

前期講座のご案内

講座名	日時・時間	曜日	回数	定員	材料費・教材費(予定)
はじめてのハーモニー	5/9 ~ 7/11 (10:00 ~ 12:00)	水	10	30名	資料代 100円
けん玉講座	5/9 ~ 6/27 (13:30 ~ 15:00)	水	8	20名	資料代 100円
近代史	5/10 ~ 7/12 (9:30 ~ 11:30)	木	10	30名	資料代 1,000円
やさしいヨガ	5/10 ~ 7/12 (13:30 ~ 15:00)	木	10	40名	資料代 なし
おりがみ	4/16 ~ 6/25 (13:30 ~ 15:30)	月	10	12名	材料費 2,500円
麻ひもであみもの	4/13 ~ 6/15 (10:00 ~ 12:00)	金	9	36名	材料費 1,500円
転倒予防教室 脳トレ!筋トレ! ロコモトレ!	4/17 ~ 7/10 (10:00 ~ 11:45)	火	12	30名	資料代100円 運動器具代700円
男性の簡単料理	4/19 ~ 8/2 (9:30 ~ 12:00)	木	5	12名	食材費 3,000円
はじめての ジャイロキネシス	5/11 ~ 7/13 (10:00 ~ 11:30)	金	10	20名	資料代 なし
やさしい気功&太極拳	4/11 ~ 6/27 (13:30 ~ 15:00)	水	10	15名	資料代 なし
姿勢・痛み改善体操	4/17 ~ 6/26 (13:30 ~ 15:00)	火	10	20名	資料代 なし
楽しく歌おう! SING SING SING!	4/20 ~ 6/29 (13:30 ~ 15:00)	金	10	30名	資料代 なし

応募資格 : 川崎市内在住の60歳以上の方

開講期間 : 平成30年4月~8月

会場 : 川崎市高津老人福祉・地域交流センター

受講料 : 無料(講座により、教材費、材料費など実費をいただくものもあります。)
食材費は、欠席の場合食材購入の都合上返金いたしません。

申込期間 : 2月19日(月)から23日(金) 午前9時~午後4時

申込方法 : 必ずお申し込みされるご本人が、官製はがき1枚持参の上(表面にご自身の住所・氏名を記入)来所し、当センター窓口でお申し込みください。
窓口にて所定の申込用紙をご用意しております。

注意点 : すべて初心者対象の講座です。

受講いただけるのはお一人様一講座のみです。

教材費は講座で使用する最低限のものです。用具は各自でご用意ください。

お申し込みがそれぞれの講座の定員を超えた場合には、抽選を行います。

詳細については、お申し込みの際にご説明します。

【主催・お問い合わせ・お申し込み先】

社会福祉法人川崎市高津区社会福祉協議会 川崎市高津老人福祉・地域交流センター

〒213-0013 川崎市高津区末長3丁目24-4

電話 044-853-1722/FAX 044-853-1729