

平成27年度 深川・森下ふれあいセンター

# 講座受講申込案内

## 4月開講講座の受講生募集!



<b>対象者</b>	<b>江東区在住で60歳以上のふれあいセンター登録者</b>
	未登録の方、または更新がお済みでない方は健康保険証などを持参して登録手続きを行ってください。 受付当日は窓口が大変混み合いますので、事前に登録手続きを済ませておく事をお勧めいたします。

### ①申し込みについて

<b>受付期間</b>	<b>3月1日(日)、2日(月)、3日(火)</b> <b>午前9時30分～午後4時</b> <b>深川ふれあいセンター 1階 体育室</b> で行います。
	★電話・ハガキでのお申込は出来ません。 ★森下ふれあいセンターでは受付致しません。 (森下開講の講座申込も深川で承ります。)

<b>持ち物</b>	①江東区老人福祉センター入館票(オレンジ色) ②52円ハガキ(1講座申込につき1枚) ※表面にご自分の住所・氏名をご記入下さい。
------------	--

### ②公開抽選について

<b>抽選方法</b>	定員超過の場合、平成26年度に同講座(直近の講座が対象)を受講していない方から優先して抽選を行います。
<b>抽選日</b>	<b>3月6日(金) 午前9時30分～</b> <b>深川ふれあいセンター 1階ロビー</b> で行います。
	抽選結果は、申込者全員にハガキにて通知します。 ※センター内にも抽選結果を掲示致します。
<b>ご注意</b>	★抽選ハガキの発送は3月7日(土)です。 ハガキの発着に関するお問合せ(電話も含む)はお応えしかねますのでご遠慮下さい。

### ③受講決定者の手続きについて

<b>手続期間</b>	<b>3月13日(金)、14日(土)、15日(日)</b> <b>午前9時30分～午後4時</b>
<b>ご注意</b>	★当選された方は、必ず上記期間内に受講手続きを行って下さい。 期間内にお手続きできない場合は、事前にご連絡下さい。 ※電話での手続きは出来ません。 ★教材費が必要な講座につきましては、教材費のお支払いをお願いいたします。 ※教材費には各自でご用意して頂く道具(楽器・筆など)は含んでおりません。

<b>その他</b>	日程・および内容等について、都合により変更になる場合がございます。ご了承下さい。
------------	--

## ⚠️ 申し込み及び抽選についての注意

- ★深川の教養講座の申込は1人3講座までです。(森下は含みません)
- ★代理申込は1名まで可能です。  
その場合は必ず入館票を預かり、持参して下さい。
- ★同種講座のサークルに登録されている方は申込できません。
- ★他のふれあいセンターと、同種講座の重複申込はできません。※1

※1 他センター重複対象講座一覧

深川(森下含む)	城 東	亀 戸
書道かな・漢字	—	書道かな・漢字
はつらつ歌声	みんなのコーラス・うたごえ広場	コーラス(前期)
民謡	笑顔で民謡	—
囲碁入門	—	—
演歌カラオケ入門(前期)	—	カラオケ女唄、男唄(前期)
日本文学入門(前期)	—	歴史文学(前期)
悠々英会話	—	やさしい英会話
卓球入門	—	卓球教室(前期)
フラダンス	—	フラダンス(前期)
ゆったりヨガ(前期)	ヨガ&ストレッチ	—



# 教養講座募集一覧

□深川ふれあいセンター／平野1-2-3

講座名	開講日数・回数(目安)	定員	教材費	内容
書道(かな) ※2	5月7日～2月18日	40名	1,000円	毛筆の持ち方やいろは練習などの基礎的な事から学んでいき、和歌一首などを書き上げていきます。
	第1・3木曜日(18回) 午前10時～11時30分			
書道(漢字) ※2	4月20日～2月15日	40名	1,000円	毛筆の持ち方や姿勢、字形の取り方など基礎的な事から学んでいき、楷書・行書を書き上げていきます。
	第1・3月曜日(18回) 午前10時～11時30分			
生け花	4月15日～2月17日	25名	13,000円	生け花(草月流)の基礎技法を講師の実技指導で学びます。(毎回季節のお花をお持ち帰り頂けます)
	第3水曜日(10回) 午前10時～11時30分			
はつらつ歌声	4月27日～3月14日	85名	940円 ※3	懐かしい曲から世界的名歌までジャンルを問わず、楽しく皆で声を合わせて歌います。
	第2・4月曜日(20回) 午前10時～11時30分			
初級ハーモニカ	5月22日～3月11日	30名	2,000円 ※4	馴染みのある曲を題材に、複音ハーモニカの基本奏法を練習します。
	第2・4金曜日(18回) 午後1時～2時30分			
朗読	4月20日～2月15日	25名	300円	発声練習から民話の音読まで朗読技術の取得を目指します。
	第1・3月曜日(15回) 午前10時～11時30分			
民謡	5月27日～2月10日	85名	100円	基本的な歌唱法を学び、各地の民謡を尺八と三味線の生演奏に乗せ唄います。
	第2・4水曜日(15回) 午後1時30分～3時			
健康料理(前期)	4月22日～8月26日	21名	3,000円	健康的な食生活を習慣にできるよう、調理実習を通して知識を身につけます。
	第4水曜日(5回) 午前10時～12時			
はじめての手話	5月14日～2月25日	30名	500円	指文字や単語を学び、会話や表現の仕方を練習します。毎回復習も行うので初めての方でも安心です。
	第2・4木曜日(15回) 午前10時～12時			
演歌カラオケ入門(前期)	5月11日～9月28日	60名	300円	複式呼吸や、強弱やこぶしなど、演歌に大事な歌唱法を新譜の楽曲を通してマスターしていきます。
	第2・4月曜日(8回) 午後2時～4時			
健康麻雀(前期)	4月13日～9月28日	30名	950円	「飲まない」「吸わない」「賭けない」。頭と指を使いながら明るく楽しくゲームを覚えられます。
	第2・4月曜日(12回) 午前10時～12時			
茶道入門(前期)	4月7日～9月15日	15名	3,500円	茶道(表千家)講座ではお茶の頂き方・愉しみ方を通して日本の伝統的な立居振舞いの基本を習得いただけます。
	第1・3火曜日(12回) 午後2時～3時30分			

※2 書道(かな)、書道(漢字)の重複申込は出来ません。  
 ※3 すでに教科書(愛唄名歌集 増訂版)をお持ちの方は、100円となります。

※深川教養講座以外は数制限がございません。  
 深川の教養講座は1人3講座までの申込となります。

□森下ふれあいセンター／森下5-1-1 (申込受付は深川で行います。)

講座名	開講日数・回数	定員	教材費	内容
水墨画	5月12日～2月23日	24名	3,000円	実技指導により、水墨画の基礎画法を学びます。
	第2・4火曜日(15回) 午後2時～4時			
囲碁入門	5月13日～10月28日	24名	500円	初めての方を対象に囲碁の基本技法の習得を目指します。
	水曜日(18回) 午前9時30分～11時			
日本文学入門(前期) -古今集から土佐日記まで-	4月10日～8月28日	35名	200円	古今和歌集の抜粋や土佐日記など、平安中期の歌壇をリードした紀貫之全般を学びます。
	第2・4金曜日(8回) 午後2時～3時30分			
のんびり悠々英会話	4月17日～2月19日	32名	2,000円	アルファベットから簡単な英会話まで、ゆっくりマスターしながら国際感覚を養います。
	第1・3金曜日(16回) 午後2時～3時30分			



# 健康講座募集一覧

□深川ふれあいセンター／平野1-2-3

講座名	開講日数・回数(目安)	定員	参加費	内容
フラダンス	4月13日～2月22日	50名	無料	足の運び方やリズムなどを学んでいきます。健康維持や運動不足の方にもお勧めの講座です。
	第2・4月曜日(20回) 午前10時30分～12時			
卓球入門	5月9日～3月12日	45名	200円 ※球代金として	ルールの習得、ラケットの持ち方、打ち方の基本を初歩から行います。
	第2・4土曜日(15回) 午後1時～2時30分			
カローリング	4月22日～3月23日	30名	無料	誰でも気軽に楽しめる事が魅力のスポーツ。ゲームを通して技術を習得していきます。
	第4水曜日(10回) 午前10時～11時30分			
ゆったりヨガ(前期)	4月15日～9月2日	50名	無料	呼吸法やポーズを行いながら、心と体を緩めていきます。健やかな身体をつくりましょう。
	第1・3水曜日(10回) 午前10時30分～12時			
社交ダンス入門	4月6日～3月14日	男女各30名	無料	ブルース・ジルバなどを実践しながら、ステップや姿勢の基本をマスターしていきます。
	第1・3月曜日(20回) 午前10時～11時30分			

☆自由参加の健康講座日程表は3月に別途配布します。

☆後期の講座募集は秋に行います。  
 ☆前期に受講された方は、後期を受講できない場合があります。

●申込・問合せ先：深川ふれあいセンター(深川老人福祉センター)  
 住所：江東区平野1-2-3 電話：3643-1902