

令和7年度 浜名生きがい教室受講申込書

受付番号	
------	--

ふりがな				年 齢	歳
氏 名					
住 所	〒 _____ 区			性 別	男 女
電話番号 (携帯電話)	_____ (_____)				
一緒に申し込んだ人が落選の場合 受講しますか	一人でも受講する 受講を辞退する	一緒に申し込んだ人の 氏名を記入してください			

※ 収集した個人情報 は 浜名生きがい教室の記録とし、他の目的には使用いたしません

学習計画表

★月1回木曜日 13:30～15:30 浜名協働センター 2階ホール等★

第2回、第5回は午前・午後に分かれて受講します。グループ分けはこちらで決めさせていただきますのでご了承ください。(午前の開催は10時～12時となります。)

※ 第6回「社会見学」は詳細が決定しましたらお知らせします。

※ 第2、5、8回 作品制作、調理等の材料費は、当日集金します。

回	日時	学習内容	講師・学習方法	会場	持ち物・備考
1	5月15日 第3木曜	〈開講式〉 はままつ健幸講座 『誰でもできる音楽レク』 トーンチャイムを使って楽譜のない音楽を楽しむ“音のレクリエーション”	鈴木楽器販売(株) 浜松営業所 (稲木 基裕) レクリエーション	ホール	
2	6月5日 第1木曜	スパイスカレー作り 健康増進、免疫力アップに効果のあるスパイスの活用法を学びます。 《※午前・午後に分かれて受講していただきます》	山本 裕子 調理実習	料理教室	材料費 1,200円 ジッパー付き袋3枚 エプロン、三角巾、 布巾、マスク
3	7月17日 第3木曜	ムリなくできるスローエアロビック 音楽に合わせて楽しく頑張らずにできるエクササイズです。	横田 典子 軽運動	ホール	動きやすい服装
4	8月21日 第3木曜	木下恵介映画観賞会 懐かしの『木下恵介監督作品』をお楽しみください！	木下恵介記念館 映画鑑賞	ホール	
5	9月18日 第3木曜	ポタニーペインティングを体験 ポタニーペインティングは葉っぱを貼って彩色するアートです。 《※午前・午後に分かれて受講していただきます》	大野 智香子 作品制作	実習室	材料費 1,100円 持ち帰り袋
6	10月16日 第3木曜	社会見学 見学先は未定です。	現地学習		実費
7	11月20日 第3木曜	フロアーカーリングを楽しもう 的に向けてキャスター付きのフロッカーを送球して得点を競います。	河合 道夫 軽運動	ホール	動きやすい服装
8	12月18日 第3木曜	紙ねんどで干支づくり 毎年恒例の干支の置物を作ります。来年は 午 です!!	浜北の健康をささえる会 すこやか 作品制作	ホール	材料費 300円 持ち帰り容器

※ 都合により日程・内容を変更する場合があります。ご了承ください。

ポタニーペインティング



フロアーカーリング

