

# 2021年4月～2022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

2021年1月13日から2月14日まで



月	火		水		木		金		土		日	
	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜
第1週	休館日											
		こころ落ち着く書道①	演歌の花道カラオケ①		はじめてのパッチワーク		演歌の花道カラオケ②		一から学ぶ英会話(小学生)		スイミング①	
		健康1!2!3!	3Bスマイル体操①		めざせ美文字ペン習字①		季節の絵手紙		チャレンジ英会話		小学生スイミング①	
		季節を感じるいけばな①	実用筆ペン①		フラワーアレンジメント		やさしいおりがみ		はじめて踊るフラダンス		3B親子ふれあい体操①	
		みんなで上達ダーツ	大人のぬりえ		リラックス太極拳①		色鉛筆アート①		楽しく踊ろうダンス		たのしい将棋	
	仕事と生活に活かすパソコン			こころ落ち着く書道②		リフレッシュピンポン①		楽しい手話		eスポーツを楽しもう①		
第2週	休館日											
		パソコンを楽しもう	音色を楽しむハーモニカ		めざせ美文字ペン習字②		楽しい切り絵①		創作締め太鼓①		スイミング②	
		スポーツウェルネス吹矢①	紙バンドで編むエコクラフト①		こころ落ち着く書道③		水彩画		リンパを開いてストレッチヨガ①		小学生スイミング②	
		実用筆ペン②	やさしいあみもの①		基礎から学ぶカラオケ①		やさしい健康体操①		創作締め太鼓②		キッズダンス①	
		俳句入門	脳トレ&笑いヨガ①		健康フラダンス		レッツダンス①		親のしゃべり場		キッズダンス②	
	こころはずむ合唱					レッツダンス②		バドミントン		ヤンヤン歌うカラオケ①		
	リコーダーをもう一度									レクリエーションポッチャ		
第3週	休館日											
		こころ落ち着く書道④	わくわく楽しいデジカメ		はじめてのパッチワーク		伝統のおりがみ		演歌の花道カラオケ③		休館日	
		うたごえサロン	eスポーツを楽しもう②		楽しい絵手紙		3Bスマイル体操②		一から学ぶ英会話(小学生)			
		季節を感じるいけばな②	色鉛筆アート②		友愛短歌		パステルNAGOMIアート		チャレンジ英会話			
		大人のバドミントン	ゴーゴーボウリング		リラックス太極拳②		イスに座ってできるやさしいヨガ		3B親子ふれあい体操②			
	仕事と生活に活かすパソコン					リフレッシュピンポン②		楽しい手話				
								視覚障害者生活講座				
								フライングディスク				
第4週	休館日											
		パソコンを楽しもう	めざせ美文字ペン習字③		話し方講座		楽しい切り絵②		はじめての絵手紙		スイミング③	
		スポーツウェルネス吹矢②	和紙で彫るちぎり絵		紙バンドで編むエコクラフト②		ちぎるこねるくっつける陶芸		リンパを開いてストレッチヨガ②		小学生スイミング③	
		こころを伝える筆文字①	やさしいあみもの②		基礎から学ぶカラオケ②		やさしい健康体操②		サッカー		キッズダンス①	
		サウンドテーブルテニス	わくわくレクリエーション		元気ハツラツ体操		レッツダンス①		子どもペン習字		キッズダンス②	
	バランスボール					レッツダンス②		脳トレ&笑いヨガ②		ヤンヤン歌うカラオケ②		
										こころを伝える筆文字②		

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 →

\*\*\* ゆうあい体操