

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。
※それぞれ定員がございます。事前にお問合せください。

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

1月 サークル 体験会

15日
(金)

本格フォームで脱「ピンポン」

- ① 風仙花・卓友会
- ② 10:00~11:45
- ③ 千代田区立スポーツセンター 2階 卓球場
- ④ 300円/持ち物:ラケット、靴、運動用の服
- ⑤ 12月25日(金)までに下記へ申込み
かがやきプラザ 高齢者活動センター
電話 03-3265-1161 (平日9:00~17:00)

18日
(月)

おひなさまを作ってみよう!

- ① クルクルシャイン
- ② 10:00~11:30
- ③ かがやきプラザ 高齢者活動センター
- ④ 500円/持ち物:眼鏡
- 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 (平日9:00~17:00)

19日
(火)

朗読で人生イキイキ

- ① 腹式呼吸クラブ
- ② 18:00~20:00
- ③ 九段生涯学習館 4階 第2集会室
- ④ 1,000円/持ち物:飲み物
- ⑤ 前日までに下記連絡先へ申込み(担当:金子)
電話 03-3261-1973

20日
(水)

葉物を使って モダンな アレンジメントを作りましょう!

- ① フランススタイル グリーンモダンアレンジサークル
- ② 10:30~12:00
- ③ 九段生涯学習館 2階 第1会議室
- ④ 4,500円/持ち物:はさみ、持ち帰り用の袋
- ⑤ 1月14日(木)20時までに申込み(担当:平野)
電話/FAX 03-6273-7016 (10:00~20:00)
Email maison2682fleurs@gmail.com

24日
(日)

ルームソックス 身近な小物にチャレンジ

- ① あみもの・ひまわり会
- ② 13:00~17:00
- ③ 神保町区民館 3階 和室A
- ④ 300円/持ち物:棒針5号(ない方は貸出OK)
- ⑤ 前日までに下記連絡先へ申込み(担当:小林)
電話 03-3294-6055 (17:00~20:00)

26日
(火)

健康と若さを keep! ハッピーフィットネス

- ① ハッピーフィットネス
- ② 10:00~11:30
- ③ かがやきプラザ 高齢者活動センター
- ④ 無料/持ち物:動きやすい服装、タオル、飲み物
- 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 (平日9:00~17:00)

27日
(水)

太極拳で心身のびのび

- ① 楊名時太極拳同好会
- ② 14:00~15:30
- ③ かがやきプラザ 高齢者活動センター
- ④ 無料/持ち物:飲み物、上履きまたは靴下
- 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 (平日9:00~17:00)

※参加時はマスクの着用など、新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。

※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

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

