

8月申込事業一覧【要申込】

これは申込用紙ではありません

	事業名	日にち	時間	会場	講師名	参加費	持ち物
1	飯作さんのエアロビクス①	8月2日(火)	13:30~14:00	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
2	飯作さんのエアロビクス②	8月2日(火)	14:00~14:30	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
3	飯作さんのエアロビクス③	8月16日(火)	13:30~14:00	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
4	飯作さんのエアロビクス④	8月16日(火)	14:00~14:30	教養文化工作室	飯作俊介氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
5	のろさんの毎日元気	8月4日(木)	11:00~12:30	教養文化工作室	野呂尚史氏	¥100	マットふき用タオル
6	自力で骨盤調整①	8月4日(木)	10:15~10:45	大広間	稲田愛氏	¥100	なし
7	自力で骨盤調整②	8月4日(木)	10:45~11:15	大広間	稲田愛氏	¥100	なし
8	だれでも筋トレ	8月13日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	片山美奈子氏	¥100	室内履き、レッグバンド
9	リズムでストレッチ	8月2日(火)	10:30~11:30	教養文化工作室	近藤千恵氏	¥100	室内履き
10	からだケアとリズムでウォーキング	8月10日(水)	13:30~14:30	教養文化工作室	田中有紀子氏	¥100	室内履き、マットふき用タオル
11	リラックスヨガ①	8月11日(木)	10:15~11:05	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	マットふき用タオル
12	リラックスヨガ②	8月18日(木)	10:15~11:05	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	マットふき用タオル
13	リフレッシュエアロビクス	8月5日(金)	13:30~14:20	教養文化工作室	相原悦子氏	¥100	室内履き
14	脳!きたえ〜る	8月27日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	瀬戸綾子氏	¥100	なし
15	軽快にイスラエルのステップ	8月21日(日)	9:30~11:00	教養文化工作室	那須達磨氏 馬淵真希氏	¥100	室内履き
16	椅子に座ってタップステップ	8月31日(水)	13:30~14:30	教養文化工作室	菊池未来氏	¥100	室内履き
17	足指トレーニング	8月20日(土)	10:30~11:30	教養文化工作室	片山美奈子氏	¥100	室内履き、5本指ソックス、ハンドタオル
18	椅子でちょっと体操	8月25日(木)	10:15~10:45	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	室内履き
19	ミニボールエクササイズ	8月25日(木)	10:50~11:20	教養文化工作室	稲田愛氏	¥100	室内履き
20	スローエアロビクス	8月26日(金)	11:00~11:50	教養文化工作室	相原悦子氏	¥100	室内履き
21	ようこそルーブルハ	8月18日(木)	13:30~15:00	機能訓練室	福島 基之氏	¥100	筆記用具
22	筋トレ! 男子~フレイル予防に~ 1コース8回(8月~11月)	①8/9②8/23③9/13 ④9/27⑤10/11⑥10/25 ⑦11/8⑧11/29	14:00~15:00	機能訓練室	篠達雄氏	毎回 ¥100	なし
23	ZOOMはじめてサロン	8月20日(土)	10:00~12:00	大広間	岡田 清氏 職員	無料	筆記用具 ノートパソコンまたはスマホ
24	パソコンはじめまして①②(2回1コース)	8月3日・10日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	廣田春夫氏	無料	筆記用具
25	パソコンはじめまして③④(2回1コース)	8月17日・24日(水)	14:00~15:30	パソコンコーナー	鋸持太郎氏	無料	筆記用具
26	けん玉教室	8月14日(日)	14:00~15:00	大広間	吉本秀一氏 麻田和伸氏	無料	あればけん玉
27	岩渕職員の卓球パラダイス	8月21日(日)	13:30~15:00	教養文化工作室	職員	無料	室内履き、あればラケット
28	岩渕職員の体操パラダイス①	8月6日(土)	14:00~15:00	機能訓練室	職員	無料	なし ①or②どちらか1回
29	岩渕職員の体操パラダイス②	8月14日(日)	13:30~14:30	教養文化工作室	職員	無料	室内履き ①or②どちらか1回
30	岩渕職員の初心者パソコン相談室①	8月20日(土)	13:30~14:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
31	岩渕職員の初心者パソコン相談室②	8月20日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
32	岩渕職員の初心者パソコン相談室③	8月27日(土)	13:30~14:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
33	岩渕職員の初心者パソコン相談室④	8月27日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
34	白石職員のスマホお悩み相談室①	8月6日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
35	白石職員のスマホお悩み相談室②	8月6日(土)	14:30~15:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
36	白石職員のスマホお悩み相談室③	8月13日(土)	14:00~14:30	パソコンコーナー	職員	無料	なし
37	白石職員のスマホお悩み相談室④	8月13日(土)	14:30~15:00	パソコンコーナー	職員	無料	なし
38	電子ゲーム体験会①	8月2日(火)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
39	電子ゲーム体験会②	8月12日(金)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
40	電子ゲーム体験会③	8月19日(金)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし

41	電子ゲーム体験会④	8月23日(火)	14:00~16:30 ※入退室自由	大広間	職員	無料	なし
42	世界に一つ！オリジナルカレンダー作り	8月30日(火)	10:15~11:45	機能訓練室	職員	無料	お持ち帰り用の袋
43	折り紙～金魚～	8月23日(火)	10:15~11:45	機能訓練室	職員	無料	折り紙 お持ち帰り用の袋
44	大人の塗り絵	8月16日(火)	11:00~12:00	教養文化工作室	職員	無料	色鉛筆
45	バロック音楽へのお誘い (お話しと演奏)	8月30日(火)	14:00~15:00	教養文化工作室	入 智子氏	¥100	筆記用具
46	仲町寄席「怪談噺」～噺と話し～	8月5日(金)	10:30~12:00	教養文化工作室	樺家 しい朝氏他 (大泉落語研究会)	無料	笑い拍手
47	ふれあいZUMBAズンバ	8月23日(火)	10:30~11:30	教養文化工作室	MIHO氏	¥100	室内履き
48	英語・はじめの一步 1コース6回(毎月第2.3金曜日)	①8/12②8/19③9/9 ④9/16⑤10/14⑥10/21	14:00~15:00	教養文化工作室	石田厚子氏	¥100	筆記用具
49	もっと知りたい！イギリス文化 ～芸術と文化の国、その素顔とは～	8月14日(日)	10:30~11:30	教養文化工作室	ワトソン環氏	無料	筆記用具
50	あつまれ！夏祭り (太鼓・ウクレレ・「楽器と唄」MOK観覧)	8月7日(日)	10:30~12:30	教養文化工作室	日本民謡太鼓鼓道 ウクレレ MOK	無料	
51	わくわく工房(麦わら帽子のマスコット)	8月7日(日)	14:00~15:30 夏祭り時間内	大広間	職員	無料	なし
52	IT何でも相談室(パソコン・スマホ等)	8月27日(土)	①10:10~10:40 ②10:50~11:20 ③11:30~12:00	パソコンコーナー	岡田 清氏	無料	なし

事業申し込み方法

8月事業申込日：7月20日(水)午前9時～

【申込初日のみ】
お一人5種まで申込可能

- ①【事業申込一覧表】に氏名等の必要事項を記入、参加希望講座の欄に○を付ける。
(初日に限り、お一人5種までのお申込みとなります。翌日以降は空き枠があればいくつでも申込可能)
 - ②【事業申込一覧表】を職員に渡し、各教室の【参加申込書】を職員から受け取り、氏名を記入する。
 - ③【参加申込書】を職員に渡す。職員が一覧表と照合、参加が確定したら【参加者控え】を受け取り、申込完了。
- ※混雑した場合はお待ちいただく場合がございますので、予めご了承ください。

※同日同時刻より、お電話でも申込可能となります。