

# 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



絵手紙

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

女声合唱を楽しみましょう！

1. コーロ・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



太極拳

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

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



写経

～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



合唱：シャンソン

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。

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

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

