日(木)～ 11月20日(木)(全8回) 13:00～15:00	15人	伊丹市在住者 (18歳以上)	無料 材料費2,000円程度	9月20日	
ふれあい玉突教室	当ホール玉突同好会会員	10月2日(木)～ 11月20日(木)(全8回) 13:00～15:00	16人	伊丹市在住者 (60歳以上)	無料	9月20日	
やさしい囲碁教室	当ホール囲碁同好会会員	10月5日(日)～ 11月9日(日)(全6回) 13:30～16:00	20人	伊丹市在住者 (小学生以上)	無料	9月20日	
ノルディックウォーキング教室	足立 双葉 今井 道子 (運動指導員)	10月8日(水)～ 12月24日(水)(全8回) 10:00～11:30	15人	伊丹市在住者 (60歳以上)	無料 保険代110円	9月30日	
健康寿命をのばす料理教室	田中 栄久	8月31日(日) 10:00～13:00	12人	伊丹市在住者 (60歳以上)	1,200円	8月21日	

【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