



③2 常盤集会所

三輪 1256-1

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：常盤集会所（☎・Fax 0866-93-5810）

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費	
美文字レッスン	岩尾涼花	水	第1・第3	10:00～11:30	10	実用ボールペン・筆ペン・毛筆・小筆。初心者から	月額1000円
		木	第1・第3	10:00～11:30	10		
花まるキッズ書道	岩尾涼花	火	第1・第3	15:30～16:30 16:00～17:00	10	幼小中学生。硬筆・毛筆。文字を正しく書く	月額1800円
編物	佐藤由利子	水	第2～第4	13:00～16:00	10	初歩から。自分が編みたい物を編む	月額2500円
わくわくいいきき体操	加藤千枝	水	(月4回)	13:00～14:30 14:30～16:00	15 15	動く体のお手入れ。脳・筋トレで体力づくり	月額2000円
歌声サロン	星島伸江	月	第1・第3	10:00～11:45	15	いろいろなジャンルの歌を歌いストレス解消	1回 500円
着物着付け教室	林真佐子	木	第2・第4	10:00～12:00	10	鏡を見ずに一人で着れるように	1回1000円
ヨガ	尾上君子	火	第2～第4	14:00～15:00	10	深い呼吸で体と心をリフレッシュ。初心者から	1回 700円
やさしいパン教室	長瀬智子	金	第3	9:00～14:00	若干名	簡単なパンづくり。材料費別	月額1000円
ラジオ体操&ストレッチ		月～金		9:30～ 9:50		自由参加。元気に1日のスタートを	無料
百歳体操&ニュースポーツ		火		10:00～11:00	12	百歳体操・ディスコン・ニチレクボールで健康づくり	無料
		金		10:00～11:00	12		
健康カラオケ		金		14:00～16:00		昭和・平成の歌謡曲を歌ってストレス解消	無料