

南寿荘

2026年度 前期『趣味の教室』お知らせ

(対象は、市内在住の60歳以上の方です。参加費は全回分です。)



作品例

1	折り紙教室 講師：長谷川 孝子先生	第1・3水曜日 13:00～14:30 参加費 3,000円 定員20人 4/1、4/15、5/6、5/20、6/3、6/17、7/1、7/15、8/5、8/19、9/2、9/16 折り紙や和紙を使い、季節のお飾りや生活に役立つ実用品を作ります。 楽しみながら指先を使い、脳トレに繋がります。
2	世界遺産の旅 講師：宮川 利雄先生	第2・4月曜日 13:00～14:30 参加費 1,000円 定員30人 4/13、4/27、5/11、5/25、6/8、6/22（4～6月までです） DVDで世界遺産の映像を見ながら、講師の解説を聴きます。 世界旅行の気分を楽しみましょう！
3	楽しい シニア川柳 講師：八木 せいじ先生	第4水曜日 10:00～11:30 参加費 1,000円 定員20人 4/22、5/27、6/24、7/22、8/26、9/23 シニアの川柳についてお話や解説を聴いたりして、川柳の世界を気軽に 楽しめます。作り方の初步も教えて頂けます。
4	ぶどうこん 初めての武道魂 講師：久保木 理恵子先生	第2・4月曜日 13:30～15:00 参加費 2,000円 定員20人 大広間 4/13、4/27、5/11、5/25、6/8、6/22、7/13、7/27、8/10、8/24、9/14、9/28 武道とヨガの融合。普段使わない筋肉を目覚めさせ、体軸を鍛え、転倒による怪我予 防にも役立ちます。（マットで座ったり寝たりしながらの動きもあります。）
5	カントリーダンス 講師：関 真智子先生	第1・3木曜日 ① 10:00～11:30 ② 13:00～14:30 ①もしくは②のどちらかをご記入下さい。第1希望、第2希望としても良いです。 人数によりましては、①もしくは②のどちらかのお時間だけになることもあります。 参加費 各2,000円 定員 各15人 4/2、4/16、5/7、5/21、6/4、6/18、7/2、7/16、8/6、8/20、9/3、9/17 テンポの良いアメリカンミュージックに合わせながら、ステップを中心とした動きのダンスです。楽しく体を動かしましょう！
6	骨盤矯正 ウォーキング 講師：今関 純子先生	第2金曜日 13:30～14:30 参加費 1,000円 定員30人 4/10、5/8、6/12、7/10、8/14、9/11 元ファッションモデルの講師から、健康で美しい歩き方を 学びます。正しく美しい歩き方で若さと健康を手に入れましょう！

【申込方法】

往復はがきに以下をご記入の上、南センターまでお送りください。

1. 郵便番号 2. 住所 3. 氏名(フリガナ) 4. 年齢 5. 電話番号
6. 第1希望教室名 7. 第2希望教室名

返信面には、ご自分の郵便番号、住所、氏名を忘れずにお書きください。

【往信 (表)】

【返信（裏）】

【返信（表）】

【往信（裏）】

こちらの面に抽選結果を
印刷してお送りしますので
何も書かないでください。

<input type="checkbox"/>	<p>〒郵便番号</p> <p>ご自分の住所</p> <p>ご自分のお名前</p>	<p>1. 郵便番号</p> <p>2. 住 所</p> <p>3. 氏 名 (フリガナ)</p> <p>4. 年 齢</p> <p>5. 電話番号</p> <p>6. 第1希望</p> <p>7. 第2希望</p>
--------------------------	---	--

【申込期限】 2月25日(水)までの消印であること

【必要事項】

- ・ 応募ハガキは一人1枚限りです。記入に不備や切手の料金不足などがあるハガキは受付できません。
 - ・ 定員を超えた講座は、抽選により受講者を決定させていただきます。
 - ・ 第1希望の教室が抽選で受講できなかった時のために、第2希望もお書きください。
受講できるのは、第1希望、もしくは第2希望のどちらかのみですが、両方とも人数に余裕がある場合は、2つとも受けて頂けることもあります。その場合は施設からご連絡します。
 - ・ 抽選後、結果を返信はがきにてお知らせいたします。（3月中旬）
 - ・ 受講時の持ち物など詳しいことは、お支払い時にお渡しする用紙に書いてあります。
 - ・ 講座は、都合により中止、もしくは、開講日、時間が変更になる場合があります。
変更の場合は、別途連絡いたします。

【問合せ先】 南寿荘『趣味の教室』係 電話 741-8812

南寿荘（南センター）

〒232-0006 横浜市南区南太田2-32-1

- ・地下鉄：『蒔田』 徒歩7分
 - ・京急：『井土ヶ谷』または、『南太田』 徒歩10分
 - ・神奈中バス：
11、206、井10、井11、井12、井14、戸01、東01 『井土ヶ谷下町』 徒歩3分
11、206、戸03、東06、横43、横44系統 『南センター』 徒歩5分
 - ・駐車スペースは、台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

