

## 【令和 6 年度 太平老人福祉センター 教室一覧】

教室名	内容	開催日時	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。	毎週月曜日 午前 10 時～正午	10 人	23,100 円(42 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。	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。	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。	第 1・3 木曜日 午後 1 時 30 分～3 時 30 分	12 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。	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 目指せマリモンロ-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	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。	第 1・3 水曜日 午後 1 時 30 分～3 時	20 人	9,600 円(24 回) ※ボール・ヨガマット持込
男のヨガ教室	ユツ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	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。	第 1・3 金曜日 午後 1 時 30 分～3 時	30 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