

# 友愛の家定期講座空き情報

文化講座

音楽講座

運動講座

その他の講座

2021年1月1日 現在

開催日時			講座名	空き	開催日時			講座名	空き	開催日時			講座名	空き
1	第1(火)	前	こころ落ち着く書道①	1	36	第4(日)	後	こころを伝える筆文字②	8	71	第2(水)		脳トレ&笑いヨガ①	6
2	第1(木)	夕	こころ落ち着く書道②	7	37	第4(水)		和紙で彩るちぎり絵	3	72	第4(土)		脳トレ&笑いヨガ②	6
3	第2(木)		こころ落ち着く書道③	0	38	第4(木)	前	おしゃべり短歌	8	73	第2(木)	後	健康フラダンス	2
4	第3(火)	前	こころ落ち着く書道④	1	39	第4(金)		ちぎるこねるくつつける陶芸	0	74	第2(金)		やさしい健康体操①	0
5	第1(火)		季節を感じるいけばな①	2	40	第1(水)	後	大人のぬりえ	3	75	第4(金)		やさしい健康体操②	0
6	第3(火)		季節を感じるいけばな②	0	41	第1(日)	前	将棋はじめの一步	5	76	第2(土)	前	リンパを開いてストレッチヨガ①	0
7	第1(水)	後	実用筆ペン①	0	42	第2(日)	後	eスポーツを楽しもう	0	77	第4(土)		リンパを開いてストレッチヨガ②	0
8	第2(火)		実用筆ペン②	0	43	第3(水)		大人も楽しむeスポーツ	8	78	第2(土)	後	バドミントン	1
9	第4(土)		子どもペン習字	0	44	第1(水)		演歌の花道カラオケ①	2	79	第3(火)		大人のバドミントン	5
10	第1(木)		めざせ美文字ペン習字①	2	45	第1(金)	前	演歌の花道カラオケ②	3	80	第2,4(日)	前	キッズダンス①	0
11	第2(木)	前	めざせ美文字ペン習字②	4	46	第3(土)		演歌の花道カラオケ③	1	81	第2,4(日)		キッズダンス②	3
12	第4(水)		めざせ美文字ペン習字③	4	47	第2(火)	夕	こころはずむ合唱	7	82	第3(水)		ゴーゴーホウリング	2
13	第1,3(木)		楽しいパッチワーク	1	48	第2(火)		リコーダーをもう一度	8	83	第3(土)		フライングディスク	2
14	第1(木)	後	フラワーアレンジメント	3	49	第3(火)	前	うたごえサロン	8	84	第4(火)	後	サウンドテーブルテニス	5
15	第1(金)	前	季節の絵手紙	0	50	第2(水)		音色を楽しむハーモニカ	4	85	第4(水)		わくわくレクリエーション	7
16	第1(金)		色鉛筆アート①	2	51	第2(木)		基礎から学ぶカラオケ①	3	86	第4(木)		元気ハツラツ体操	5
17	第3(水)	後	色鉛筆アート②	4	52	第4(木)	後	基礎から学ぶカラオケ②	1	87	第1(日)		スイミング①	0
18	第1(金)		やさしいおりがみ	10	53	第3(木)		いきいき音楽	5	88	第2(日)	前	スイミング②	0
19	第1,3(土)		一から学ぶ英会話(小学生)	0	54	第1(土)	夕	ヤンヤン歌うカラオケ①	0	89	第4(日)		スイミング③	0
20	第1,3(土)		チャレンジ英会話	2	55	第4(日)	後	ヤンヤン歌うカラオケ②	0	90	第1(日)	後	バスケットボール	0
21	第2,4(火)	前	パソコンを楽しもう	0	56	第1(火)	前	健康1, 2, 3	4	91	不定期の日と日どちみか		サッカー	20
22	第2(水)		紙バンドで編むエコクラフト①	0	57	第1(火)	後	みんなで上達ダーツ	0	92	第1(日)		小学生スイミング①	0
23	第4(木)		紙バンドで編むエコクラフト②	0	58	第1(水)	前	3Bスマイル体操①	3	93	第2(日)	前	小学生スイミング②	0
24	第2,4(水)	後	やさしいあみもの	0	59	第3(金)		3Bスマイル体操②	8	94	第4(日)		小学生スイミング③	0
25	第2(金)		楽しい切り絵①	2	60	第1(木)	後	リラックス太極拳①	3	95	不定期の日と日どちみか		ゆうあい体操	6
26	第4(金)	前	楽しい切り絵②	2	61	第3(木)		リラックス太極拳②	1	96	第1(日)	夕	レクリエーションポッチャ	4
27	第2(金)		キミ子方式誰でも楽しめる水彩画	10	62	第1(金)	夕	リフレッシュビンボン①	0	97	第2,4(日)	前	ポピー遊びの教室	0
28	第2(土)		創作縮め太鼓①	0	63	第3(金)		リフレッシュビンボン②	0	98	第2(土)		親のしゃべり場	16
29	第2(土)	後	創作縮め太鼓②	1	64	第1(土)	前	はじめて踊るフラダンス	0	99	第2,4(金)	後	楽しい手話(前期)	6
30	第3(水)		わくわく楽しいデジカメ	3	65	第1(土)		楽しく踊ろうダンス	0	100	第2,4(金)		楽しい手話(後期)	4
31	第3(木)	前	楽しい絵手紙	5	66	第2,4(金)	夕	レッツダンス①	0	101	第3(土)		視覚障がい者生活講座	14
32	第4(土)		はじめての絵手紙	3	67	第2,4(金)		レッツダンス②	3	102	第1,3(火)		仕事と生活に活かすパソコン	0
33	第3(金)		伝統のおりがみ	5	68	第1(土)	後	よさこいダンス	0	103	第1(水)	夜	友愛カレッジ(前期)	3
34	第3(金)	後	パステルNAGOMIアート	4	69	第2(火)	前	スポーツウェルネス映矢①	2	104	第1(水)		友愛カレッジ(後期)	4
35	第4(火)		こころを伝える筆文字①	0	70	第4(火)		スポーツウェルネス映矢②	3	105				

※前・・・午前(10時～12時)、後・・・午後(13時～15時)、夕・・・夕方(16時～18時)、夜・・・夜間(18時～20時) ※詳細は職員にお尋ねください。