

10月 サークル体験会

区内施設で活動する区民サークルが、体験会を開催します。
問合せ・お申込みは下記をご覧ください。

①サークル名 ②開催時間 ③会場 ④参加費・材料費 ⑤問合せ・申込み先

身体バランスを整える フェルデンクライスメソッド

- ① フェルデンクライス千代田
- ② 10:30～12:00
- ③ 九段生涯学習館 3階 和室(大)
- ④ 無料 ※持ち物:動きやすい服装、タオル、水
- ⑤ 前日までに申込み(担当:堀口)
電話 03-3262-1819 / FAX 03-3262-1895

2日
(水)



「秋」の花や野菜を描きましょう

- ① ひまわりの会(絵手紙)
- ② 10:00～12:00
- ③ かがやきプラザ 4階 活動室2
- ④ 無料
- ⑤ 申込み/利用登録問合せ先
前日までに、かがやきプラザ 高齢者活動センターへ
電話 03-3265-1161 (9:00～17:00)

3日
(木)

初めてでも簡単 マイカップ

- ① 九段陶芸倶楽部
- ② 14:00～20:00
※体験は2時間程度。ご都合に合わせてご参加下さい。
- ③ 九段生涯学習館 4階 実習室
- ④ 1,500円 ※持ち物:エプロン
- ⑤ 前日までに申込み(担当:黒田)
電話 070-5088-7018 (10:00～20:00)
E-mail kudan.togei@gmail.com

16日
(水)

スカルップポーチを作ろう

- ① ハンディワーク「和の会」
- ② 13:00～15:00
- ③ 九段生涯学習館 4階 実習室
- ④ 500円 ※持ち物:針と糸
- ⑤ 電話または当日直接会場へ
電話 03-3239-2929 (担当:中村)

23日
(水)

囲碁をみんなで 楽しみましょう!

- ① 九段囲碁の会
- ② 18:30～20:30
- ③ 九段生涯学習館 4階 第1集会室
- ④ 無料
- ⑤ 前日までに申込み(担当:高島)
電話 090-8646-1728 (10:00～20:00)

28日
(月)

太極拳をはじめてみませんか?

- ① 神保町太極拳倶楽部
- ② 第1部 18:00～19:00/第2部 19:00～20:00
- ③ 九段生涯学習館 5階 多目的室
- ④ 無料 ※持ち物:動きやすい服装、上履き靴
- ⑤ 当日、直接会場へ
電話 090-2401-9483 (担当:大沢)
E-mail h-ohsawa@tcwa.jp

29日
(火)

一緒に HULA を踊りましょう

- ① ラブリージンジャー
- ② 14:00～15:30
- ③ 九段生涯学習館
6階 レクリエーションホール
- ④ 無料 ※持ち物:動きやすい服装、タオル
- ⑤ 前日までに申込み(担当:清水)
電話 090-9328-0077 (留守電可)
E-mail lovely-ginger-987@ezweb.ne.jp

31日
(木)



※かがやきプラザ 高齢者活動センターが会場の場合、
参加の条件として下記①・②を満たす方になります。
①区内在住60歳以上の方
②高齢者活動センターの利用登録がお済の方

※詳細は、九段生涯学習館内の掲示チラシ、もしくは
HP (<http://www.kudan-l.info>)をご覧ください

問合せ



千代田区立
九段生涯学習館
こころを育み 明日へつなぐ

TEL: 03-3234-2841

