

教室のご案内

◇交流支援◇

みやサポ「こそッテ」



『みやサポ こそッテ!』とは・・・

NPO 法人みやっこサポートの
交流支援の一つです。

体験教室、勉強会、講習会等を通して
地域の仲間づくり、生きがいづくりの
場を提供することを目的としています。



NPO法人

みやっこサポート

《参加のお申込み》

『みやサポ こそッテ!』の活動に参加を希望
される方は、当法人ホームページ、又はFAX
にてお申込みください。

◎ホームページの **参加のお申込み** フォーム

NPO法人みやっこサポート

<https://www.miyasapo.net>



◎FAXの場合は、下記のように書いてお送り下さい

FAX：0798-81-5302

『〇〇〇〇』に参加希望します。

- ① 氏名
- ② 住所
- ③ 連絡先
- ④ 希望日

《みやサポ「つどッテ西田公園前」の場所》

〒662-0034 西宮市西田町 6-4 夙川サンらいふ

TEL：0798-81-5301

FAX：0798-81-5302

※『レンタルスペースSUN-TA』は東隣
(西宮市西田町 6-3 夙川サンらいふ)



韓国語で コミュニティ!

言葉を楽しく
学びながら、
風習など新発見
ができます。



講師

Ms. Yamashiro Yoshiko (山城 淑子先生)

プロフィール

韓国名: 金 淑子(きむ よしこ) ソウル出身。
日本在住30数年。日本の文化や歴史に興味を持ち、
日本のお友達とお互いの文化について話す内に、韓国語を教え始め15年。

韓国語を学びながら、文化・風習などを新発見!
ドラマやお料理の深い話も♥(入門～上級)

日 時：いずれも火曜日 ～定員 10名～

○初級クラス 9:00～10:00

3/5・12 4/2・16 5/14・28

○中級クラス 10:15～11:15

3/12・19 4/2・16 5/14・28

○上級クラス 10:15～11:15

3/5・19 4/9・23 5/7・21

○夜間入門クラス 18:00～19:00

3/5・19 4/2・16 5/7・21

○夜間初級・中級クラス 19:00～20:00

3/5・19 4/2・16 5/7・21

場 所：レンタルスペース SUN-TA

会 費：各クラス 1,000 円 (小中学生 500 円)

◆山城 淑子講師のプロフィール◆

韓国名：金 淑子(キム ヨシコ)

ソウル出身。日本在住 30 数年。日本のお友達とお互いの文化について話す内に、韓国語を教え始めて 15 年になります。



ハングル文字と発音から始める「入門クラス」から「上級クラス」まで、いろんな話題で楽しく学びましょう!

体験してみませんか？

手話でコミュニティ

講師 手話キャスター 岡本 かおり さん

プロフィール

大阪生まれ大阪育ち 大阪府生野聾学校出身。
数々のデフリンピックに出場し3度メダリストに輝く。
現在は目で聴くテレビ手話キャスター、JSL（日本手話）教師、
デフリンピック応援プロジェクトチームの代表等、
ろうのマルチタレントとして活躍中。



ありがとうは
幸運を呼ぶ。

手話は、手や表情で会話をすることができる
素敵な言葉！
楽しく学んで、世界を広げませんか！

日 時 いずれも月曜日 ～定員 10名～
5/20・6/17
時間：15:30～16:40

会 費： 1回 1,000円

場 所： レンタルスペース SUN-TA

◆岡本 かおり講師のプロフィール◆

大阪生まれ大阪育ち、大阪府生野聾学校出身。
数々のデフリンピックに出場し3度メダリストに
輝く。現在は目で聴くテレビ手話キャスター、
JSL（日本手話）教師、デフリンピック応援プロ
ジェクトチームの代表等、ろうのマルチタレント
として活躍中。



手話の表現は一つ
じゃありません
どうすれば相手に
伝わるか…
かおりん先生と一
緒にイメージを膨
らませていきまし
ょう！

健康太極拳

体と心の
健康づくり

講師 松田 淳子(まつだ あつこ)先生

プロフィール

13年前、楊名時太極拳と出会い、現在は師範である
ご主人と一緒に、指導員として活躍されています。
「健康に、和やかに、逞しく人生を生きる
手だてとして太極拳をぜひお勧めします！
太極拳で健康で長生きしましょう。」



太極拳の動きというのは、体にも 心にも良いとさ
れています！まずは基本の四つの型をマスターし
ご家庭でもできるようにしましょう！

開講日：3/13・27 4/10・24 5/8・22
※いずれも水曜日

時 間：10:30～12:00

参加費：初回体験は無料！

2回目以降の方 各回 500円

場 所：西田公園 山のゾーン内自由広場

※天候により阪急高架下『レンタルスペース
SUN-TA』で実施する場合があります。

◆松田 淳子(まつだあつこ)講師のプロフィール◆

13年前、楊名時太極拳と出会い、現在は師範で
あるご主人と一緒に、日本健康太極拳協会指導員
として活躍。



健康に、和やか
に、逞しく人生
を生きる手だて
として太極拳を
ぜひお勧めしま
す！

健康ランニング講習会

ゆっくり! ゆったり! 楽しく走ろう!

指導 谷口 康雄(たにくち やすお)氏

プロフィール

西宮市在住。立命館大学陸上競技部中長距離の監督を務め、
第21回全日本大学女子駅伝でチームを初優勝へと導く。
第22回同大会においてV2達成。武庫川女子大学陸上部駅伝監督など大学・実業団
の指導実績を持つ。自身も、35～39歳カテゴリー1万メートルの日本記録保持者。



みやサポ RUNNING CLUB!

プロのコーチの指導で、みんなで楽しく走ろう!

開講日：4/14(日) 5/12(日)
時 間：初回の方は、9:00～11:30
(2回目以降の方は9:30～)
参加費：各回 500円(初回及び小中高生は無料)
定 員：10名
服 装：ランニングできる服装・靴
持ち物：汗拭きタオル、飲物(走る時に持って
行ける方が良い)

◆谷口 康雄 講師のプロフィール◆

西宮市在住。立命館大学女子陸上競技部監督を務め、
第21回全日本大学女子駅伝でチームを初優勝へと
導く。第22回同大会においてV2達成。
武庫川女子大学陸上部駅伝監督など大学・実業団の
指導実績を持つ。自身も、35～39歳カテゴリー1
万メートルの日本記録保持者。



西田公園前のみやさポ
事務所で受付をすませ、
公園でウォーキング
アップ!
ランニングに出発!