

# 「令和6年度 前期講座」のご案内

講座名 (講師名)	曜日	時間	定員	持ち物	参加費	日程										予備日
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1 リフレッシュ体操A (清水 泰平先生)	火	13:15 ～ 14:15	40	室内シューズ、フェイスタル、飲み物 *動きやすい服装でお越しください。	無料	4/16	5/7	5/21	6/4	6/18	7/2	7/16	8/6	9/3	9/17	
2 リフレッシュ体操B (清水 泰平先生)	火	13:15 ～ 14:15	40	室内シューズ、フェイスタル、飲み物 *動きやすい服装でお越しください。	無料	4/23	5/14	5/28	6/11	6/25	7/9	7/23	8/13	8/27	9/10	
3 はつらつ体操 (青木 泰代先生)	月	10:00 ～ 11:30	20	室内シューズ、フェイスタル、飲み物 *動きやすい服装でお越しください。	無料	4/8	4/22	5/13	5/27	6/10	6/24	7/8	7/22	8/26	9/9	
4 超ソフトエアロビ体操 (初山 千鶴先生)	火	10:00 ～ 11:30	20	室内シューズ、フェイスタル、飲み物 大判タオル(ヨガマット) *動きやすい服装でお越しください。	無料	4/9	4/23	5/14	5/28	6/11	6/25	7/9	7/23			
5 楽しくポッチャ (幸スポーツセンター職員)	木	13:30 ～ 14:30	18	室内シューズ、フェイスタル、飲み物 *動きやすい服装でお越しください。	無料	4/11	4/25	5/9	5/23	6/13	6/27	7/11	7/25			
6 枕草子を読む (中村 ひろ子先生)	水	13:30 ～ 15:30	20	筆記用具、テキスト(ビギナーズ・クラシックス日本の古典『枕草子』角川ソフィア文庫 ※テキスト代は参加費に含まれています。お持ちの方は資料代 80円のみ)	828円	4/17	5/1	5/15	6/5	6/19	7/3	7/17	8/7	8/21	9/4	9/18
7 東海道五十三次 [戸塚～箱根編] (大林 正樹先生)	金	10:00 ～ 11:30	16	筆記用具	無料	4/12	5/10	6/14	7/12	8/9	9/13					
8 和を楽しむ 大人の切り絵 (江川 興櫻先生)	水	9:30 ～ 11:30	12	筆記用具、小さな紙くず入れ	744円	4/10	4/24	5/8	5/22	6/12	6/26	7/10				7/24
9 はじめての陶芸 (相澤 憲一先生)	水	10:00 ～ 11:30	6	エプロン、 タオル(汚れても良い手ぬぐい等)	※1) 2800円	5/15	5/22	5/29	6/19	7/3						7/17
10 おのれしょこうざ 己書幸座 (濱田 恵海先生)	金	13:30 ～ 15:30	12	ぺんてる筆(黒・中字・顔料インク) 落書き帳、絵の具用水入れ ポケットティッシュ	※1) 300円	4/26	5/10	5/24	6/14	6/28	7/12	7/26				8/9
11 どなたでも彫れる 仏像 (苅部 勝美先生)	金	9:30 ～ 11:30	6	筆記用具、ものさし 彫刻刀(お持ちの方)	※1) 500円	4/19	5/17	6/7	6/21	7/5	7/19	8/2	8/16			9/6
12 シニア向けスマホ講座 (iPhone) (藤井 靖子先生)	月	13:30 ～ 15:30	20	iPhone(お持ちの方)、筆記用具	30円	4/8	5/13	6/10	7/8	8/19	9/9					
13 シニア向けスマホ講座 (Android) (藤井 靖子先生)	月	13:30 ～ 15:30	20	Android(お持ちの方)、筆記用具 *かんたんスマホも含まれます。	30円	4/22	5/27	6/24	7/22	8/26	9/30					

※1)講座キットは、別途講師にお支払いいただきます。

## 【募集期間】 令和6年3月1日(金)～3月15日(金) 9時～16時(日曜、祝日除く)

**【応募資格】** 市内在住の60歳以上の方  
 ※講座受講決定後、当センターの利用証が必要になります。  
 ※当センターの利用証をお持ちでない方は、利用証を発行いたしますので、本人確認書類(健康保険証等)と緊急連絡先が分かるものをご持参ください。

**【応募方法】** 下記申込書と、氏名・住所・郵便番号を記入した63円ハガキ(結果通知用)を本人が直接ご持参ください。

**【注意事項】**

- 一人一講座のみ応募できます。(応募者多数の場合は抽選となります)
- 電話でのお申込みは受け付けておりません。
- 全日程、参加可能な講座をお申込み下さい。
- プラザ主催の講座の受講歴を考慮し優先順位を決定します。過去の受講に対し正当な理由なく取りやめ、欠席がある場合は、受講をお断りする場合がございます。
- 当落の結果は、ハガキにて応募者全員に通知致します。
- 定員に達しなかった講座のみ、二次募集を行う場合がございます。(先着順)
- 一般の方が利用できる駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。
- 教材費は返金致しませんので、ご了承ください。
- 講座では、お当番制で、講座の準備・片付け等のご協力をお願いしております。



さいわい健康福祉プラザ

申込み・問合せ **さいわい健康福祉プラザ**  
 〒212-0023 川崎市幸区戸手本町1-11-5 ☎044-541-8000

## 令和6年度 前期講座 申込書

受付日 /

利用証番号				講座名	
ふりがな				性別	男・女
氏名					
生年月日	年	月	日	(歳)	【職員記入欄】 ・利用証 有・無 ・過去1年間の 講座受講歴 有・無 ・全日程の参加確認 有・無
電話					職員印

※『枕草子を読む』テキスト(要・不要)