

10月3日(月)午後1時30分～3時、総合老人福祉センターで、「自分らしく生きるための終活」をテーマに。市内在住の60歳以上の人(先)150人(先)500円(先)9月5日～23日に電話か直接同センター(左下表参照)。

求人

シルバー人材センター 新入会

員説明会

9月12日(月)・10月11日(火)午後1時から、尼崎シルバー会館で。市内在住の60歳以上の人(先)9月5日から電話で同センター☎6481・3380。

10月から開講する定期教室

教室名	曜日	回数	料金(円)
総合老人福祉センター			
尼崎オリジナル筋力アップ体操	月	18	2,300
	水	18	2,300
歌はともだち	火	10	4,700
わいわい歌謡体操	火	10	3,000
ゆるやか健康ヨガ	火	12	5,700
いきいき! 元気体操(2クラス)	火～土	100	9,300
かんたん手芸	水	10	9,800
初心者のための社交ダンス	水	15	6,300
中級者のための社交ダンス	水	15	6,300
元気・前向き・からだづくり	水	12	6,300
爽快! 脳トレ大学	木	10	4,000
おしゃべり&レクリエーション体操	木	12	5,700
メロディーピクス	金	12	5,700
午後の歌声	金	10	4,700
お手軽健康料理	金	5	7,000
千代木園			
もりもり体操(2クラス)	毎日	125	3,200
ペンと毛筆	火	10	3,500
みんなで弾こう! ウクレレ	水	10	◎3,500
はがきに描く水彩色えんぴつ画	水	10	3,500
着物と洋服のリフォーム(3クラス)	水	10	4,800
チャレンジ! 水彩画	木	10	3,400
オカリナ入門	金	10	◎3,500
全身スッキリ体操	金	10	3,500
福喜園			
ステップ体操(2クラス)	月～木	80	2,000
福喜園体操	月・水・土	65	1,000
	火・木・日	65	1,000
趣味の生け花	火	10	14,000
わたしの絵手紙	水	10	◎3,000
	日	10	◎3,000
気軽に水彩画	水	10	◎3,000
創作折り紙	土	10	4,000
メッシュで作るアクセサリー	土	10	8,500

◎受講料のほかに教材費などが必要です

詳しくは各老人福祉センターへ

施設名	住所	電話番号	休館日
総合老人福祉センター	東難波町4丁目9-25	6489-1112	日曜日
鶴の巣園	東園田町6丁目91-2	6491-1085	水曜日
千代木園	稲葉荘2丁目24-5	6417-9162	月曜日
福喜園	南武庫之荘1丁目7-20	6436-6230	金曜日
和楽園	東大物町1丁目1-3	6488-2485	木曜日

老人福祉センターの教室

各老人福祉センターでは、市内在住の60歳以上の人(認知症サポート)養成講座はその家族も)を対象に、さまざまな教室を開催しています。

でに電話か直接会場の老人福祉センターへ。申し込み多数の場合は抽選。

パソコン教室

パソコン使いこなし術 動画を作ろう! ムービーメーカー講座

9月29日(木)・10月6日(木)・20日(木)午後1時30分～3時30分、鶴の巣園で。(先)8人(先)6500円(先)9月4日から電話か直接同園。

ワード応用学習

10月3日～11月7日月曜日計5回午前10時～正午、総合老人福祉センターで。(先)12人(先)8000円

定期教室

10月から開講する定期教室は左表の通り。期間は6カ月程度。時間は教室により異なります。定員12～70人。いずれも申し込みは9月10日ま

講座

認知症サポート養成講座

9月29日(木)午後1時30分～3時、総合老人福祉センターで。(先)30人(先)9月5日から電話か直接同センター。

9月5日から電話か直接同センター。