

2020年4月～2021年3月 定期講座申し込み用紙

- 受講を希望する講座名の左側空欄に○印をつけてください
- 講座の開催時間は講座によって異なりますので必ずチラシをご確認ください
- 色つきの講座は月に2回開催します。

登録番号	※	氏名	
------	---	----	--

※登録番号の記入は不要です

受付期間

2020年1月15日～2月14日まで



月	火	水	木	金	土	日
第1週	休館日 朝 ころろ落ち着く書道① 朝 健康1!2!3! 昼 季節を感じるいけばな① 昼 みんなで上達ダーツ 夜 仕事と生活に活かすパソコン	朝 演歌の花道カラオケ① 朝 3Bスマイル体操① 昼 実用筆ペン① 昼 大人のぬりえ 夜 友愛カレッジ	朝 めざせ美文字ペン習字① 朝 楽しいパッチワーク 昼 フラワーアレンジメント 昼 リラックス太極拳① タ ころろ落ち着く書道②	朝 季節の絵手紙 朝 演歌の花道カラオケ② 昼 色鉛筆アート① 昼 やさしいおりがみ タ リフレッシュピンポン①	朝 一から学ぶ英会話 (小学生) 朝 チャレンジ英会話 朝 はじめて踊るフラダンス 朝 楽しく踊ろうダンス 昼 よさこいダンス タ ヤンヤン歌うカラオケ①	朝 スイミング① 朝 小学生スイミング① 朝 将棋はじめての一手 昼 バスケットボール タ レクリエーションポッチャ
第2週	休館日 朝 パソコンを楽しもう 朝 スポーツウェルネス吹矢① 昼 実用筆ペン② タ ころろはすむ合唱 タ リコーダーをもう一度	朝 紙バンドで編むエコラフト① 朝 音色を楽しむハーモニカ 昼 やさしいあみもの 昼 脳トレ&笑いヨガ①	朝 ころろ落ち着く書道③ 朝 めざせ美文字ペン習字② 昼 基礎から学ぶカラオケ① 昼 健康フラダンス	朝 楽しい切り絵① 朝 キミチ方式でも楽しめる水影画 昼 やさしい健康体操① 昼 楽しい手話 タ レッツダンス① タ レッツダンス②	朝 創作締め太鼓① 朝 リンパを開いてストレッチヨガ① 昼 創作締め太鼓② 昼 親のしゃべり場 昼 バドミントン	朝 スイミング② 朝 小学生スイミング② 朝 キッズダンス① 朝 キッズダンス② 朝 ポピーあそびの教室 昼 eスポーツを楽しもう
第3週	休館日 朝 ころろ落ち着く書道④ 朝 うたごえサロン 昼 季節を感じるいけばな② 昼 大人のバドミントン 夜 仕事と生活に活かすパソコン	朝 大人も楽しむeスポーツ 朝 わくわく楽しいデジカメ 昼 色鉛筆アート② 昼 ゴーゴーボウリング	朝 楽しいパッチワーク 朝 楽しい絵手紙 昼 いきいき音楽 昼 リラックス太極拳②	朝 伝統のおりがみ 朝 3Bスマイル体操② 昼 パステルNAGOMIアート タ リフレッシュピンポン②	朝 一から学ぶ英会話 (小学生) 朝 チャレンジ英会話 朝 演歌の花道カラオケ③ 昼 フライングディスク 昼 視覚障害者生活講座	休館日
第4週	休館日 朝 パソコンを楽しもう 朝 スポーツウェルネス吹矢② 昼 ころろ伝える筆文字① 昼 サウンドテーブルテニス	朝 めざせ美文字ペン習字③ 朝 和紙で彫るちぎり絵 昼 わくわくレクリエーション 昼 やさしいあみもの	朝 紙バンドで編むエコラフト② 朝 おしゃべり短歌 昼 基礎から学ぶカラオケ② 昼 元気ハツラツ体操	朝 楽しい切り絵② 朝 ちぎるこねるくつつける陶芸 昼 やさしい健康体操② 昼 楽しい手話 タ レッツダンス① タ レッツダンス②	朝 はじめての絵手紙 朝 リンパを開いてストレッチヨガ② 昼 子どもペン習字 昼 脳トレ&笑いヨガ②	朝 スイミング③ 朝 小学生スイミング③ 朝 キッズダンス① 朝 キッズダンス② 朝 ポピーあそびの教室 昼 ころろ伝える筆文字② 昼 ヤンヤン歌うカラオケ②
	不定期 サッカー	不定期 ゆうあい体操				

定員に空きがある場合、支援者のかたに受講いただけます。支援者のかたが申し込む場合、右の太枠にチェックしてください → ☐