



2023年度 定期教養講座 受講生募集

2023年
4月開講

高年者センター岡崎（美合町） ☎55-0116				北部地域福祉センター（岩津町） ☎45-8790			
講座名	講師（敬称略）	日時	教材費（円）	講座名	講師（敬称略）	日時	教材費（円）
①若が笑いヨガ	山崎 水樹	第2.4(水)午前	1,000円	①やさしい健康体操	鈴木 朱美	第1.3(金)午前	1,000円
②エンジョイ!!太極拳	澤田 純子	第1.3(月)午後	2,000円	②やさしいヨガ	今井 彩寧	第1.3(火)午前	1,000円
③アロハ楽しいフラダンス	尾崎 良江	第1.3(木)午前	1,000円	③アロハ楽しいフラダンス	林 まり子	第1.3(木)午前	1,000円
④3Bふれあい体操	松平 洋子	第1.3(火)午前	500円	④3Bらくらく体操	望月 貴子	第2.4(金)午前	500円
⑤やさしい健康体操	千賀 とみ子	第1.3(水)午前	1,000円	南部地域福祉センター（下青野町） ☎43-6600			
⑥貯筋体操	市川 みさお	第1.3(月)午前	200円	講座名	講師（敬称略）	日時	教材費（円）
⑦姫トレ&椅子ヨガ	水野 奈都希	第2.4(火)午前	3,300円	①エンジョイ!!太極拳	澤田 純子	第2.4(土)午前	2,000円
⑧3B男前体操	松平 洋子	第2.4(金)午前	500円	②おりがみ	津村 幾代	第1.3(金)午前	8,000円
⑨しあわせヨ-ガ	宮崎 一津美	第1.3(金)午前	1,000円	③アロハ楽しいフラダンス	間路 千恵子	第2.4(木)午前	1,000円
⑩ペン字	鈴木 礼美	第2.4(木)午前	3,500円	④3B健康体操	竹野 文子	第2.4(火)午前	500円
⑪水彩画	長坂 千恵	第1.3(金)午前	5,000円	⑤色鉛筆画	山本 光昭	第1.3(木)午後	0円
⑫心の書 己書	牧野 典子	第1.3(火)午前	2,800円	西部地域福祉センター（宇頭町） ☎34-3211			
中央地域福祉センター（梅園町） ☎25-7701				講座名	講師（敬称略）	日時	教材費（円）
講座名	講師（敬称略）	日時	教材費（円）	①やさしいヨガ	草次 明香	第2.4(水)午前	1,000円
①茶道（抹茶）（裏千家）	田淵 宗令	第1.3(火)午前	10,000円	②アロハ楽しいフラダンス	小柴 雅子	第1.3(木)午前	1,000円
②やさしいヨガ	藤原 希恵	第2.4(月)午前	1,000円	③3Bらくらく体操	池之上千代子	第2.4(金)午後	500円
③楊名時太極拳	鈴木 一二三	第2.4(月)午前	2,000円	④からだ整えピラティス	平井 美里	第1.3(水)午後	1,000円
④3B健康体操	鈴木 尚子	第1.3(月)午前	500円	⑤楊名時八段錦 太極拳	中野 恵美子	第2.4(土)午前	0円
				東部地域福祉センター（山綱町） ☎48-8090			
				講座名	講師（敬称略）	日時	教材費（円）
				①うたごえサロン	丹羽 朱見	第2.4(月)午後	1,000円
				②3B健康体操	矢野 由美子	第2.4(火)午前	500円
				③やさしいヨガ	草次 明香	第1.3(木)午後	1,000円
				④健康太極拳	大野 圭子	第1.3(火)午前	2,000円
				⑤アロハ楽しいフラダンス	尾崎 良江	第1.3(水)午前	1,000円

受付期間

2/1(水)~2/28(火)

対象者：市内在住60歳以上（未経験者優先）

期間：2023年4月~2024年3月

申込方法：各センター窓口の申込用紙記入

詳しくは、各センター及びホームページへ



ホームページはこちら