

2021年度 神明いきいきプラザ 前期教室一覧

★印は芝地区いきいきクラブです。

お申込み・お問合せ：03-3436-2500

| 区分 | 事業名 | 曜日(開催週) | 時間 | 月謝・教材費 | 対象 ※すべて港区在住 | 定員 |
|--------------------------------|---------------------------|-------------|-------------|---------------|----------------|----|
| 趣味・ 教養・ 娯楽 | カラオケ① | 月(毎週) | 13:30~14:20 | 無料 | 60歳以上 | 13 |
| | カラオケ② | 月(毎週) | 14:30~15:20 | 無料 | 60歳以上 | 13 |
| | 絵手紙① | 月(2・4) | 10:00~11:00 | 100円/月 | 概ね50歳以上 | 7 |
| | 絵手紙② | 月(2・4) | 11:15~12:15 | 100円/月 | 概ね50歳以上 | 7 |
| | ★ネイティブに学ぶBritish English① | 月(2・4) | 17:30~18:30 | 1,600円/月 | 概ね50歳以上 | 8 |
| | ★ネイティブに学ぶBritish English② | 月(2・4) | 18:45~19:45 | 1,600円/月 | 概ね50歳以上 | 8 |
| | ★英語でConversation(初中級) | 火(毎週) | 10:00~10:45 | 600円/回 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | ★英語でConversation(中上級) | 火(毎週) | 11:00~11:45 | 600円/回 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | 英語でLet's sing(夜間) | 火(毎週) | 17:30~19:00 | 無料 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | 英語でLet's sing(午前) | 水(毎週) | 10:30~12:00 | 無料 | 概ね50歳以上 | 25 |
| | 茶道(表)① ※6月より開催予定 | 水(1・3) | 9:30~12:30 | 1,500円/月 | 概ね50歳以上 | 10 |
| | 茶道(表)② ※6月より開催予定 | 水(1・3) | 13:30~16:30 | 1,500円/月 | 概ね50歳以上 | 10 |
| | 美しいペン字を書く | 水(2) | 14:00~16:00 | 1,000円/回 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | 基本の「書」 | 水(4) | 14:00~16:00 | 1,000円/回 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | 絵本アート教室 | 木(毎週) | 10:30~12:30 | 500円/月 | 概ね50歳以上 | 8 |
| | 美しいかなを書く① | 木(1・3) | 14:00~16:00 | 1,000円/回 | 概ね50歳以上 | 25 |
| | 美しいかなを書く② | 木(2・4) | 14:00~16:00 | 1,000円/回 | 概ね50歳以上 | 25 |
| | ★仏原語シャンソン | 木(1・3) | 14:00~15:00 | 2,200円/月 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | パステルアート | 金(1) | 13:30~15:30 | 500円/回 | 概ね50歳以上 | 8 |
| | 水墨画 | 金(2・4) | 14:00~16:00 | 1000円/月 | 概ね50歳以上 | 10 |
| 囲碁(初級~中級) | 土(毎週) | 10:00~10:40 | 無料 | 概ね50歳以上 | 20 | |
| 囲碁(上級~有段) | 土(毎週) | 11:00~11:40 | 無料 | 概ね50歳以上 | 20 | |
| 健康・ エクササイズ・ スポーツ・ ダンス | ★ゴルフ入門 | 月(毎週) | 10:00~11:30 | 500円/回 | 概ね50歳以上 | 20 |
| | ★姿勢矯正ストレッチ&ダンス | 月(毎週) | 11:00~12:00 | 500円/回(※会場費別) | 概ね50歳以上 | 11 |
| | 社交ダンス(中級) | 火(2・4) | 10:00~12:00 | 1000円/月 | 概ね50歳以上 | 15 |
| | ふれあい卓球① | 火(毎週) | 13:00~14:00 | 無料 | 60歳以上 | 25 |
| | ふれあい卓球② | 火(毎週) | 14:20~15:20 | 無料 | 60歳以上 | 25 |
| | 社交ダンス(初級) | 水(毎週) | 13:00~14:30 | 500円/回 | 概ね50歳以上 | 15 |
| | 木曜ヨガ(姿勢の美)① | 木(1・3) | 13:30~14:40 | 500円/半期 | 概ね50歳以上 | 9 |
| | 木曜ヨガ(姿勢の美)② | 木(2・4) | 13:30~14:40 | 500円/半期 | 概ね50歳以上 | 9 |
| | ★オラア・ビューティー | 金(2・4) | 13:30~14:30 | 2,300円/月 | 概ね50歳以上 | 15 |
| | 芝ピンポンケア教室~ラージボールで介護予防~ | 金(毎週) | 13:15~15:00 | 無料 | 60歳以上 | 20 |
| | 日曜ヨガ(アシュタンガヨガ)① | 日(毎週) | 9:45~10:45 | 無料 | 概ね50歳以上 | 8 |
| | 日曜ヨガ(アシュタンガヨガ)② | 日(毎週) | 11:00~12:00 | 無料 | 概ね50歳以上 | 8 |

※ 講師や当プラザ、天候の都合により休講や日程変更がある場合がございます。何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。
プログラムの詳しい内容につきましては、スタッフまでお問い合わせください。