

【令和4年度 太平老人福祉センター 教室一覧】

教室名	内容	講師	開催日開催時間	定員	受講料(年間)
パソコン教室	ワード、エクセルの基礎を学びます。	兼松夕起雄先生	毎週月曜日 午前10時～正午	10人	25,850円(47回) ※教材費別途
絵手紙教室	季節の花や野菜を題材に心のこもった作品を描きます。	佐藤操先生	第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分	15人	9,600円(24回) ※材料費別途
ペン習字教室	ボールペンを使って美しい文字を習得します。	安藤夏津子先生	第1・3水曜日 午後1時30分～3時30分	15人	12,000円(24回) ※材料費別途
習字教室	毛筆により正しく整った字を学びます。	安藤夏津子先生	第1・3木曜日 午後1時30分～3時30分	15人	12,000円(24回) ※材料費別途
フラダンス教室	運動不足やストレス解消にもおすすめです。	柴田恵子先生	第2・4月曜日 午後1時30分～3時	25人	12,000円(24回) ※教材費別途
バランスボールで 目指せマリリン教室	※女性のみ 体幹を鍛えたりストレッチにも効果があります。	近藤加奈先生	第1・3水曜日 午前9時30分～11時	20人	9,600円(24回) ※ボール持込
俺がやる俺のための バランスボール教室	※男性のみ 体幹を鍛えたりストレッチにも効果があります。	近藤加奈先生	第1・3水曜日 午後1時30分～3時	20人	9,600円(24回) ※ボール持込
男のヨガ教室	ユッタリした動きでストレッチや柔軟な身体作りと運動不足を解消します。	中村福美先生	第2・4水曜日 午後1時30分～3時	25人	9,600円(24回) ※ヨガマット持込
ピンピン100歳を 目指す体操教室	ストレッチや筋トレ、有酸素運動を取り入れた楽しい教室です。	太田志名子先生	第1・3金曜日 午後1時30分～3時	25人	9,600円(24回)

〈お問い合わせ〉 太平老人福祉センター 太平町 2-39-1 電話・FAX(25)1133