

受講生募集！

開講会場	教室名	講師	内 容	定員	開講曜日	初回開講日
橋場老人福祉館 橋場1-36-2 03-3876-2365	シャンソン	佐藤 優	シャンソンの魅力を講師の歌声と共に 楽しめます♪	20	火曜日	10月17日 午後
	ボディ コンディ ショ ニング	トモコ	呼吸、ストレッチ、簡単な体操、筋トレ等で、 ご自身の体調を整えるプログラムです	15	木曜日	10月12日 午後
	コーラス	熊谷 寿美子	キーボードの演奏で、コーラスのコツを 学びます	20	金曜日	10月20日 午前
	手品入門	片山 彰人	覚えやすい簡単な手品を学びます (道具代<トランプ等>として800円)	20	金曜日	10月13日 午前
	スマートフォン	竹箒の会	触れてみようスマートフォン！ 初心者向けの教室です (教室用のスマートフォンをご用意します)	15	土曜日	10月21日 午前
三筋老人福祉館 三筋2-16-4 03-3866-2417	昭和歌謡	萩原 守男	ギターの演奏で、懐かしい昭和歌謡を 楽しめます♪	15	月曜日	10月16日 午後
	書道	藤原 桂洲	「書は人なり」自らの手で 表現し、楽しんでみませんか！	15	木曜日	10月19日 午後
	ストレッチ	深沼 かえで	体を気持ちよく伸ばして 呼吸と共に動かしながら 体を軽くしていきましょう！	10	金曜日	10月13日 午後
	チェアヨガ	ミラ	ヨガの基本的な動作を、椅子を活用 して無理なく行います	10	金曜日	10月 6日 午後
	スマートフォン	竹箒の会	触れてみようスマートフォン！ 初心者向けの教室です (教室用のスマートフォンをご用意します)	15	土曜日	10月21日 午後

午前：午前10時～11時30分、午後：午後1時30分～3時

申込締切 **令和 5年 9月 12日 (火) 必着**

開講期間 **令和5年10月～令和6年 3月(全10回)**