

令和3年度 札幌市厚別老人福祉センター教養講座等開講日程表

	健康増進講座 申込制		教 養 講 座														
			自由参加講座→申込制						定 員 制 講 座								
	月		火	水	木	金	土	月		火	水		金				
講座名	健身操 A	健身操 B	詩吟 (惣岳流)	舞 踊 (吉松派若柳流)	社交ダンス ステップ練習 のみ	カラオケ	民 謡	フラダンス	健康ヨガ A	健康ヨガ B	水彩画 A	水彩画 B	絵手紙	ペン習字	茶 道 (表千家)	骨盤体操	書 道
講座日	月2回 第1・3	月2回 第2・4	今年度 休 講	月3回 第1・2・3	今年度 休 講			月2回 第1・3	月3回 第1・2・3		月2回 第1・3		月2回 第1・3	月3回 第1・2・3		月3回 第1・2・3	月3回 第1・2・3
時 間	13:00～ 14:00	13:00～ 14:00		13:00～ 14:00				13:30～ 14:30	9:30～ 10:30	10:50～ 11:50	10:00～ 11:30	13:00～ 14:30	13:00～ 14:30	10:30～ 12:00	13:00 ～14:15	13:00 ～14:00 前期・後期	13:00～ 14:30
会 場	多目的室			大広間				多目的室	多目的室		教養1		教養1	教養1	和室	大広間	教養1
定 員	30名	30名	20名	25名	21名	21名	12名	12名	18名	18名	4名	15名×2期 (前期5～9月) (後期10～3月)	18名				
講 師	瀧澤幸智子		若柳雅継 (渋谷美代子)	石野法子	工藤 智美		中尾孝典		樺沢セツ子	川村恵美子	畔地 悦子	稲尾 緑	鈴木征子				

※開講日が祝祭日と重なった場合は繰り延べとなる他、講師の都合または行事と重なった場合等も日程が変更になることがありますので、講座日を確認して下さい。

※受講料は無料ですが、教材費、コピー代等は自己負担となります。

※骨盤体操講座は2期制(前期:5～9月、後期:10～3月)となります。前期は5月から開始のため、4月の3回分を他の月で増回いたします。

※申込方法

定員制講座については初心者対象であり事前に申込みが必要となります。(2月中旬頃)

自由参加講座は今年度は感染予防対策のため、定員を設け事前に申込が必要で先着順となります。(3月頃)

健身操は感染予防対策のため、定員を設け事前に申込が必要で先着順となります。A・Bどちらかを選択してください。(3月頃)

教養講座、健身操の申込には、利用登録証を持参して、本人が直接受付までお越しください。電話・FAXでの申し込みはできません。

定員制講座と自由参加講座及び健身操との重複受講は可能です。(例 健康ヨガとフラダンスは○ 骨盤体操と健身操は○)

※発声系・接触系は呼気の増加や飛沫するなど感染リスクが高いため、今年度は休講となります。

令和3年7月1日現在