

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

11月サークル体験会

8日
(金)

ゆったりと呼吸をし
心と体を整えよう！

- ① 気功太極拳
- ② 14:00～15:30
- ③ かがやきプラザ 5階 活動室5
- ④ 無料 ※持ち物：動きやすい服装
- ⑤ 申込み/利用登録問合せ先
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)

15日
(金)

「延命十句観音経」
を写経しよう

- ① 心がアラワレル写経
- ② 10:30～12:00
- ③ かがやきプラザ 4階 活動室1
- ④ 無料 ※道具はご用意しております
- 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)

16日
(土)

ゲートボールを楽しもう

- ① ゲートボール愛好会
- ② 9:30～12:00
- ③ 西神田公園ゲートボール場
- ④ 無料 ※持ち物：お持ちの方はスティック
(貸出しあり)
- ⑤ 1週間前までに下記へ (担当：^{おき}隠岐)
電話/FAX 03-3256-4186 (9:00～17:00)

20日
(水)

中高年のはじめてピアノ
サークル体験会

- ① ピアニッシモ
- ② 18:30～20:30
- ③ 九段生涯学習館 5階 多目的室
- ④ 500円 ※持ち物：筆記用具
- ⑤ 前日までにお申し込み (担当：宗村)
電話 03-3253-2777 (10:00～18:00)
E-mail youko-so@hotmail.co.jp

25日
(月)

ダイヤ模様の
ハンドウォーマー

- ① あみもの・ひまわり会
- ② 13:00～16:30
- ③ 神保町区民館
- ④ 500円 ※持ち物：かぎ針7号 (貸出しあり)
- ⑤ 前日までに下記へ (担当：小林)
電話 03-3294-6055 (18:00～)

30日
(土)

椅子席の茶道

- ① 東京あいか庵
- ② 12:00～19:00 ※1時間毎の交代制。最終入場18時。
- ③ 千代田区立スポーツセンター 8階 茶室
- ④ 無料
- ⑤ 前日までにお申込み ※当日直接会場も可
電話 080-3175-9555 (担当：浅野)
E-mail aikaan162@yahoo.co.jp

※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-ll.info>) をご覧ください

※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

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

