

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)

3/23

## 朗読で人生イキイキ

- ① 腹式呼吸クラブ
- ② 14:00~16:00
- ③ 九段生涯学習館 5階 第6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:お花、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 03-6273-7070 (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、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

掲示承認

令和03.01.08まで  
千代田区役所

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。

