



10月のお勧めイベント!!

無料

映画「オレンジ・ランプ」



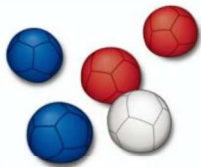
若年性認知症と診断された方の実話を
もとに描く、夫婦の希望と再生の物語

日時:10月2日(金)

午後5時～6時40分
(4時30分開場)

先着25名

9/4(金)電話予約開始

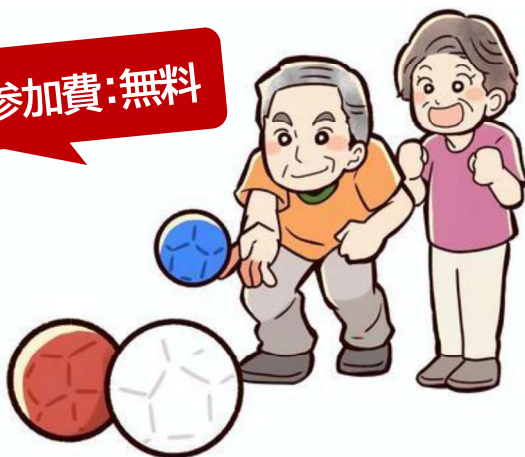


ボッチャ体験教室

10月30日(金)10時30分～12時

先着24名 10/2(金)電話予約開始

参加費:無料



どなたでも参加出来ます!



ルールや投げ方を教わり、
楽しくボッチャを体験しませんか

持ち物:かかとのある上履き(室内履き)

動きやすい服装

高齢者長寿応援ポイント対象 (1回1ポイント)

※申込・お問い合わせ先:ゆうゆう和泉館 03-3323-5663

ゆうゆう和泉館開催講座一覧

日 曜 日		金 曜 日	
第 1 週	NO.1 基本のえんぴつ画教室 (午前10時～11時30分) 参加費:1回600円 定員:20名 教材費:年間3,000円(初回に一括払い) えんぴつ・消しゴム等は受講時にお渡しします。	第 2 週	NO.7 折り紙教室 (午後1時～2時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名 持ち物:折り紙(15cm×15cm)、はさみ
	NO.2 養生太極拳 (午後1時～2時30分) 参加費:1回600円 定員:20名 持ち物:飲み物、体育館履(スリッパ・サンダル不可) 動きやすい服装	第 3 週	NO.8 足腰を鍛える シニアのエアロビクス (午後1時～2時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:飲み物、体育館履(スリッパ・サンダル不可) 動きやすい服装
	NO.3 水墨画教室 (午後3時～4時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名	第 4 週	NO.9 リラックスヨガ (午後3時～4時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:バスタオル、飲み物、動きやすい服装
第 2 週	NO.4 こんな時に使える 英会話教室 (英会話教室に初めて通う方限定) (午前10時～11時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名 ※参加者のレベルを合わせるため、英語力が高いと講師が判断した方には、ご辞退いただく場合があります。	NO.10 ピアノ入門クラス (午後1時～2時30分) 参加費:1回900円(教材費別) 定員:7名 (課題曲を全員で練習します)	
	NO.5 ピアノ初級クラス (午後1時～2時30分) 参加費:1回900円(教材費別) 定員:7名(課題曲を全員で練習します)	NO.11 転倒予防イス体操 (午後3時～4時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:体育館履(スリッパ・サンダル不可)、 浴用タオル、飲み物、動きやすい服装 ※医師から運動制限を受けている方は参加できません。	
	NO.6 初心者のマジック入門 (午後3時～4時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名	土 曜 日	
ス ポ ッ ト 講 座	① フラワーアレンジメント画教室 9月4日(金)、10月2日(金)、11月6日(金) (午後1時～2時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 教材費:1回分1,400円	第 1 週	NO.12 学び直そう世界の歴史講座 (午後4時～5時30分) 参加費:1回600円 教材費:100円 定員:20名 *「19世紀以後の中国近現代史」から始めます。
		ス ポ ッ ト 講 座	②色鉛筆や水彩絵具を使った 色々・えんぴつ画教室 9月11日(金)、10月9日(金)、11月13日(金) (午後3時～4時30分) 参加費:1回600円 定員:10名 モチーフ・教材費:3回分600円

全講座:高齢者長寿応援ポイント対象事業 (1回1ポイント)



詳細につきましては、下記までご連絡ください。

お問合せ先:ゆうゆう和泉館

杉並区和泉 4-16-22(和泉保育園2階) ☎ 03-3323-5663

企画・運営 公益社団法人 杉並区シルバー人材センター

各講座ともに転倒防止のため、かかとのある上履き(室内履き)をご持参ください。