

藤が丘地区センター平成27年度自主事業予定
 (変更になることもありますので詳細は地区センターへお問い合わせください。TEL045-972-7021)

行事名	開催日時・曜日	対象・定員	参加費
我が家の不動産の活用と効果的な相続対策	5/8(金) 9:30~11:30	テーマに関心のある方20名(先着)	500
タイ式ヨガ「健康美容で女子力UP(全4回)」	5/10・24 6/14・28(日)12:30~14:30	女性20名(先着)	1700
エクセル基礎講習会(全2回)	5/12・13(火・水)9:30~16:30	一般成人7名(キーボード打てる方、先着)	4200
ベビーマッサージ(全3回)	5/13(水)5/21・28(木)10:00~11:15	4~9カ月の赤ちゃんとママ 20組(先着)	1500
パソコン相談コーナー	5/14(木)13:00~16:00(来場は15:30まで)	一般成人10名(先着順)	300
家族の立場でできる認知症対策	5/22(金)9:30~11:30	テーマに関心のある方20名(先着)	500
スマホ入門	5/29(金)12:30~14:30 5/15までに申し込み	一般成人10名(抽選)	1500
クラウド時代のブログ入門①Word Pressブログ講義	5/30(土)13:00~14:30	一般成人40名(先着順)	100
初夏の園芸講座「皇居東御苑の自然観察会」	6/6(土)9:30藤が丘駅集合14:30現地解散	一般成人40名(先着順)	500
ワード基礎講習会(全2回)	6/10・11(水・木)9:30~16:30	一般成人7名(キーボード打てる方、先着)	4200
介護保険法の改正と高齢者の住まい	6/12(金)9:30~11:30	テーマに関心のある方20名(先着)	500
パソコン相談コーナー	6/12(金)13:00~16:00(来場は15:30まで)	一般成人10名(先着)	300
ダンスパーティー②	6/13(土)18:15~20:00	一般成人100名(先着)	1000/年
クラウド時代のブログ入門②ブログ立ち上げ実習	6/20(土)9:30~11:30	インターネットを使ってパソコン持参可能な方10名(先着)	1000
住まいの修繕学校「フローリングの傷直し」	6/20(土)14:00~16:00	成人16名(先着)	300
第130回国際ナショナルトークサロン多くの側面を持つ国：魅力のインド	6/20(土)14:00~16:00	一般50名(先着)	500
おはなし会のための基礎講座-入門編-	6/22・29 7/6・13(月)10:00~11:30	一般成人20名(先着)	1000
自分でつくるおやつ第1回「クッキーとつめたい飲み物」	6/27(土)10:00~12:00	小学生24名(先着)	500
簡単網戸の張り替え	6/27(土)9:30~11:45	20名(先着)	0
手作りアンティークドールへの第一歩(全2回)	7/1・8(水)12:30~14:30	10名(先着)(センターに見本あり)	1600
やさしい社交ダンス(全16回)	7/2~8/31までの月・木(7/20 8/13は休み)15:30~17:30	一般男女各12名 先着順	7000
七夕まつり(笹と笹飾り無料配布)	7/4(土)9:30~11:30	子ども400名(当日先着)	0
第二回タイ式ヨガで女子力UP!(全6回)	7/12・26 8/9・23 9/13・27(日)9:30~11:30	女性20名(先着)	2500
エクセル基礎講習会(全2回)	7/15・16(水・木)9:30~16:30	一般成人7名(キーボード打てる方、先着)	4200
大人のためのお話し会-夏語り-	7/17(金)18:30~19:30	一般 30名(当日先着)	0
パソコン相談コーナー	7/17(金)13:00~16:00(来場は15:30まで)	一般成人10名(先着)	300
夏休み子ども卓球教室(全6回参加できる小学生)	7/23・27・30 8/3・6・10(月・木)9:30~11:30	小学生 40名(先着)	1200
子ども将棋(全4回参加できる小学生)	7/27~31(28除く)9:30~11:30	小学生20名(先着)	0
スマホ入門	7/31(金)12:30~14:30 7/15までに申し込み	一般成人10名(抽選)	1500
スマホ・タブレット相談コーナー	7/31(金)15:30~17:30	一般成人5名(先着)	500
夏休み子ども工作塾	8/1(土)10:00~14:30	小学3年生以上24名(先着)	500
パソコン相談コーナー	8/14(金)13:00~16:00(来場は15:30まで)	一般成人10名(先着)	300
楽しくメイクボディに挑戦!(全3回)	8/17・24・31(月)9:45~10:45	成人16名(先着)	1500
花とあそぼう 初めてのいけばな	8/20(木)10:00~11:30	小学生16名(先着)	600
おもちゃ病院(親子で参加していただきます)	8/22(土)①10:00~②11:00~③13:00~	幼児、小学生と保護者 15組(先着)	0
親子でフェルトマスコットちくちく(兄弟追加は200円)	8/22(土)10:30~11:45	小学生親子12組(先着)	500
ワード基礎講習会(全2回)	9/9・10(水・木)9:30~16:30	一般成人7名(キーボード打てる方、先着)	4200
IT講座「タブレット体験」	9/11(金)9:30~11:30 8/31までに申し込み	一般成人7名(抽選)	500
パソコン相談コーナー	9/11(金)13:00~16:00(来場は15:30まで)	一般成人10名	300
第三回タイ式ヨガで女子力UP!(全6回)	10/4・18 11/1・15 12/6・20(日)9:30~11:30	女性20名 先着	2500
秋の園芸講座	10/9(金)13:00~15:30	一般成人40名(先着)	500
ダンスパーティー③	10/10(土)18:15~20:00	一般成人100名(先着)	300/回
エクセル基礎講習会(全2回)	10/14・15(水・木)9:30~16:30	一般成人7名(キーボード打てる方、先着)	4200
パソコン相談コーナー	10/16(金)13:00~16:00(来場は15:30まで)	一般成人10名(先着)	300
住まいの修繕学校「水まわりのお手入れ方法」	10/17(土)14:00~16:00	成人16名(先着)	300
自分でつくるおやつ第2回	10/17(土)10:00~12:00	小学生24名(先着)	500
第131回藤が丘国際ナショナルトークサロン	10/24(土)14:00~16:00	一般50名(先着)	500
大人のためのお話し会-秋語り-	10/26(月)10:30~11:30	一般 30名(当日先着)	0
スマホ入門	10/30(金)12:30~14:30 10/15までに申し込み	一般成人10名(抽選)	1500

後期体操(全15回 月曜コースは10月5日から 木曜コースは10月1日から)

- ・ビューティーストレッチ(月曜9:45~ 参加費4000円 普段動かしていない部分も意識してストレッチしましょう!)
- ・やさしいエアロ(月曜12:00~参加費4000円 軽快な曲にあわせて有酸素運動をしっかりと!)
- ・健康づくり体操(木曜9:45~ 参加費2500円 男性にも人気!)・健美操(木曜11:45~ 参加費3000円 ゆったりと呼吸法でストレッチ!)
- ・その他シニアレク体操A(月曜13:15~)シニアレク体操B(木曜13:15~)も。詳細は地区センターへお問い合わせください。



皆さん!都合のいい曜日、時間に参加して体を動かしましょう!! 気持ちもスッキリしますよ