

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。
お問合せ・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。

10月

【かがやきプラザ高齢者活動センターが会場・申込み先の場合】
参加の条件として、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
お済みの方となります。

①サークル名 ②会場 ③参加費/持ち物 ④締切 ⑤お問合せ・申込み先

5日(木) 10:00~12:00

アイデアを活かして豊かなシニアライフ シニアのための「アイデア脳トレ教室」

- ① シニアのためのアイデア・脳トレ教室
- ② 万世橋区民館 7階 洋室A
- ③ 参加費：1,000円(資料代含む)/定員：20名
持ち物：筆記用具・メモ帳 ※応募多数の場合は抽選
- ④ 9/30(土)までに申込み(担当：池上)
- ⑤ メール：maya.sanchi88@gmail.com

5日(木) 10:00~12:00

絵手紙かいて楽しい生活

- ① ひまわりの会(絵手紙)
- ② かがやきプラザ 4階 活動室4-2
- ③ 参加費：無料/持ち物：ティッシュ1つ
- ④ 10/4(水)までに申込み
(担当：かがやきプラザ 高齢者活動センター)
- ⑤ 電話：03-3265-1161
(9:00~17:00 ※第1日曜日は休館)

19日(木) 15:00~15:40

リトミックで楽しく音楽を学びましょう

- ① ぴあのdeリトミック
- ② 九段生涯学習館 5階 多目的室
- ③ 参加費：無料/対象：4歳~5歳までのお子様
持ち物：裸足になれる服装
- ④ 10/19(木)までにメールまたはWebにて申込み
- ⑤ メール：rytmer123@gmail.com
Web：https://rytmer.amebaownd.com

20日(金) 10:30~12:00

~入会に向けた体験会~ 心がアラワレル写経

- ① 心がアラワレル写経
- ② かがやきプラザ 4階 活動室4-1
- ③ 参加費：無料/持ち物：なし ※先着8名まで
- ④ 10/19(木)までに申込み
(担当：かがやきプラザ 高齢者活動センター)
- ⑤ 電話：03-3265-1161(9:00~17:00 ※第1日曜日は休館)

26日(木) 10:00~11:10

オレ！フラメンコ！

- ① オレ！フラメンコ！
- ② 九段生涯学習館 6階 レクリエーションホール
- ③ 参加費：500円/持ち物：動きやすい服装・
動きやすい靴・飲み物
- ④ 10/25(水)までに申込み
- ⑤ 電話：090-8463-1846
メール：aguasanta@m6.dion.ne.jp

28日(土) 11:00~17:00 (最終入場16:00)

お茶一服いかがですか 初めての茶道

- ① 東京あいか庵
- ② スポーツセンター 8階 茶室
- ③ 参加費：無料/持ち物：なし
- ④ 10/27(金)までに電話またはSMSにて申込み
※当日参加可(担当：渡邊)
- ⑤ 電話：080-3200-0126

◆天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更となることがあります。予めご了承ください。
◆詳細は、九段生涯学習館の掲示チラシ、もしくはHP(<https://www.kudan-ll.info>)をご覧ください。

お問合せ



〒102-0074 千代田区九段南1-5-10
TEL:03-3234-2841 FAX:03-3262-7460
<https://www.kudan-ll.info/>

