【令和７年度　太平老人福祉センター　教室一覧】

教室名	内容	開催日開催時間	定員	受講料(年間)
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。	第1･3水曜日 午後1時30分～3時30分	15人	13,200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。	第1･3木曜日 午後1時30分～3時30分	12人	13,200円(24回) ※材料費別途
楽しく ハンドメイド教室A	身近なもので季節に合った小物作りをします。	第2木曜日 午前9時30分～11時30分	5人	2,200円（11回） ※材料費別途
楽しく ハンドメイド教室B	身近なもので季節に合った小物作りをします。	第3木曜日 午前9時30分～11時30分	5人	2,200円（11回） ※材料費別途
eスポーツ教室①	コンピューターゲームをして脳トレやフレイル予防にも効果があります。	第1･3金曜日 午後2時～3時30分	8人	4,800円（24回）
eスポーツ教室②	コンピューターゲームをして脳トレやフレイル予防にも効果があります。	第2･4金曜日 午後2時～3時30分	8人	4,800円（24回）
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。	第2･4月曜日 午後1時30分～3時	25人	13,200円(24回) ※教材費別途
バランスボールで 目指せﾏﾘﾘﾝﾓﾝﾛｰ教室	※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。	第1･3水曜日 午前9時30分～11時	20人	10,800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。	第1･3水曜日 午後1時30分～3時	20人	10,800円(24回) ※ﾎﾞｰﾙ・ﾖｶﾞﾏｯﾄ持込
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。	第2･4水曜日 午後1時30分～3時	25人	10,800円(24回) ※ﾖｶﾞﾏｯﾄ持込
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。	第1･3金曜日 午後1時30分～3時	30人	10,800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(25)1133