

高島平ふれあい館 (03-3935-1775)  
8月提案事業申込確認シート **A**

申込受付は

7月16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、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	<b>健康の増進</b>	30	ダイヤビック1 6日(火) 13:10~	64	美しい手指ケア&ネイル講座 11日(日) 13:30~
1	理学療法士による健康体操A① 6日(火) 10:20~	31	ダイヤビック2 13日(火) 13:10~	65	美しい肌&メイク講座 1日(木) 13:30~
2	理学療法士による健康体操A② 6日(火) 11:10~	32	ダイヤビック3 20日(火) 13:10~		
3	理学療法士による健康体操B① 13日(火) 10:20~	33	ダイヤビック4 27日(火) 13:10~		
4	理学療法士による健康体操B② 13日(火) 11:10~				
5	理学療法士による健康体操C① 20日(火) 10:20~				<b>教養の向上</b>
6	理学療法士による健康体操C② 20日(火) 11:10~			66	バイオリン1 8日(木) 10:30~
7	理学療法士による健康体操D① 27日(火) 10:20~		<b>レクリエーション</b>	68	バイオリン2 22日(木) 10:30~
8	理学療法士による健康体操D② 27日(火) 11:10~	41	フラワーアレンジメント1 20日(火) 13:30~	72	タブレット端末にチャレンジ1 2日(金) 10:30~
9	ダンスエクササイズA① 7・21日(水) 10:20~	42	フラワーアレンジメント2 29日(木) 11:00~	73	タブレット端末にチャレンジ2 9日(金) 10:30~
10	ダンスエクササイズA② 7・21日(水) 11:10~	45	マジック1 14日(水) 13:30~	74	タブレット端末にチャレンジ3 16日(金) 10:30~
11	ダンスエクササイズB① 14・28日(水) 10:20~	46	マジック2 28日(水) 13:30~	75	タブレット端末にチャレンジ4 23日(金) 10:30~
12	ダンスエクササイズB② 14・28日(水) 11:10~	47	天然石アクセサリ 2日(金) 13:30~	76	ウクレレ 28日(水) 10:30~
13	椅子でエクササイズA① 1・15日(木) 10:20~	48	音楽広場1 9日(金) 10:30~	77	ギター1 8日(木) 13:30~
14	椅子でエクササイズA② 1・15日(木) 11:10~	49	音楽広場2 16日(金) 10:30~	78	ギター2 22日(木) 13:30~
15	椅子でエクササイズB① 8・22日(木) 10:20~	50	音楽広場3 20日(火) 10:30~	79	あなたも筆ペン上手1 7日(水) 10:30~
16	椅子でエクササイズB② 8・22日(木) 11:10~	51	音楽広場4 23日(金) 10:30~	80	あなたも筆ペン上手2 21日(水) 10:30~
17	盆パラピクス 1・15日(木) 14:10~	52	音楽広場5 30日(金) 10:30~		
21	ベーシックエアOA 6・20日(火) 14:10~	54	合唱 27日(火) 10:30~		
22	ベーシックエアOB 13・27日(火) 14:10~	55	ミュージックベル 13日(火) 10:30~		
26	ヨガ1 1日(木) 15:10~	56	声出しお話会1 9日(金) 13:30~		<b>映画上映会</b>
27	ヨガ2 15日(木) 15:10~	57	声出しお話会2 23日(金) 13:30~	92	映画上映会1「伊豆の踊子」 2日(金) 13:00~
28	ヨガ3 22日(木) 15:10~	58	お誕生会 29日(木) 13:10~	93	映画上映会2「夜霧よ今夜も有難う」 16日(金) 13:00~
29	ヨガ4 29日(木) 15:10~	62	ゲーム機でボウリング 4日(日) 10:30~		
		63	ゲーム機でNewスポーツに挑戦! 18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。  
16日13:30~ 公開抽選(活動室)、17日9:00~ 抽選講座当選者発表  
※追加申込みは17日から受付致します(17日:3件まで、18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