

10月サークル体験会



区立施設で活動する区民サークルが、どなたでも気軽に参加できる体験会を開催します。

お問合せ・お申込みは以下をご覧ください。それぞれ定員があります。事前にお問合せください。

- 1.サークル名 2.会場 3.参加費／持ち物
- 4.締切 5.お申込み先

02日 木曜日 10:00 - 12:00



かいてみつけよう。身近なしあわせ。

- 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個
 - 4.10/1(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)
- ※休館日は以下をご参照ください

04日 土曜日 10:00 - 12:00



女声合唱を楽しみましょう！

- 1.コーラ・セフィーロ 2.九段生涯学習館 5階 音楽視聴覚室
 - 3.参加費:無料／持ち物:特になし
 - 4.10/3(金)までに申込み(担当:皆川)
 - 5.電話:090-9312-1209 (21:00 - 22:00)
- メール:dick.raurie@gmail.com

10日 金曜日 14:00 - 15:30



＼呼吸に合わせてゆったり動く 健康体操／ 気功太極拳 = 気功八段錦と簡化太極拳24式=

- 1.気功太極拳同好会 2.かがやきプラザ 5階 活動室5
- 3.参加費:無料／持ち物:トレーニングに適した服装
- 4.10/10(金)12:00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) ※休館日は以下をご参照ください

16日 木曜日 14:00 - 15:30



フラダンス講座 一緒にHULAを踊りましょう

- 1.ラブリージンジャー
- 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:無料／持ち物:動きやすい服装・タオル
- 4.10/15(水)までに申込み(担当:清水)
- 5.電話:090-9328-0077 (留守電可)

17日 金曜日 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:特になし
 - 4.10/16(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)
- ※休館日は以下をご参照ください

23日 木曜日 10:30 - 12:00



枯葉 Les Feuilles Mortesを 楽しくフランス語で歌いましょう

- 1.フランス語で楽しく歌うシャンソンの会 2.九段生涯学習館
5階 音楽視聴覚室 3.参加費:500円／持ち物:飲み物・筆記用具
- 4.10/22(水)までに申込み(担当:岡本)
- 5.電話:080-5027-9372 / メール:kudanchanson@gmail.com

かがやきプラザ高齢者活動センターが会場・お申込み先の場合

参加条件: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
第1日曜日は休館日です。

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をご覧ください。

千代田区立
九段生涯学習館
こころを育み 明日へつなぐ

〒102-0074 千代田区九段南1-5-10
03-3234-2841 03-3262-7460
www.kudan-ll.info

