

平成25年度前期
ゆうあい

いきいき教室 参加者募集



町内在住の60歳以上の方を対象とした教室です。1人1教室限定の参加としますが、定員に空きがある場合のみ複数教室の参加も可能です。
定員を超えた申し込みがあった場合は抽選のうえ、申込者全員に郵送でお知らせします。 申込期間は、4月1日(月)～14日(日)までです。

申込み・問い合わせは、猪名川町社会福祉協議会 ☎766-1200 まで

教室名	初級水泳	健康体操	楽しいコーラス	ペン習字	絵手紙
内容	初心者の方にも無理なく参加していただけます。膝や腰への負担が少ない水中で日頃の運動不足を解消しましょう	ダンベルやポールを使ったトレーニングで筋力を鍛えます。ストレッチや自宅でできる簡単なトレーニングも学びます。	うたう喜び、ハモる喜びを味わいましょう。気持ちよく声をだし、みんなでコーラスを楽しみます。 男性の方も大歓迎です。	筆ペンやボールペンで美しい文字を書いてみませんか。日常生活に役立つ実用的な習字を学びます。	絵手紙を基礎から学び、自分だけの素敵な作品を作ってみましょう。
時	5/15,5/29,6/12, 6/26,7/10,7/24 水曜日(全6回) 10:00～11:00	5/17,5/24,5/31,6/7 6/21,6/28,7/5,7/12 金曜日(全8回) 13:40～14:40	5/10,5/24,6/14, 6/28,7/12,7/26 第2・4金曜日(全6回) 10:30～12:00	5/9,5/28,6/13 6/25,7/11,7/23 第2木・第4火曜日(全6回) 10:00～12:00	5/14,5/21,6/4, 6/18,7/2,7/9 火曜日(全6回) 10:00～11:30
ところ	ゆうあいセンター 室内プール	ゆうあいセンター 教養娯楽室②③	ゆうあいセンター 研修室	ゆうあいセンター 研修室	ゆうあいセンター 研修室
参加費	1,200円	1,600円	1,200円	1,200円	1,200円
定員	10名	25名	20名	15名	15名



※参加される方は、健康状態を確認のうえご参加ください。



※最少開催人数は、5名とします。