

# 講座受講者募集

3月15日(火)～4月12日(火)までに北部ふれあいセンターへ申し込んでください。郵送、FAX 可

※ 住所: 〒427-0032 島田市神座 397-1 FAX 番号 32-1102 Tel 32-1100

- \* 定員を越えた場合は、抽選とさせていただきます。
- \* 受講料をいただく講座があります。(裏面をご覧ください。)
- \* 別途材料費の自己負担がかかる講座があります。

受付

季節の行事も楽しめます

## おやこ体操

講師 北川 美幸 先生  
第1・第3(土) 10:00～11:30  
1歳～3歳 未就園児 25組

なにができるかな?

## 工作教室

講師 山田 奈緒美 先生  
第3(土) 10:00～11:30  
3歳～小6年生 20名

幼 児  
小 学 生  
対 象

カッコ良く踊ろう

## キッズ・ダンス

講師 相馬 愛子 先生  
第2・第4(金) 19:15～20:45  
小1～小6年生 30名

レッツ! スピーク イングリッシュ

## 英会話

講師 谷口 多智子 先生  
第2(日) 13:30～15:00  
小1～小6年生 20名

## ザ チャレンジ おかしクッキング

講師 尾久 真紀子 先生  
第4(土) 13:30～15:00  
小3～小6年生 15名



## 中高年男性の 基礎料理教室

講師 尾久 真紀子 先生  
第2(土) 13:30～15:00  
年間 6回  
中高年男性 8～15名

## 中国式健康体操

### 練 功

講師 北川 美幸 先生  
第4(水) 10:00～11:30  
年間 5回 中高年男女 25名

## 60才からの健康体操

### らくらくランポウォーク 若返りストレッチ

講師 北川 美幸 先生  
第1(水) 10:00～11:30  
年間 9回  
60才以上男女 25名

## 高齢者ほほえみ学級

年間 10 回程度の講座  
第4(火) 10:00～11:30  
65歳以上 男女

成  
人  
対  
象

## 北部市民学級(ビューティメイト)

年間 10 回程度の講座  
視察研修、手芸、料理など