



都筑地区センター
つづき緑寿荘

講座のお知らせ

11月～令和8年2月に募集する講座です。
詳しくは、各講座のチラシをご覧ください。
募集チラシはホームページにも掲載します。



馬蹄型のクリスマスワッグづくり
11/27 (木) 10:00～11:30
18歳以上・32名 11月募集開始



セーフティアドバイス
10/16 (木) 10:00～10:50
60歳以上 申込不要



お土産付き



親子花育講座～クリスマスツリーをつくりましょう～
12/6 (土) 10:00～12:00
小学3～6年生と保護者・12組 11月募集開始



ハロウィン交流会
～アソシエふれあいの丘保育園～
10/31 (金) 10:15～11:15 60歳以上 申込不要



お正月のしめ縄づくり
12/18 (木) 10:00～11:30
18歳以上・32名 11月募集開始



楽しく食べて健康に！
12/9 (火) 13:30～15:00
60歳以上・30名 11月募集開始



お土産付き



手作り味噌講座～寒仕込み～
1/29 (木) 10:30～12:30
18歳以上・36名 12月募集開始



やさしい天文学と星座の世界
12/13 (土) 13:30～15:00
60歳以上・24名 11月募集開始



家庭料理教室
2/12 (木) 10:00～13:00
18歳以上・12名 12月募集開始



クリスマスギターコンサート
※コーヒー販売10:00～12:00
12/25 (木) 11:00～12:00 60歳以上 申込不要



草木染め講座
2/3・3/3 (火) 10:00～12:00
18歳以上・10名 1月募集開始



エアロビクスで筋トレ講座
1/7 (水) 10:00～11:30
60歳以上・24名 12月募集開始



ミモザのスワッグ作り
2/26 (木) 10:00～11:30
18歳以上・32名 1月募集開始



足指力測定と足指力アップの健康体操
2/5 (木) 10:00～12:00
60歳以上・30名 1月募集開始



スイーツ講座
3/4 (水) 10:00～13:00
18歳以上・8名 2月募集開始



リズムにのって♪健康ボクシング
2/25・3/11・3/25 (水) 13:30～14:30
60歳以上・24名 2月募集開始