

南姫老人福祉センター（ふれあいセンター姫）～ 60歳以上の方～				
講座名	開催日	開催時間	定員	受講料
健康体操教室	第2・4月曜日	午前10時30分～正午	30人	1,200円/3カ月
フラダンス教室	第1・3木曜日	午後1時30分～3時	15人	3,000円/3カ月
絵手紙教室	第4木曜日	午前10時～正午	10人	900円/3カ月
らくらく体操	第1・3火曜日	午前10時30分～正午	20人	1,800円/3カ月
習字教室	第2木曜日・第4水曜日	午前10時～正午	15人	2,400円/3カ月
編物教室	第1・3木曜日	午前10時～正午	10人	1,800円/3カ月
料理教室（南姫公民館）	第4金曜日	午前10時～午後0時30分	20人	1,500円/3カ月
ペン習字教室	第1月曜日	午前10時～正午	15人	900円/3カ月
ヨガ教室	第1火曜日	午後1時～午後2時30分	15人	900円/3カ月
男の料理教室（南姫公民館）	第2金曜日	午前10時～午後0時30分	20人	1,500円/3カ月
お茶会	第3水曜日	午後1時～午後3時	10人	600円/3カ月
ダンベル体操教室	第2・4木曜日	午前10時～午前11時15分	20人	1,800円/3カ月
折り紙教室	偶数月第1水曜日	午前10時～正午	10人	200円/回
なつメロ教室	A:第1水曜日 B:第2水曜日	午後1時30分～午後3時	各20人	450円/3カ月
貯筋体操	第4火曜日	午後1時30分～午後3時	20人	なし
頭の体操教室	第3月曜日	午前10時～午前11時	10人	なし
健康タオル体操	第3金曜日	午前10時～午前11時	10人	なし
問い合わせ・申し込み 南姫老人福祉センター 大針町80-2 電話(20)2020(内線19)FAX(29)1007 <担当>藪下				

母子福祉センター ～ひとり親家庭の親子・寡婦の方～ ※定員に満たない場合は、対象でない方の申込みを受け付けます。						
	講座名	開催日	開催時間	定員	受講料	
大人	パソコン教室	初級 ワード・エクセル	4月～9月 木曜日	午後1時30分～ 午後3時30分	10人	ひとり親 6,600円/6カ月 寡婦・一般 13,200円/6カ月
		ワード初級・インターネット 託児要相談	4～9月 第1・3水曜日	午後7時～午後9時	10人	ひとり親 3,300円/6カ月 寡婦・一般 6,600円/6カ月
		MOS資格取得後のフォロー アップ講座 ワード 託児要相談	4～9月 火曜日	午後7時～午後9時	10人	ひとり親 8,800円/6カ月 寡婦・一般 17,600円/6カ月 <small>※MOS資格取得講座を受けた方</small>
	※使用するパソコンのソフトはWindows 7					
		書道教室	4月～3月 第1・3月曜日	午前10時～正午	10人	ひとり親・寡婦 3,000円/6カ月 一般 6,000円/6カ月
		布ぞうり教室	4月～9月 第1・3月曜日	午前10時～正午	10人	ひとり親・寡婦 3,000円/6カ月 一般 6,000円/6カ月
		ペン習字教室	4月～3月 第1・3水曜日	午前10時～正午	15人	ひとり親・寡婦 3,000円/6カ月 一般 6,000円/6カ月
		お茶お花教室	4月～3月 第1水曜日	午後1時～午後3時	12人	ひとり親 750円/3カ月 寡婦・一般 1,500円/3カ月
		爽快教室 メイク・園芸・調理 託児要相談	4月～3月 第2水曜日	午後6時30分～ 午後8時	12人	ひとり親・寡婦 3,000円/6カ月 一般 4,800円/6カ月
		美力アップ教室(ネイルケア等) <small>ひじから</small>	4月～6月 第1・3日曜日	午前10時～正午	10人	ひとり親・寡婦 3,000円/3カ月 一般 4,800円/3カ月
	ヨーガ教室 託児要相談	4月～9月 第1・3木曜日	午後6時～午後7時	15人	ひとり親・寡婦 3,600円/6カ月 一般 6,000円/6カ月	
子ども	子どもの習字教室 保護者の付き添い可	4月～3月 第1・3木曜日	午後6時～午後7時	12人	ひとり親家庭の小学生 2,000円/6カ月	
問い合わせ・申し込み 母子福祉センター（総合福祉センター内） 太平町2-39-1 電話・FAX(25)1133 <担当>安藤						