

## 神明いきいきプラザ参加者募集教室一覧

対象		60歳以上の区民			
曜日	週	事業名	時間	月謝・教材費	定員
月	毎週	カラオケ①	13:00-14:00	無料	14
月	毎週	カラオケ②	14:30-15:30	無料	14
火	毎週	ふれあい卓球①	13:00-14:00	無料	25
火	毎週	ふれあい卓球②	14:20-15:20	無料	25
金	毎週	芝ピンポンケア教室～ラージボールで介護予防～	13:00-15:00	無料	18

対象		おおむね50歳以上の区民			
曜日	週	事業名	時間	月謝・教材費	定員
月	毎週	座タップダンス健康法	10:30-11:30	無料	22
月	2・4	絵手紙①	10:00-11:00	100円/月	7
月	2・4	絵手紙②	11:15-12:15	100円/月	7
火	毎週	日常英会話 初級	10:00-10:45	無料	20
火	毎週	日常英会話 中級	11:00-11:45	無料	20
火	2・4	社交ダンス(中級)	10:00-12:00	1,000円/月	15
火	2・4	ヴォイストレーニング①	10:00-11:00	無料	25
火	2・4	ヴォイストレーニング②	11:10-12:10	無料	25
火	毎週	英語でLet's sing(夜間)	17:30-19:00	無料	25
水	毎週	英語でLet's sing(午前)	10:30-12:00	無料	25
水	毎週	社交ダンス(初級)	13:00-14:30	500円/回	15
水	1・3	茶道(表)①	9:30-12:30	1,500円/月	10
水	1・3	茶道(表)②	13:30-16:30	1,500円/月	10
水	1	俳句	13:30-15:30	500円/回	17
水	2	美しいペン字を書く	14:00-16:00	1,000円/回	20
水	4	基本の「書」	14:00-16:00	1,000円/回	20
木	毎週	絵本アート教室	10:00-12:00	500円/月	8
木	1・3	美しいかなを書く①	14:00-16:00	1,000円/回	20
木	2・4	美しいかなを書く②	14:00-16:00	1,000円/回	20
木	1・3	木曜ヨガ(姿勢の美)①	13:30-14:40	無料	10
木	2・4	木曜ヨガ(姿勢の美)②	13:30-14:40	無料	10
木	1・3	仏原語シャンソン	14:00-15:00	無料	20
金	毎週	スポーツウェルネス吹矢	10:00-11:45	無料	14
金	1	パステルアート教室	13:30-15:30	500円/回	8
金	2・4	水墨画	14:00-16:00	1,000円/月	10
金	2・4	フラダンス入門	13:30-14:30	無料	15
土	毎週	囲碁(初級～中級)	9:30-10:45	無料	20
土	毎週	囲碁(上級～有段)	11:00-12:15	無料	20
日	毎週	日曜ヨガ(アシュタンガヨガ)①	9:45-10:45	無料	10
日	毎週	日曜ヨガ(アシュタンガヨガ)②	11:00-12:00	無料	10