

高島平ふれあい館 (☎03-3935-1775)  
5月提案事業申込確認シート **A**

申込受付は

4月15日 9:00~12:00 1階ロビー

|            |  |
|------------|--|
| ふりがな<br>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か所、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(69)は4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                           | 29 | ヨガ4<br>22日(木) 15:10~                             | 58  | お誕生会<br>29日(木) 13:10~                |
| 1  | 理学療法士による健康体操A①<br>6日(火) 10:20~  | 30 | ダイヤビック1<br>6日(火) 13:10~                          | 62  | ゲーム機でボウリング<br>11日(日) 10:30~          |
| 2  | 理学療法士による健康体操A②<br>6日(火) 11:10~  | 31 | ダイヤビック2<br>13日(火) 13:10~                         | 63  | ゲーム機でNewスポーツに挑戦!<br>18日(日) 10:30~    |
| 3  | 理学療法士による健康体操B①<br>13日(火) 10:20~ | 32 | ダイヤビック3<br>20日(火) 13:10~                         |     |                                      |
| 4  | 理学療法士による健康体操B②<br>13日(火) 11:10~ | 33 | ダイヤビック4<br>27日(火) 13:10~                         |     | 教養の向上                                |
| 5  | 理学療法士による健康体操C①<br>20日(火) 10:20~ | 34 | ハワイアンフラ(5月・6月)<br>5月14・28日 13:15~<br>6月11・25日(水) | 66  | バイオリン1<br>8日(木) 10:30~               |
| 6  | 理学療法士による健康体操C②<br>20日(火) 11:10~ |    |  | 68  | バイオリン2<br>22日(木) 10:30~              |
| 7  | 理学療法士による健康体操D①<br>27日(火) 10:20~ |    | レクリエーション   | 69  | 初めてのパソコン 3回コース<br>6・13・20日(火) 14:00~ |
| 8  | 理学療法士による健康体操D②<br>27日(火) 11:10~ | 41 | フラワーアレンジメント1<br>20日(火) 13:30~                    | 72  | タブレット端末にチャレンジ1<br>2日(金) 10:30~       |
| 9  | ダンスエクササイズA①<br>7・21日(水) 10:20~  | 42 | フラワーアレンジメント2<br>23日(金) 13:30~                    | 73  | タブレット端末にチャレンジ2<br>9日(金) 10:30~       |
| 10   | ダンスエクササイズA②<br>7・21日(水) 11:10~  | 43 | 手芸<br>4日(日) 10:00~                               | 74  | タブレット端末にチャレンジ3<br>16日(金) 10:30~      |
| 11   | ダンスエクササイズB①<br>14・28日(水) 10:20~ | 45 | マジック1<br>14日(水) 13:30~                           | 75  | タブレット端末にチャレンジ4<br>23日(金) 10:30~      |
| 12   | ダンスエクササイズB②<br>14・28日(水) 11:10~ | 46 | マジック2<br>28日(水) 13:30~                           | 76  | ウクレレ<br>28日(水) 10:30~                |
| 13   | 椅子でエクササイズA①<br>1・15日(木) 10:20~  | 47 | 天然石アクセサリ<br>2日(金) 13:30~                         | 77  | ギター1<br>8日(木) 13:30~                 |
| 14   | 椅子でエクササイズA②<br>1・15日(木) 11:10~  | 48 | 音楽広場1<br>9日(金) 10:30~                            | 78  | ギター2<br>22日(木) 13:30~                |
| 15   | 椅子でエクササイズB①<br>8・22日(木) 10:20~  | 49 | 音楽広場2<br>13日(火) 10:30~                           | 79  | あなたも筆ペン上手1<br>7日(水) 10:30~           |
| 16   | 椅子でエクササイズB②<br>8・22日(木) 11:10~  | 50 | 音楽広場3<br>16日(金) 10:30~                           | 80  | あなたも筆ペン上手2<br>21日(水) 10:30~          |
| 19   | エアロサーキットA<br>1・15日(木) 14:10~    | 51 | 音楽広場4<br>23日(金) 10:30~                           |     |                                      |
| 20   | エアロサーキットB<br>8・22日(木) 14:10~    | 52 | 音楽広場5<br>27日(火) 10:30~                           |     | 地域連携                                 |
| 21   | ベーシックエアロA<br>6・20日(火) 14:10~    | 53 | 音楽広場6<br>30日(金) 10:30~                           | 86  | クリーン作戦<br>31日(土) 9:20~               |
| 22   | ベーシックエアロB<br>13・27日(火) 14:10~   | 54 | 合唱<br>20日(火) 10:30~                              |     |                                      |
| 26   | ヨガ1<br>1日(木) 15:10~             | 55 | ミュージックベル<br>6日(火) 10:30~                         |     | 映画上映会                                |
| 27   | ヨガ2<br>8日(木) 15:10~             | 56 | 声出しお話し会1<br>9日(金) 13:30~                         | 92  | 映画上映会1「シャレード」<br>2日(金) 13:00~        |
| 28   | ヨガ3<br>15日(木) 15:10~            | 57 | 声出しお話し会2<br>30日(金) 13:30~                        | 93  | 映画上映会2「カサブランカ」<br>16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。<br>15日13:30~ 公開抽選(活動室)、16日9:00~ 抽選講座当選者発表<br>※ 追加申込みは16日から受付致します(16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                |