

笑顔が光る生きがいづくり

老人福祉センターで行う教室の受講生を募集

各老人福祉センター（**下表**参照）

各老人福祉センターで4月から開講する教室の受講生を**下表**のとおり募集します。期間はおおむね半年～1年。時間や定員は教室により異なります。

いずれも市内在住の60歳以上の人 **¥**1,200円～1万5800円。別途教材費などが必要なものもあります **■**4月1

日(和楽園は2日)～6日に電話か、保険証など住所・氏名・年齢が分かるものを持って直接受講を希望する老人福祉センター。複数の教室に申し込みができます。

開始時期など詳しくは、各老人福祉センターへお問い合わせください。応募多数の場合は抽選。

教室名		曜日	回数	おしゃれな手編み		「うまくなる」かな書道(2クラス)	
総合老人福祉センター 東難波町4丁目9-25 ☎6489-1112 ■ 日曜日				木	20	木	20
				漢字書道	20	木	20
ビデオで体操 筋力アップ 月 12				金	20	土	10
				笑って気楽に脳トレ	20	創作折り紙	10
いきいき! 元気体操 火・木曜クラス 40 水・金曜クラス 40				◎	250	和楽園 東大物町1丁目1-3 ☎6488-2485 ■ 木曜日	
				絵手紙	20	実用ボールペン字	20
歌はともだち 10				千代木園 稲葉荘2丁目24-5 ☎6417-9162 ■ 月曜日			
				60歳からの“毎日体操”(8クラス)			
水彩で描く! ハガキ絵 からだのゆがみ・バランス改善 ゆるやか健康ヨーガ				火	20	月	20
				ペンと毛筆	火	20	頭の体操「脳トレ」
筆ペン字を始めよう 筆ペン字を楽しもう 楽しい手編み 輪(わ)ハハ体操				水	20	火	20
				はじめてのウクレレ(初心者向け)	20	マイ・パッチワーク	20
筋力アップ体操 水曜クラス 11 金曜クラス 11				水	20	火	20
				楽しもう! ウクレレ	20	やさしい絵手紙	20
ハッピーコーラス 爽快! 脳トレ大学 ワイワイ♪ 歌体操				木	20	火	20
				はがきに描く水彩色えんぴつ画	水	20	気軽に太極拳
午後5時の歌声 軽快! イスでリズム体操				金	20	水	20
				着物と洋服のリフォーム(3クラス)	20	リラックスヨガ	20
鶴の楽園 東園田町6丁目91-2 ☎6491-1085 ■ 水曜日				◎	260	水	10
				ヨガセラピー	20	いいね! 手編み	20
楽しく描こう! 絵画 エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				木	20	水	20
				機能改善エクササイズ	木	20	これでOK! 英会話
楽しく描こう! 絵画 エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				金	20	水	20
				チャレンジ! 水彩画	20	優雅にフラダンス	20
カホンを叩(たた)こう! 楽しもう! 懐メロ・童謡! ふれあい歌ひろば 大人のためのやり直し英会話 楽しく! フォークダンス				◎	260	水	10
				オカリナ入門(2クラス)	金	20	はじめての英会話
楽しく! フォークダンス				◎	260	金	20
				もりもり体操(4クラス)	◎	260	やさしい筆ペン
福喜園 南武庫之荘1丁目7-20 ☎6436-6230 ■ 金曜日				月	20	金	20
				リズム de コーラス(2クラス)	月	20	なつかしのハーモニカ
楽しく描こう! 絵画 エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				月	160	金	20
				ステップ体操(4クラス)	月	160	チャレンジ! 英会話
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				火	10	金	20
				趣味の生け花	火	10	レクリエーションダンス
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				火	20	金	20
				気軽にしゃべり英会話	火	20	川柳 de 遊ぼう
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				水	20	金	20
				楽しいひとときフラダンス	水	20	自由に描く絵画
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				水	20	金	20
				気軽に水彩画	水	20	元気にコーラス
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				水	20	※	120
				しなやか柔軟(ピラティス)体操	水	20	みんなの健康体操(8クラス)
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				水	20	◎=休館日を除く毎日 ※=各クラス週3回	
				チェア体操「リズムアップ・クラブ」	水	20	
エンジョイ! コーラス(2クラス) からだ健やかヨガ チャレンジ!! エアロビクス				水曜クラス	20		
				わたしの絵手紙	日曜クラス		

過去の教室の様子