

【令和5年度 太平老人福祉センター 教室一覧】

教室名	内容	開催日開催時間	定員	受講料(年間)
パソコン教室	ワード、エクセルの基礎を学びます。	毎週月曜日 午前10時～正午	10人	24,750円(45回) ※教材費別途
絵手紙教室	季節の花や野菜を題材に心のこもった作品を描きます。	第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分	15人	9,600円(24回) ※材料費別途
ペン習字教室	ボールペンを使って美しい文字を習得します。	第1・3水曜日 午後1時30分～3時30分	15人	12,000円(24回) ※材料費別途
習字教室	毛筆により正しく整った字を学びます。	第1・3木曜日 午後1時30分～3時30分	15人	12,000円(24回) ※材料費別途
フラダンス教室	運動不足やストレス解消にもおすすめです。	第2・4月曜日 午後1時30分～3時	25人	11,500円(23回) ※教材費別途
バランスボールで 目指せマリリン教室	※女性のみ 体幹を鍛えたりストレッチにも効果があります。	第1・3水曜日 午前9時30分～11時	20人	9,200円(23回) ※ボール持込
俺がやる俺のための バランスボール教室	※男性のみ 体幹を鍛えたりストレッチにも効果があります。	第1・3水曜日 午後1時30分～3時	20人	9,200円(23回) ※ボール持込
男のヨガ教室	ユッタリした動きでストレッチや柔軟な身体作りと運動不足を解消します。	第2・4水曜日 午後1時30分～3時	25人	9,600円(24回) ※ヨガマット持込
ピンピン100歳を 目指す体操教室	ストレッチや筋トレ、有酸素運動を取り入れた楽しい教室です。	第1・3金曜日 午後1時30分～3時	30人	9,600円(24回)

〈お問い合わせ〉 太平老人福祉センター 太平町 2-39-1 電話・FAX(25)1133