

川崎市内在住の

60歳以上の方必見

かわさき老人福祉センターで10月から全10回(または12回)の連続講座を実施いたします。健康体操・かぎ針編み・水墨画・英会話・華道など13種類の講座の参加者を募集します。

是非、この機会に参加して自分にできることを探してみませんか。

講座種類…裏面に記載しています。

応募資格…市内在住の60歳以上で介護を必要としない健康な方



※講座申込時に当センターの利用証が必要となります。

※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、健康保険証などの身分証と緊急連絡先が分かるものをご持参ください。

応募方法…本人が直接、当センターにある申込用紙に必要事項を記入し、郵便ハガキ(結果通知用)と一緒に申し込みください。

※63円ハガキに自分の名前、住所、郵便番号を記入してください。

募集期間…令和3年7月19日(月)~8月6日(金)9時~16時
(日曜、祝日を除く)



注意事項…1人1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)

当落の結果は、ハガキにて通知します。(8/13(金)発送予定)

定員に達しなかった講座の二次募集の抽選を8月26日(木)10時より当センターで実施します。

初回にいただいた材料費は返金できませんので、ご了承ください。

電話での申し込みは受付できません。



申し込み・問合せ先

かわさき老人福祉・地域交流センター

〒210-0026

川崎市川崎区堤根 34-15 ふれあいプラザかわさき内

☎044-233-5592

講座内容

講座名	曜日	時間	定員	回数	持ちもの
フラダンス 	月	10:00～ 12:00	30人	10回	動きやすい服装又はTシャツと パウスカート、タオル
骨盤エクササイズ	月	13:30～ 14:30	25人	10回	ヨガマット、硬式テニスボール、 タオル
ペン習字	火	13:30～ 15:30	15人	10回	ボールペン(0.7mm)、ノート(無地 又は縦罫)
かぎ針編み	水	10:00～ 12:00	10人	10回	毛糸、かぎ針、はさみ、 段数マーカー、
ズンバゴールド	水	13:30～ 14:30	30人	10回	動きやすい服装、室内用運動靴、 タオル
ゆるゆる体操	水	13:30～ 15:30	30人	10回	敷物(バスマット、ヨガマットな ど)、室内用運動靴、タオル
初心者向け 使える英会話	水	14:00～ 15:00	15人	10回	筆記用具 
絵手紙 	木	9:30～ 11:30	15人	10回	新聞紙、線引き筆、彩色筆、硯、墨、 墨液、顔彩、筆洗、水入れ、パレッ ト、半紙、朱肉または赤スタンプ
やさしいヨガ	木	9:30～ 11:30	30人	10回	フェイスタオル2枚、ヨガマット 又は大判バスタオル
健康体操 	木	13:30～ 15:30	30人	12回	フェイスタオル2枚又は手ぬぐい 2枚、室内用運動靴
はじめての水墨画 	木	13:30～ 15:00	10人	10回	筆(持っている方のみ)、筆洗器(水 入れ、ペットボトル、湯呑など)、 白い陶器小皿1枚、新聞紙、筆拭 き(雑巾)、硯、文鎮、白い下敷き(白 いフェルト)
華道	木	13:30～ 15:00	12人	10回	花ばさみ、花包み(持ち帰り用) 花代15,000円(全10回分)
健康表現体操	金	13:30～ 15:30	30人	10回	動きやすい服装、室内用運動靴、 タオル

※日程等の詳細は当センターで7月6日(月)より配布する申込書を参照ください。