

趣味の教室

お問い合わせ 老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘

電話045-985-6323 横浜市緑区十日市場町825-1



新規

算数・数楽 中村 眞一 先生



第2・4 木曜日 10時~12時
資料代実費 定員10名

この講座は、勉強する数学ではなく、楽しむ数楽(すうがく)です。
クイズ、おもしろ計算、図形、数のパズルなど、算数・数学的なものの見方・考え方を使って楽しんでみませんか。

はじめてのリコーダー 八巻 由美 先生



第2・4 水曜日 10時~12時
ソプラノリコーダーを持参
資料代実費 定員5名

音を出してみる。合奏してみる。音符や音階は、リズムや耳で感じましょう。経験がなくてもすぐに音楽が奏でられるのがリコーダーの魅力です。

おだやか太極拳

都合により中止いたします

健康増進を目的とした楊式太極拳です。基本動作を習得することで、おだやかな健康増進を図ります。型も動作も全然むずかしくありませんよ。

編み物 高安 はるみ 先生



第1・3 火曜日 10時~12時
並太糸玉2玉・かぎ針6~8号
を持参 定員5名

完成させようとする思いよりも、気楽に編んでいきましょう。基本的な編み方で手を動かすことで、形になっていくことを楽しみませんか？

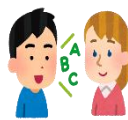
実用!ペン習字 安藤 修二 先生



第2・4 木曜日 10時~12時
ボールペン・サインペンを持参
定員10名

「字がきれいになりたい」は、誰でも思うものです。ペンの持ち方、止め、払いのポイントをつかむだけで格段に字がきれいになりますよ。

英会話 山根 佳子 先生



第1・3水曜日 10時~12時
テキスト代2,500円前後
定員8名

英語がわからなくても、臆せず耳から慣れることが英会話の第一歩です。外国の方がカタコトの日本語を話していても気にならないのと同じように、カタコトの英語でも気にされないそうです。まずは、一歩踏み出してみましょ！

書道 後藤 園子 先生



第1・3 水曜日 10時~12時
書道道具・半紙を持参
定員10名

習字と書道は別物だをご存知でしたか？「書道」は文字の芸術です。基本を学びながら、自分の味を見つけてみませんか。

楽しむシニアヨガ 今村 美穂 先生



第2・4 月曜日 11時45分~14時
動きやすい服装・フェイスタオル・バスタオル・くつ袋、飲料水を持参
保険料約300円 定員10名

ヨガ初心者でも大丈夫です。無理をして体を動かすことよりも、自分の動く範囲を生かして体を動かす「楽しむヨガ」です。

健康詩吟

後藤 園子 先生



第2・4 月曜日 10時～12時
持参するものは特になし
定員10名

詩吟は、朗読と節調で表現する歌い方です。詩吟のいろはを学ぶだけでなく、発声や良い姿勢、呼吸の仕方を伴うので健康増進につながります。

朗 読

武松 洋子 先生



第2・4 月曜日 10時～12時
資料代実費
定員10名

声を出すこと、読むことで、あなたらしさに灯をともしてみませんか？技術よりも声出し、文章の量より質、色々な種類に触れることが大切です。続けることで脳の活性化にもつながります。朗読で仲間づくりもしませんか。

つるし雛

森 マリ子 先生



第2・4 水曜日 13時15分～15時15分
材料費1個700円、裁縫道具・ポンド・綿・タオル・絹糸(赤、白、黒)を持参 定員8名

生まれてきた子供の幸せを願う気持ちを託したつるし雛。縫い方と想いを知ること、素敵なつるし雛が仕上がりますよ。

水彩画に役立つ鉛筆デッサン

横地 光 先生



第1・3 水曜日 10時～12時
モチーフ代1,100円・画用紙のスケッチブック代(4号)700円・鉛筆(2H・H・HB・B・2B・4B 各1本)・ねり消しゴムを持参 定員12名

鉛筆デッサンをすることで水彩画に役立つものの見方を学んでいただきます。

折 り 紙

早野 ゆき 先生



第2・4 火曜日 9時30分～12時
折り紙を持参 教材費実費
定員8名

美しい花や動物を折り出してみませんか。日本伝統の遊び、折り紙。単純なようで実は複雑な折り方から形が生まれてきます。折るだけで、1枚の紙が立体になる達成感とすごさを味わってみませんか？

こころを伝える絵手紙

鎌本 アケミ 先生



第1・3 土曜日 10時～12時
各回分のはがき代を持参
定員10名

格好よく描こうなんて思わないでください。手作りに、あなたの温かさが伝わります。そして、送り手にあなたの心が伝わります。まずは、形にしてみましょう。

よくわかる

俳句初心者教室

今村 千年 先生



第1・3 金曜日 10時～12時
持参するものは特になし
定員10名

季語と五・七・五を学び、俳句作りを楽しみませんか。日本の豊かな自然と温かい人とのふれ合いを句にしてみましょう。

健康歌声教室

植松 美帆 先生



第2・4木曜日 10時～11時30分
上履き・くつ袋を持参 資料代実費 定員10名

この講座は歌唱力上達が目的ではありません。お腹から声を出すことで健康づくりをする教室です。声を出すことと、歌うことを楽しみませんか？

受講時のお願い 施設内及び活動中は、マスクを着用してください(一部の講座を除く)。また、適宜、手洗い・手消毒をお願いいたします。状況により、フェイスシールドをお配りする講座がございます。共用・集団利用施設のため、マスク着用が難しい場合は受講をお断りすることがございます。来館時に検温と団体出席簿の記入をお願いいたします。なお、団体出席簿は15日後に破棄いたします。

受講対象者 市内在住の60歳以上で初心者の方(ただし、一度受講した教室はお申込できません)
申込期間 3月2日(水曜日)から3月20日(日曜日) 午前9時から午後4時45分まで
申込条件 申込みができるのは、1人1教室のみ
申込方法 必要なものを持参して、直接ご本人様が緑ほのぼの荘へ来館してお申込みください
必要なもの (1) 無地の63円官製はがき1枚
(2) 氏名・住所・生年月日の本人確認出来るもの(免許証・保険証など)
受講の決定 (1) 定員を超えた場合は、抽選になります
(2) 抽選結果は、お申込者全員に、はがきにてご連絡いたします
(3) 電話による抽選結果のお問い合わせはご遠慮ください
応募者数及びコロナウイルス感染状況等により、教室の日程が変更・中止になる場合がありますのでご了承ください。