**令和４年度　後期講座参加者募集**

**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。**HIP HOP・座タップダンス・かぎ針編み・英会話・写経　など**１１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）と一緒にお申し込みください。**

※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4年7月19日(火)～8月5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**。**(8/12(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25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 |
| **元気アップ体操** | 月 | 10:00～11:30 | 40人 | 12回 | 動きやすい服装、室内用運動靴、バスタオル |
| **座タップダンス****健康法** | 火 | 14:00～15:00 | 20人 | 10回 | 動きやすい服装、室内用運動靴(タップシューズ不可)フェイスタオル又は手ぬぐい |
| **写　　経** | 火 | 13:30～15:30 | 15人 | 10回 | 書道道具(文鎮、下敷き、墨液、硯、小筆)材料費500円(初回に徴収) |
| **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 | 40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 | 40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 |
| **やさしいヨガ** | 木 | 9:30～11:30 | 40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 |
| **HIP HOP** | 木 | 14:00～15:00 | 40人 | 10回 | 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル |
| **マジック** | 木 | 10:00～11:30 | 10人 | 10回 | バンダナ、トランプ(紙製)、のり、はさみ、材料費100円～200円 |
| **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4日(月)より配布する申込書を参照ください。