

2019年度 定期講座申込み用紙

- 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
- 講座の開講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 | |
|------|--|----|--|

受付期間

2019年1月16日～2月16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 演歌の花道カラオケ① | 朝 めざせ美文字ペン習字① | 朝 季節の絵手紙 | 朝 一から学ぶ英会話 (小学生) | 朝 スイミング① |
| | 朝 健康1!2!3! | 朝 スマイル体操① | 朝 はじめてのPATCHワーク | 朝 演歌の花道カラオケ② | 朝 チャレンジ英会話 | 朝 小学生スイミング① |
| | 昼 季節を感じるいけばな① | 昼 実用筆ペン① | 昼 フラワーアレンジメント | 昼 色鉛筆アート | 朝 はじめて踊るフラダンス | 昼 バasketボール |
| | 昼 みんなで上達ダーツ | 昼 なつかしい版画 | 昼 リラックス太極拳① | 昼 やさしいおりがみ | 朝 楽しく踊ろうダンス | 昼 初心者のための将棋 |
| | 夜 支援者のパソコン | | 夕 ころろ落ち着く書道② | 夕 リフレッシュピンポン① | 昼 よさこいダンス | |
| 第2週 休館日 | 朝 いまから始めるパソコン | 朝 紙バンドで編むエコクラフト① | 朝 曲線の美を学ぶかな書道 | 朝 もっと上手になりたい PATCHワーク | 朝 どんどこ和太鼓 | 朝 スイミング② |
| | 朝 スポーツウェルネス吹矢① | 朝 音色を楽しむハーモニカ | 朝 めざせ美文字ペン習字② | 朝 キミ子方式 誰でも楽しめる水彩画 | 朝 リンパを開いて ストレッチヨガ① | 朝 小学生スイミング② |
| | 昼 実用筆ペン② | 昼 はじめてのあみもの | 昼 基礎から学ぶカラオケ① | 昼 やさしい健康体操① | 昼 はじめての和太鼓 | 朝 キッズダンス① |
| | 夕 ころろはむ合唱 | 昼 脳トレ&笑いヨガ | 昼 健康フラダンス | 夕 レッツダンス① | 昼 親のしゃべり場 | 朝 キッズダンス② |
| | 夕 リコーダーをもう一度 | | | 夕 レッツダンス② | 夜 楽しい手話(前期4~9月) | 朝 ポピーあそびの教室 |
| 第3週 休館日 | 朝 ころろ落ち着く書道③ | 朝 やさしいあみもの | 朝 はじめてのPATCHワーク | 朝 伝統のおりがみ | 朝 一から学ぶ英会話 (小学生) | 休館日 |
| | 朝 うたごえサロン | 朝 わくわく楽しいデジカメ | 朝 楽しい絵手紙 | 朝 スマイル体操② | 朝 チャレンジ英会話 | |
| | 昼 季節を感じるいけばな② | 昼 なつかしい版画 | 昼 いきいき音楽 | 昼 パステルNAGOMIアート | 朝 演歌の花道カラオケ③ | |
| | 昼 大人のバドミントン | 昼 ゴーゴーボウリング | 昼 リラックス太極拳② | 夕 リフレッシュピンポン② | 昼 フライングディスク | |
| | 夜 支援者のパソコン | | | | 昼 ブラインドサークル | |
| 第4週 休館日 | 朝 いまから始めるパソコン | 朝 めざせ美文字ペン習字③ | 朝 紙バンドで編むエコクラフト② | 朝 楽しい切り絵 | 朝 はじめての絵手紙 | 朝 スイミング③ |
| | 朝 スポーツウェルネス吹矢② | 朝 和紙で彩るちぎり絵 | 朝 おしゃべり短歌 | 朝 ちぎるこねる くっつける陶芸 | 朝 リンパを開いて ストレッチヨガ② | 朝 小学生スイミング③ |
| | 昼 ころろを伝える筆文字① | 昼 わくわくレクリエーション | 昼 基礎から学ぶカラオケ② | 昼 やさしい健康体操② | 昼 ポップスカラオケ① | 朝 キッズダンス① |
| | 昼 サウンドテーブルテニス | | 昼 笑って介護予防 | 夕 レッツダンス① | 夜 楽しい手話(前期4~9月) | 朝 キッズダンス② |
| | 夕 めざせ美文字ペン習字④ | | | 夕 レッツダンス② | | 朝 ポピーあそびの教室 |
| | | | | | 昼 ころろを伝える筆文字② | |
| | | | | | 昼 ポップスカラオケ② | |
| | | | | 不定期 バドミントン | 不定期 サッカー | 不定期 ゆうあい体操 |

支援者のかたがお申込みの場合、右の太枠にチェックしてください→