

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つのみ申込み可、点線太枠は2つまで申込み可、二重線枠(69)は11月受講者申込み不可、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 3日(火) 13:10~	62	ゲーム機でボウリング 14日(土) 10:30~
1	理学療法士による健康体操A① 3日(火) 10:20~	31	ダイヤビック2 10日(火) 13:10~	63	ゲーム機でNewスポーツに挑戦! 22日(日) 10:30~
2	理学療法士による健康体操A② 3日(火) 11:10~	32	ダイヤビック3 17日(火) 13:10~	64	美しい手指ケア&ネイル講座 22日(日) 13:30~
3	理学療法士による健康体操B① 10日(火) 10:20~	33	ダイヤビック4 24日(火) 13:10~	65	美しい肌&メイク講座 5日(木) 13:30~
4	理学療法士による健康体操B② 10日(火) 11:10~	37	メンズのための健康ヨガ 19日(木) 14:10~		
5	理学療法士による健康体操C① 17日(火) 10:20~				教養の向上
6	理学療法士による健康体操C② 17日(火) 11:10~		レクリエーション	66	バイオリン1 12日(木) 10:30~
7	理学療法士による健康体操D① 24日(火) 10:20~	40	フラワーアレンジメント1 3日(火) 13:30~	68	バイオリン2 26日(木) 10:30~
8	理学療法士による健康体操D② 24日(火) 11:10~	41	フラワーアレンジメント2 27日(金) 13:30~	69	初めてのパソコン 3回コース 3・10・17日(火) 14:00~
9	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3 27日(金) 14:20~	72	タブレット端末にチャレンジ1 6日(金) 10:30~
10	ダンスエクササイズA② 4・18日(水) 11:10~	43	手芸 1日(日) 10:00~	73	タブレット端末にチャレンジ2 13日(金) 10:30~
11	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~	74	タブレット端末にチャレンジ3 20日(金) 10:30~
12	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~	75	タブレット端末にチャレンジ4 27日(金) 10:30~
13	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~	76	ウクレレ 25日(水) 10:30~
14	椅子でエクササイズA② 5・19日(木) 11:10~	48	音楽広場1 6日(金) 10:30~	77	ギター1 12日(木) 13:30~
15	椅子でエクササイズB① 12・26日(木) 10:20~	49	音楽広場2 10日(火) 10:30~	78	ギター2 26日(木) 13:30~
16	椅子でエクササイズB② 12・26日(木) 11:10~	50	音楽広場3 13日(金) 10:30~	79	あなたも筆ペン上手1 4日(水) 10:30~
19	エアロサーキット 12・26日(木) 14:10~	51	音楽広場4 20日(金) 10:30~	80	あなたも筆ペン上手2 18日(水) 10:30~
21	ベーシックエアロA 3・17日(火) 14:10~	52	音楽広場5 27日(金) 10:30~		
22	ベーシックエアロB 10・24日(火) 14:10~	54	合唱 17日(火) 10:30~		映画上映会
26	ヨガ1 5日(木) 15:10~	55	ミュージックベル 3日(火) 10:30~	92	映画上映会1「精霊流し」 6日(金) 13:00~
27	ヨガ2 12日(木) 15:10~	56	声出しお話会 20日(金) 13:30~	93	映画上映会2「花咲く乙女たち」 20日(金) 13:00~
28	ヨガ3 19日(木) 15:10~	58	お誕生会 19日(木) 13:10~		
29	ヨガ4 26日(木) 15:10~	59	園芸 7日(土) 13:30~		

★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(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(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