

# 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4月4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	0	38	第3(金)	パステルNAGOMIアート	0	75	第2(水)	後	脳トレ&笑いヨガ①	6	
2	第1(木)	夕	こころ落ち着く書道②	0	39	第4(火)	こころを伝える筆文字①	0	76	第4(土)	後	脳トレ&笑いヨガ②	8	
3	第2(木)	前	こころ落ち着く書道③	0	40	第4(日)	こころを伝える筆文字②	1	77	第2(木)	後	健康フラダンス	6	
4	第3(火)		こころ落ち着く書道④	0	41	第4(水)	和紙で彩るちぎり絵	1	78	第2(金)	前	やさしい健康体操①	0	
5	第1(火)	後	季節を感じるいけばな①	5	42	第4(金)	ちぎるこねるくつつける陶芸	0	79	第4(金)	前	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	43	第4(土)	子どもペン習字①	9	80	第2(土)	前	リンパを開いてストレッチヨガ①-A	1	
7	第1(水)		実用筆ペン①	2	44	第4(土)	子どもペン習字②	0	81	第2(土)	前	リンパを開いてストレッチヨガ①-B	0	
8	第2(火)		実用筆ペン②	0	45	第1(日)	eスポーツを楽しもう①	5	82	第4(土)	前	リンパを開いてストレッチヨガ②-A	2	
9	第1(水)	大人のぬりえ	2	46	第3(水)	eスポーツを楽しもう②	7	83	第4(土)	後	リンパを開いてストレッチヨガ②-B	0		
10	第2(金)	前	楽しい切り絵①	0	47	第1(水)	演歌の花道カラオケ①	2	84	第2(土)	後	バドミントン	0	
11	第4(金)		楽しい切り絵②	0	48	第1(金)	演歌の花道カラオケ②	3	85	第3(火)	前	大人のバドミントン	9	
12	第1,3(木)		はじめてのパッチワーク	3	49	第3(土)	演歌の花道カラオケ③	4	86	第2,4(日)	前	キッズダンス①	0	
13	第1(木)		めざせ美文字ペン習字①	0	50	第2(火)	こころはずむ合唱	12	87	第2,4(日)	前	キッズダンス②	3	
14	第2(木)		めざせ美文字ペン習字②	0	51	第2(火)	リコーダーをもう一度	5	88	第3(水)	後	ゴーゴーボウリング	3	
15	第4(水)		めざせ美文字ペン習字③	0	52	第3(火)	うたごえサロン	16	89	第3(金)	後	イスに座ってできるやさしいヨガ	0	
16	第1(木)	後	フラワーアレンジメント	0	53	第2(水)	音色を楽しむハーモニカ	4	90	第3(土)	後	フライングディスク	2	
17	第1(金)	前	季節の絵手紙	0	54	第2(木)	基礎から学ぶカラオケ①	0	91	第4(火)	後	サウンドテーブルテニス	6	
18	第1(金)	後	やさしいおりがみ	6	55	第4(木)	基礎から学ぶカラオケ②	0	92	第4(水)	後	わくわくレクリエーション	6	
19	第1(金)		色鉛筆アート①	0	56	第2(日)	ヤンヤン歌うカラオケ①	0	93	第4(木)	前	元気ハツラツ体操	0	
20	第3(水)		色鉛筆アート②	2	57	第4(日)	ヤンヤン歌うカラオケ②	0	94	第1(日)	前	スイミング①	15	
21	第1,3(土)		一から学ぶ英会話(小学生)	0	58	第1(火)	健康1!2!3!	5	95	第2(日)	前	スイミング②	0	
22	第1,3(土)	前	チャレンジ英会話	0	59	第1(火)	みんなで上達ダーツ	0	96	第4(日)	後	スイミング③	0	
23	第1(日)	後	たのしい将棋	4	60	第1(水)	3Bスマイル体操①	2	97	第1(日)	後	バスケットボール	0	
24	第2,4(火)	前	パソコンを楽しもう	0	61	第3(金)	3Bスマイル体操②	7	98	第4(土)	前	サッカー	6	
25	第2(火)	後	俳句入門	5	62	第1(日)	3B親子ふれあい体操①	9	99	第1(日)	前	小学生スイミング①	5	
26	第2(水)	前	紙バンドで編むエコクラフト①	0	63	第3(土)	3B親子ふれあい体操②	9	100	第2(日)	前	小学生スイミング②	0	
27	第4(木)		紙バンドで編むエコクラフト②	3	64	第1(木)	リラックス太極拳①	4	101	第4(日)	後	小学生スイミング③	0	
28	第2(水)	後	やさしいあみもの①	0	65	第3(木)	リラックス太極拳②	3	102	不定期川土日	後	ゆうあい体操	18	
29	第4(水)		やさしいあみもの②	0	66	第1(金)	リフレッシュピンポン①	0	103	第2(日)	夜	レクリエーションポッチャ	2	
30	第2(金)	前	水彩画	2	67	第3(金)	リフレッシュピンポン②	4	104	第1,3(火)	夜	仕事と生活に活かすパソコン	0	
31	第2(土)		創作締め太鼓①	0	68	第1(土)	はじめて踊るフラダンス	1	105	第1,3(土)	後	楽しい手話(前期)	10	
32	第2(土)		創作締め太鼓②	0	69	第1(土)	楽しく踊ろうダンス	0	106	第1,3(土)	後	楽しい手話(後期)	20	
33	第3(水)	前	わくわく楽しいデジカメ	1	70	第2,4(金)	レッツダンス①	1	107	第2(土)	後	親のしゃべり場	16	
34	第3(木)		楽しい絵手紙	1	71	第2,4(金)	レッツダンス②	5	108	第3(土)	夜	視覚障がい者生活講座	14	
35	第4(土)		はじめての絵手紙	0	72	第1(土)	よさこいダンス	0	109	第4(火)	夜	バランスボール	0	
36	第3(木)	後	友愛短歌	4	73	第2(火)	スポーツウェルネス吹矢①	5	110	第4(木)	前	話し方講座	2	
37	第3(金)	前	伝統のおりがみ	3	74	第4(火)	スポーツウェルネス吹矢②	6	111					

※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) ※講座によっては時間が異なる場合がございます。詳細は職員にお尋ねください。