

ご本人の場合、氏名・電話番号・利用証番号の記入は不要です

高島平ふれあい館 (☎03-3935-1775)
12月提案事業申込確認シート **A**

申込受付は

11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)。

太枠で囲った講座は1つのみ申込可、点線太枠は2つまで申込み可、二重線枠は11月受講者申込不可、網掛け部分は有料講座です。

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	30	ダイヤビック1 5日(火) 13:10~	64	美しい手指ケア&ネイル講座 3日(日) 13:30~
1	理学療法士による健康体操A① 5日(火) 10:20~	31	ダイヤビック2 12日(火) 13:10~	65	美しい肌&メイク講座 7日(木) 13:30~
2	理学療法士による健康体操A② 5日(火) 11:10~	32	ダイヤビック3 19日(火) 13:10~		
3	理学療法士による健康体操B① 12日(火) 10:20~	33	ダイヤビック4 26日(火) 13:10~		教養の向上
4	理学療法士による健康体操B② 12日(火) 11:10~			66	バイオリン1 14日(木) 10:30~
5	理学療法士による健康体操C① 19日(火) 10:20~		レクリエーション	68	バイオリン2 28日(木) 10:30~
6	理学療法士による健康体操C② 19日(火) 11:10~	40	フラワーアレンジメント1 5日(火) 13:30~	69	初めてのパソコン 3回コース 5・12・19日(火) 14:00~
7	理学療法士による健康体操D① 26日(火) 10:20~	41	フラワーアレンジメント2 23日(土) 13:30~	72	タブレット端末にチャレンジ① 1日(金) 10:30~
8	理学療法士による健康体操D② 26日(火) 11:10~	42	フラワーアレンジメント3 23日(土) 14:20~	73	タブレット端末にチャレンジ② 8日(金) 10:30~
9	ダンスエクササイズA① 6・20日(水) 10:20~	45	マジック1 13日(水) 13:30~	74	タブレット端末にチャレンジ③ 22日(金) 10:30~
10	ダンスエクササイズA② 6・20日(水) 11:10~	46	マジック2 27日(水) 13:30~	76	ウクレレ 27日(水) 10:30~
11	ダンスエクササイズB① 13・27日(水) 10:20~	47	天然石アクセサリ 1日(金) 13:30~	77	ギター1 14日(木) 13:30~
12	ダンスエクササイズB② 13・27日(水) 11:10~	48	音楽広場1 1日(金) 10:30~	78	ギター2 28日(木) 13:30~
13	椅子でエクササイズA① 7・21日(木) 10:20~	49	音楽広場2 8日(金) 10:30~	79	あなたも筆ペン上手 20日(水) 10:30~
14	椅子でエクササイズA② 7・21日(木) 11:10~	50	音楽広場3 12日(火) 10:30~	81	スマホ体験教室 19日(火) 13:30~
15	椅子でエクササイズB① 14・28日(木) 10:20~	51	音楽広場4 22日(金) 10:30~		
16	椅子でエクササイズB② 14・28日(木) 11:10~	52	音楽広場5 26日(火) 10:30~		映画上映会
19	エアロサーキットA 7・21日(木) 14:10~	54	合唱 19日(火) 10:30~	92	映画上映会1「北国の街」 1日(金) 13:00~
20	エアロサーキットB 14・28日(木) 14:10~	55	ミュージックベル 5日(火) 10:30~	93	映画上映会2「北国の街」 8日(金) 13:00~
21	ベーシックエアロA 5・19日(火) 14:10~	56	声出しお話し会1 8日(金) 13:30~	94	映画上映会3「陽のあたる坂道」 22日(金) 13:00~
22	ベーシックエアロB 12・26日(火) 14:10~	57	声出しお話し会2 22日(金) 13:30~		
26	ヨガ1 7日(木) 15:10~	58	お誕生会 21日(木) 13:10~		
27	ヨガ2 14日(木) 15:10~	59	園芸 9日(土) 11:00~		
28	ヨガ3 21日(木) 15:10~	62	ゲーム機でボウリング 10日(日) 10:30~		
29	ヨガ4 28日(木) 15:10~	63	ゲーム機でNewスポーツに挑戦! 17日(日) 10:30~		

★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(学習室2)、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(16日:3件まで、17日以降:無制限)

代理人 代理の方は一階受付で申請書に記入して下さい