資格スクール

▲未経験からプロのネイリストに!
三宮校は日本ネイリスト協会(JNA)認定校。

セルフネイル～おうちサロンまで幅広く学べる大人のネイルスクール

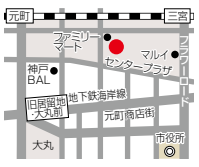
ネイルの資格を取りたい、自宅でプチサロンを開きたい、手に職をつけて大好きなネイルを仕事にしたい、そんな方に必見!月々6,000円～で無理なく学べる上、少人数制クラスだから、どのクラスも仲良し。20代～50代までの様々な年代の方が受講中。まずは体験会に参加してみて。

▶ネイリストプロパーフェクトコースでは、プロのネイリストとして必要なトップレベルの知識と技術を習得。

ジェルネイルレッスン体験会

ピーコックネイルを体験。一見難しそうだけど認定講師が丁寧に指導してくれるから安心。ぜひ参加してみて。
■ 12/12(月)14時～15時半
12/17(土)17時～18時半
■ 受講料1,000円

ヒューマンアカデミー神戸三宮校
神戸市中央区三宮町1-9-1
三宮センタープラザ東館5階
営/平日、土　10時～21時
日祝　10時～19時
0120-49-0870
http://haa.athuman.com/location/school/sannomiya/



特典
①「シティライフ見た」orこの記事持参で体験会1,000円→**無料**
②頑張れ!ネイリスト応援キャンペーン……受講料から**15%割引**
※②はネイリストプロパーフェクトコースのみ対象
(12月末まで、新規の方のみ)

バレエスクール

こどもバレエで好評の教室が「大人バレエ応援キャンペーン」を実施中

振替自由の豊富なクラス&通いやすい充実設備のスタジオで「クラシックバレエ」を始めてみては?ロシアなどで研鑽を積んだ厳選講師が指導する同スクールは、この冬、大人バレエ応援キャンペーンを実施!「グループでは質問しにくい」「先生にじっくりみてもらいたい」という人のために"オンラインバレエレッスン"もスタート。悩みや目的に合わせ、先生からのアドバイスも個別にもらえるシステムで安心のサポート。健康と美を追求したい、憧れのVa.に挑戦したいなど様々な目標を応援。駐車場完備(2時間無料。以降、割引券有)、月謝は5,400円～。

通常のレッスンは、ロシアの「ワガノワ・メソッド」を基に、効果的なストレッチやエクササイズもしっかり解説指導。オンラインレッスンもあることで、さらに疑問や不安を解消、外出先でレッスンのおさらいをしたり、自宅でもできるトレーニングなども教えてくれる。

初心～上級者、趣味～プロ志向の人まで。2歳～大人(中高年、シニア世代まで)のレベル別各クラス。予約やレッスン振替もWEBで24時間可能なので忙しいあなたでも続けやすい。

大人のバレエ応援キャンペーン

ワンコインで体験レッスンが受けられる!
■体験レッスン90分
ストレッチ、エクササイズから基礎まで通常のレッスンクラスに参加できる。
■ 費用：500円　要予約
(電話 or WEBは24時間可能)

École de Ballet Tio
〈エコール ド バレエ ティオ〉
神戸市東灘区森南町1-5-1
セルバ甲南山手　5階
12/25～1/4まで休み
問／9時～17時
078-453-3380
http://www.tioballet.com
ティオバレエ で検索

(ビル正面シースルーエレベーター5階前)

特典
「シティライフを見た」で、
● 体験レッスン料…**500円**
● 体験日に入会で大人クラス入会金
50%OFF
(12月末まで・詳しくはWEBにて)

From CityLife

地元の情報が満載のWEBサイト「City Life NEWS」の記者募集中!

北摂・阪神地域の身近な情報を発信していただける記者を募集しています!地元が好きな人やライター業に興味のある方、ブログ・SNSをよく利用している方も歓迎します。ときにはシティライフ紙面の取材をお願いすることもあります。皆様からのご応募お待ちしております。

応募方法 City life NEWS TOPページ下「市民ライター募集」よりエントリーして下さい。

City Life NEWSとは? 北摂・阪神の地域情報紙「City Life」の読者(市民記者)が発信する地域に根ざすニュースサイトです。子育て、求人、話題の観光スポットや面白情報など地域のニッチでタイムリーな情報をいつでも見ることが出来ます。

地域の情報が分かるCity Life NEWSは
http://citylife-new.com
City Life NEWS で検索

編集後記

そろそろ大掃除のシーズン。今年こそは不要なものを処分して、くつろげる家にしたいと考えています。シティライフと一緒に設置している住まいの情報誌Life+(ライフプラス)の巻頭特集「片づく家」を参考にこの1ケ月コツコツと片づけます。(長い道のりになりそうな…まっつー)

慢性的な腰痛に悩まされること早10年。最近では、腰の痛みに限らず、首、肩、膝などなど身体のいたる箇所に痛みが出ます。寄る年波には勝てないなと感じながら、いよいよ整体師さんや鍼灸師さんなど専門家のお世話にならなければいけないなと考えています。(鉄)

2016年もあっという間に12月。今年は初めて年始に自分の目標を40項目リスト化し、折に触れて読み返しながら過ごしました。達成、未達と色々ありますが、とてもいい習慣で来年も年始にやってみようと思います。そして残り少なくなった今年、未達成を少しでも減らせますよう頑張ります!(みどりな)

今年もあっという間に年末がやってきました。実は11月で娘が2歳になりました。だんだん話す言葉も増え、毎朝の見送りもしてくれるように。最近では僕のことをおーちゃん(恐らくお父さん)と呼んでくれるようになりました。名前を呼ばれるのはいいものですね。(まえで)

神戸のJリーグクラブ・ヴィッセル神戸を応援しよう

ヴィッセル通信 Vissel Kobe

協力／ヴィッセル神戸
文／シティライフ編集部

クラブ最高順位で幕を閉じた今季 来シーズンは必ずタイトルをこの手に!

©2008 VISSEL KOBE

熱く燃えた2ndステージも終わり、確かな手応えを感じた2016シーズンが幕を閉じた。ここからしばらく選手たちはシーズンオフに入り、年が明けたら、また新たな戦いが始まるのだ。

(C) VISSEL KOBE

祝! 得点王 見事、2016年のJ1リーグの得点王に輝いたレアンドロ選手(背番号11)。広島のピーター・ウタカ選手と並ぶ19得点を挙げて、自身初めての得点王受賞となった。

あと1歩のところまで昇り詰めた自信を糧に来季の躍進を誓う

ネルシーニョ体制2年目となった2016シーズン。とくに後半戦の2ndステージはめざましい躍進を遂げた。終わってみれば首位・浦和レッズに続く2位でフィニッシュ。年間順位も今までの最高位だった9位を超える7位という成績を残した。

しかし、同時に味わったことのない悔しさを感じたのも事実。手を伸ばせば届きそうだった2ndステージの優勝。この悔しさをバネに、常に勝ち続ける経験を積み重ねて行くことが強いチームになる道であることを実感した。パブリックビューイングが行われたリーグ戦最終節の鹿島戦に勝利したことで、なんと2ndステージは、チャンピオンシップに進出する3チーム(浦和・川崎F・鹿島)すべてに勝利したのだ。これはネルシーニョ監督の戦術が選手一人ひとりに浸透し、球際も強く闘えていたことが奏功したといえる。

この快進撃を支えたのはもちろん全ての選手だが、あえてシティライフ編集部としてのベストプレイヤーを選ばせていただくならば、韓国代表としても活躍するGKのキム・スンギュ選手(背番号18)を推したい。正確な飛び出しやパンチングで幾度となく、相手シュートを封じてくれた。来季もトモニ戦えることは何より心強い。ぜひ、みなさんもスタジアムへ応援に行こう!

ラジオ関西の協力で開催されたハーバーランドスペースシアターでのリーグ戦最終節アウェイ鹿島戦のパブリックビューイング。大勢のサポーターが集まった。

熱き魂をありがとう!! 相馬崇人選手(DF.3) 引退セレモニー

(C) VISSEL KOBE

そして今シーズン、最後のタイトル獲得のチャンスだった天皇杯4回戦が11月12日(土)にノエビアスタジアム神戸で行われた。結果は2-1で鹿島に敗れ、駒を進めることはできなかった。そして試合後、スタジアムでは今季限りで14年間のプロ生活に終止符を打った相馬選手の引退セレモニーが行われた。編集部もバックスタンドで見守ったが、相馬選手がゴール裏まで行き、サポーターのみなさんに向かって「神戸、大好きでーす!!」と叫んだ時には思わず涙が…。これからは神戸で子どもたちの夢をサポートしていくという。本当にお疲れ様でした!!

SEASON SEAT 2017

ヴィッセル神戸「シーズンシート2017」販売中!

「ヴィッセル神戸シーズンシート2017」は、2017シーズン対象のヴィッセル神戸のホームゲーム全試合を観戦できる年間チケット。一般チケットを1試合ずつ単券で購入するよりも断然お得。2017シーズンもこのシーズンシートでヴィッセル神戸とトモニ闘おう!
※購入者特典あり。詳細は下記ホームページを参照。

■シーズンシート情報はヴィッセル神戸HPにて
www.vissel-kobe.co.jp
078-651-1222(平日10時～17時半)FAX 078-685-5502

サポータースナップ in PV会場

パブリックビューイングに駆けつけてくれた東灘区の賢司さん&蒼真くん(左)親子とお友達の陽太郎くん。2年前に蒼真くんがヴィッセルファンになったことで、親子でノエスタに通うようになったそう。蒼真くんは相馬崇人選手、陽太郎くんは小林成豪選手のファン。

(C) VISSEL KOBE