



令和8年度 麻生老人福祉センター 前期講座 日程表

	講座名 (講師名 敬称略)	曜日	時間	日程	持ち物	教材費	会場
1	こころもからだも健康詩吟! (横山 精真・横山龍精)	水	10:00 ┆ 12:00	4月8・22日、5月13・27日、 6月10・24日、7月8・22日	テキスト(初回お渡し) 筆記用具	500	会議室
2A	絵画A:絵画基礎 (小玉 精子)	木	10:00 ┆ 12:00	4月16・30日、5月7・21日、 6月18日、7月2日	水彩・ソフトパステル・油彩などから お好きな画材 ※初回はりんごを持参ください	100	会議室
2B	絵画B:絵画応用 (小玉 精子)	月	10:00 ┆ 12:00	4月13・27日、5月11・25日、 6月8・22日	水彩・ソフトパステル・油彩などから お好きな画材 ※初回は風景写真を持参ください	なし	会議室
3A	雑学!江戸東京 史跡めぐり その3 A (森泉 誠)	金	10:00 ┆ 12:00	4月17日、5月1日・15日・29 日、6月19日、7月3日	筆記用具	300	会議室
3B	雑学!江戸東京 史跡めぐり その3 B (森泉 誠)	金	13:30 ┆ 15:30	4月17日、5月1日・15日・29 日、6月19日、7月3日	筆記用具	300	会議室
4	誤嚥予防と美容と健康 (山路 浩加)	火	10:00 ┆ 11:40	4月14・28日、5月12・26日、6 月9・23日、7月14・28日	空のペットボトル、ストロー、鏡、 ガーゼか不織布、カズー(*希望者 センター購入可)	実費 200程度	会議室
5	ギター入門 (安保 亮)	月	13:30 ┆ 15:30	4月6・20日、5月18日、 6月15・29日、7月6・13・27日	ギター(種類は問いません)	100	会議室
6 A	転ばぬ先のはつらつ体操A (小泉 麻子)	月	13:30 ┆ 15:30	4月13・27日、5月11・25日、 6月8・22日	動きやすい服装と室内用運動靴・飲み物 (水分補給用)・タオル又は手ぬぐい(30× 80㎝くらい)	なし	体育室
6 B	転ばぬ先のはつらつ体操B (小泉 麻子)	火	10:00 ┆ 12:00	4月7・21日、5月19日、 6月16・30日、7月7日	動きやすい服装と室内用運動靴・飲み物 (水分補給用)・タオル又は手ぬぐい(30× 80㎝くらい)	なし	体育室
7	シニアヨガ (尾形 弓子)	水	13:30 ┆ 15:00	4月8日、5月13・20日、6月 10・17日、7月1・15・29日	ヨガマット、動きやすい服装、室内用運動 靴(裸足でも可)、飲み物(水分補給用)、 タオル	なし	体育室
8	社交ダンス基礎 (駒澤 一夫)	木	10:00 ┆ 12:00	4月9・30日、5月7・14・21日 6月11・18日、7月9日	革靴、動きやすい服装、飲み物(水 分補給用)	10 (任意)	体育室
9	ゲートボールを始めよう (麻生区ゲートボール協会)	金	9:30 ┆ 12:00	4月3・24日、5月8・29日、 6月12・26日	動きやすい服装、タオル、帽子、筆記 用具、飲み物(水分補給用) ※道具 は貸出もあります	50	工作室 ゲート ボール場

◇教材費は、講座開催初日にお支払いいただきます。お釣りの出ないようご用意ください。

◇センターの駐車場合数には限りがあります。ご来所の際は、公共交通機関をご利用ください。

◇講座日程や教材費については、やむをえず変更になる場合があります。

主催：川崎市麻生老人福祉センター
(麻生いきいきセンター)

〒215-0006 麻生区金程2-8-3

☎ 044-966-1549