

高島平ふれあい館
1月提案事業申込確認シート A

申込受付は

12月15日 9:00~12:00 1階ロビー

ふりがな 氏名	
電話番号	
利用証番号	

◎受付初日は1人5講座まで申込みができます(申込受付は1カ所、1回で完了して下さい)。

太枠で囲っている講座は1つのみ申込み可、点線太枠は2つまで申込み可。なお、網掛け部分は有料講座となっています。

事前にご希望の講座番号に○印をご記入のうえお持ち下さい。

講座番号	健康の増進	28	ダイヤビック3 24日(火) 13:10~	64	自分でできるネイル講座 29日(日) 13:30~
1	理学療法士による健康体操A① 10・17日(火) 10:20~	29	ダイヤビック4 31日(火) 13:10~		
2	理学療法士による健康体操A② 10・17日(火) 11:10~	30	ハワイアンフラ 11・25日(水) 13:00~		教養の向上
3	理学療法士による健康体操B① 24・31日(火) 10:20~		レクリエーション	66	バイオリン1 12日(木) 10:30~
4	理学療法士による健康体操B② 24・31日(火) 11:10~	41	フラワーアレンジメント1 11日(水) 11:00~	68	バイオリン2 26日(木) 10:30~
5	ダンスエクササイズA① 4・18日(水) 10:20~	42	フラワーアレンジメント2 17日(火) 13:30~	69	初めてのパソコン 3回コース 10・17・24日(火) 14:00~
6	ダンスエクササイズA② 4・18日(水) 11:10~	43	手芸 29日(日) 10:10~	72	タブレット端末にチャレンジ1 6日(金) 10:30~
7	ダンスエクササイズB① 11・25日(水) 10:20~	45	マジック1 11日(水) 13:30~	73	タブレット端末にチャレンジ2 13日(金) 10:30~
8	ダンスエクササイズB② 11・25日(水) 11:10~	46	マジック2 25日(水) 13:30~	74	タブレット端末にチャレンジ3 20日(金) 10:30~
9	椅子でエクササイズA① 5・19日(木) 10:20~	47	天然石アクセサリー 6日(金) 13:30~	75	タブレット端末にチャレンジ4 27日(金) 10:30~
10	椅子でエクササイズA② 5・19日(木) 11:10~	48	音楽広場1 10日(火) 10:30~	76	ウクレレ 25日(水) 10:30~
11	椅子でエクササイズB① 12・26日(木) 10:20~	49	音楽広場2 13日(金) 10:30~	77	ギター1 14日(土) 13:30~
12	椅子でエクササイズB② 12・26日(木) 11:10~	50	音楽広場3 17日(火) 10:30~	78	ギター2 28日(土) 13:30~
15	ゴーゴーステップA 5・19日(木) 14:10~	51	音楽広場4 24日(火) 10:30~	79	あなたも筆ペン上手 18日(水) 10:30~
16	ゴーゴーステップB 12・26日(木) 14:10~	52	音楽広場5 27日(金) 10:30~		
17	ベーシックエアロA 10・24日(火) 14:10~	53	音楽広場6 31日(火) 10:30~		生活の向上
18	ベーシックエアロB 17・31日(火) 14:10~	54	合唱 20日(金) 10:30~	82	フレイル予防体操 7日(土) 13:30~
22	ヨガ1 5日(木) 15:10~	55	ミュージックベル 6日(金) 10:30~		
23	ヨガ2 12日(木) 15:10~	56	声出しお話会1 13日(金) 13:30~		映画上映会
24	ヨガ3 19日(木) 15:10~	57	声出しお話会2 27日(金) 13:30~	92	映画上映会1「ビルマの豊饒」 6日(金) 13:00~
25	ヨガ4 26日(木) 15:10~	58	お誕生会 19日(木) 13:10~	93	映画上映会2「ビルマの豊饒」 13日(金) 13:00~
26	ダイヤビック1 10日(火) 13:10~	61	eスポーツボーリング大会 徳丸ふれあい館戦 8日(日) 13:30~	94	映画上映会3「太平洋ひとりぼっち」 20日(金) 13:00~
27	ダイヤビック2 17日(火) 13:10~	62	eスポーツボーリング大会 仲町ふれあい館戦 22日(日) 14:30~	95	映画上映会4「太平洋ひとりぼっち」 27日(金) 13:00~

★申込者が定員を上回った講座は抽選となりますので、必ず申込まれた講座が抽選になったか、また抽選の場合は抽選結果を確認してください。

15日13:30~ 公開抽選(活動室)、16日9:00~ 抽選講座当選者発表

※ 追加申込みは16日から受付致します。(講座数の制限はありません)

代理の方は一階受付で申請書に記入して下さい

代理人