

# 平成30年度後期 高齢者福祉講座 欠員再募集

高齢者福祉講座(全8回)の欠員を再募集します。各施設へお問い合わせ、お申し込みください。

◆受講対象者

市内に住所を有する60歳以上の方



◆申込方法

先着順

10月3日(水) 9時30分より、各施設に直接来館、電話、ファックスでお申し込みください。

◆注意事項

欠員再募集は、次の方も応募できます。

①今年度前期及び前年度(平成29年度)、同一区内で同一講座を受講した方。

②今年度、同一区内で通年の講座を受講中の方。

募集人数は変動しますので、各施設にご確認ください。



平成30年10月3日 現在

## 中央いきいきプラザ

中央区松ヶ丘町257-1 電話043-209-9000 FAX043-209-9006

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	健康づくりで 介護予防	17	第1・3火(10月16日)	9:30 ~ 11:30	資料代120円、動きやすい服装、 飲み物、電卓
2	大人のための ダーツ教室	5	第1・3木(10月18日)	9:30 ~ 11:30	ダーツ道具使用料及び資料代800円、 運動しやすい服装・靴
3	カラオケ	1	第1・3金(10月19日)	9:30 ~ 11:30	資料代40円、筆記用具
4	アンドロイド タブレット入門	14	第1・3土(10月20日)	9:30 ~ 11:30	テキスト代400円、筆記用具、 タブレットPCは無料貸出

## 蘇我いきいきセンター

中央区今井1-14-38 電話043-264-6966 FAX043-264-6967

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	羊毛フェルト	7	第1・3月(10月15日)	14:30 ~ 16:30	道具代1,600円、教材費2,500円、 テキスト代50円、はさみ

## 花見川いきいきプラザ

花見川区三角町750 電話043-216-0080 FAX043-216-0083

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	アンドロイド タブレット入門A	12	第1・3月(10月15日)	12:00 ~ 14:00	テキスト代400円、筆記用具、 タブレットPCは無料貸出
2	健康づくりで 介護予防	13	第2・4水(10月24日)	9:30 ~ 11:30	資料代(随時)、運動靴、タオル、飲み物
3	ゴルフ	3	第1・3木(10月18日)	10:00 ~ 12:00	ゴルフクラブ、ゴルフのできる服装、 練習ボール代毎回1,500円
4	大人のための ダーツ教室A	6	第2・4土(10月27日)	9:30 ~ 11:30	筆記用具、資料・用具消耗品代800円、 運動しやすい服装・靴(サンダル不可)

## 花見川いきいきセンター

花見川区花見川9-1 電話043-286-8030 FAX043-286-8031

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	健康リフレッシュ体操	14	第1・3月(10月15日)	9:30 ~ 11:30	筆記用具、上履き、汗拭きタオル、飲み物
2	健康体操B	5	第2・4月(10月22日)	9:30 ~ 11:30	運動しやすい服装、筆記用具、汗拭きタオル(手ぬぐいサイズ)、飲み物
3	大人のための ダーツ教室B	11	第2・4水(10月24日)	12:00 ~ 14:00	筆記用具、資料・用具消耗品代800円、 運動しやすい服装・靴(サンダル不可)

## さつきが丘いきいきセンター

花見川区さつきが丘1-32-3 電話043-250-4651 FAX043-250-4652

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	アンドロイド タブレット入門B	1	第2・4水(10月10日)	12:00 ~ 14:00	テキスト代400円、筆記用具、 タブレットPCは無料貸出

## 稲毛いきいきプラザ

稲毛区稲毛東6-19-1 電話043-242-8005 FAX043-242-8175

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	ゆる体操	9	第1・3月(10月15日)	9:30 ~ 11:30	資料代100円、動きやすい服装、飲み物、 ハンドタオル
2	健康づくりで 介護予防	12	第1・3木(10月18日)	9:30 ~ 11:30	資料代120円、動きやすい服装、飲み物、 タオル
3	色えんぴつ画	2	第1・3木(10月18日)	12:00 ~ 14:00	材料費200円、色えんぴつ12色以上、 スケッチブック(サイズF4前後、A4、B4)、 消しゴム、練り消しゴム、鉛筆(HB、B、2B)、 鉛筆削り(カッター等)
4	アンドロイド タブレット入門	2	第2・4土(10月27日)	9:30 ~ 11:30	テキスト代400円、筆記用具、 タブレットPCは無料貸出

## あやめ台いきいきセンター

稲毛区園生町446番地の1(あやめ台小学校敷地内) 電話043-207-1388 FAX043-207-1368

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	指で描く、 癒しのパステル画	11	第2・4月(10月16日)	14:30 ~ 16:30	スーパー袋、定規、お手ふき、消しゴム、カッ ター、はさみ、鉛筆2B、綿棒、キット一式4、8 37円(内容:スケッチブック、ヌーベルカラーパ ステル12色+1色、定着スプレー、カッティ ングマット、ねり消し、茶こし、チークブラシ、マ スキングテープ、ペン消し、字消し板、クリア パック、紙パレット)

## 若葉いきいきプラザ

若葉区北谷津町333-2 電話043-228-5010 FAX043-228-8956

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	アンドロイド タブレット入門	5	第2・4日(10月28日)	12:00 ~ 14:00	テキスト代400円、筆記用具、 タブレットPCは無料貸出
2	健康づくりで 介護予防	16	第1・3火(10月16日)	9:30 ~ 11:30	動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具
3	指で描く パステル画	13	第2・4水(10月24日)	9:30 ~ 11:30	スーパー袋、定規、お手ふき、消しゴム、カッター、はさみ、鉛筆2B、綿棒、キット一式4,837円(内容:スケッチブック、ヌーベルカレーパステル12色+1色、定着スプレー、カッティングマット、ねり消し、茶こし、チークブラシ、マスキングテープ、ペン消し、字消し板、クリアパック、紙パレット)
4	美しい姿勢と 歩き方	14	第2・4金(10月26日)	9:30 ~ 11:30	5本指靴下、タオル、飲み物、 カメラ(携帯電話可)、ジャケット又はコート、 服装は動きやすいパンツスタイル
5	千葉の郷土史 (房総の牧を考える)	20	第2・4金(10月26日)	12:00 ~ 14:00	筆記用具(色鉛筆含む)、 拡大レンズ(必要な場合)、 資料代(1枚10円で枚数分、随時集金)
6	ゴルフ	1	第1・3金(10月5日)	14:00 ~ 16:00	施設使用料1,500円(毎回)、ゴルフクラブ、 シューズ(会場にて実費でレンタル可能)、 ゴルフのできる服装

## 大宮いきいきセンター

若葉区大宮台7-8-1(大宮小学校敷地内) 電話043-265-1751 FAX043-265-1741

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	アンドロイド スマートフォン入門A	2	第2・4月(10月22日)	14:30 ~ 16:30	筆記用具、スマートフォン(iphone不可)、 お持ちでない方へは無料貸出
2	ヨガビリー	2	第2・4火(10月23日)	14:30 ~ 16:30	動きやすい服装、飲み物(水・白湯)、タオル

## 都賀いきいきセンター

若葉区都賀4-20-1(都賀コミュニティーセンター併設) 電話043-232-4771 FAX043-232-4773

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	パソコン教室	4	第2・4月(10月22日)	9:30 ~ 11:30	筆記用具、テキスト代400円
2	フラワー アレンジメント	4	第2・4金(10月26日)	12:00 ~ 14:00	花材費毎回1,000円、花器、白い食品トレー

### 緑いきいきプラザ

緑区菅田町2-15-65 電話043-300-1313 FAX043-300-1511

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	カラオケ	<b>1</b>	第1・3水(10月17日)	12:00 ~ 14:00	筆記用具、教材費700円
2	健康づくりで 介護予防	<b>17</b>	第2・4木(10月25日)	12:00 ~ 14:00	飲み物、タオル、運動ができる服装
3	アンドロイド タブレットA	<b>15</b>	第1・3金(10月19日)	14:30 ~ 16:30	筆記用具、テキスト代400円、 タブレットPCは無料貸出
4	パソコン	<b>5</b>	第2・4金(10月26日)	12:00 ~ 14:00	筆記用具、テキスト代400円、PCは無料貸出

### 越智いきいきセンター

緑区越智町822-7(越智公民館隣) 電話043-205-1290 FAX043-205-1291

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	アンドロイド タブレットB	<b>11</b>	第2・4火(10月23日)	12:00 ~ 14:00	筆記用具、テキスト代400円、 タブレットPCは無料貸出
2	美しい姿勢と 歩き方	<b>12</b>	第1・3金(10月19日)	12:00 ~ 14:00	飲み物、5本指靴下、手ぬぐいまたはタオル、 服装は動きやすいパンツスタイル、 カメラ(携帯電話可)

### 土気いきいきセンター

緑区土気町1634番地(土気市民センター内) 電話043-205-1000 FAX043-205-1001

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	腹式発声で 民謡を歌おう	<b>12</b>	第1・3水(10月17日)	14:30 ~ 16:30	教材費100円、飲み物、筆記用具、 動きやすい服装
2	たのしく ハワイアンフラ	<b>10</b>	第2・4土(10月27日)	12:00 ~ 14:00	飲み物、タオル、動きやすい服装

### 美浜いきいきプラザ

美浜区高洲3-5-6 電話043-270-1800 FAX043-270-1811

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	デジカメを楽しむ	<b>8</b>	第2・4木(10月25日)	14:00 ~ 16:30	デジタルカメラ(取扱説明書付属品一式)、 筆記用具、メモ

### 真砂いきいきセンター

美浜区真砂4-4-10 電話043-278-9641 FAX043-278-9642

No.	講座名	募集人数	開講曜日(初回)	時間	持ち物等
1	アンドロイド タブレット入門B	<b>8</b>	第2・4水(10月24日)	14:30 ~ 16:30	テキスト代400円、筆記用具、飲み物、 上履き(スリッパ可)、タブレットPCは無料貸出