

《定員制教養講座受講生募集》

講座名	曜日	時間	定員	回数
大正琴	第1・2・3 月曜	10時～12時	8人	月3回
手芸	第1・3 月曜	13時～15時	10人	月2回
絵手紙	第2・4 月曜	13時～15時	10人	
はじめてのピラティス	第1・3 月曜	A 9時30分～10時30分 B 11時～12時	各25人	
健康アップ 表情筋トレ	第1・3 火曜	10時半～12時	18人	
歴史を学ぼう	第2・4 水曜	13時～15時	28人	
はじめての 背骨コンディショニング	第1・3 水曜	A 9時30分～10時30分 B 11時～12時	各25人	月3回
ペン習字	第1・2・3 金曜	10時～12時	10人	
筆ペンで楽しい己書 A 4月～9月 B 10月～3月	第1・3 土曜	13時～14時30分	各12人	



〈講座受講期間〉 令和8年4月～9年3月の1年間 (筆ペン 己書講座は、半年です)

※諸般の都合により講座内容・日程・回数等が変更になる可能性もございますので、あらかじめ承知おきください

〈お申込みについて〉

●期間 **令和8年2月10日〔火〕～22日〔日〕**

(土日も開館しておりますが、祝日は休館です)

- 対象 昭和41年(1966年)4月1日までに生まれた方
- 開館時間内にご本人がセンターへお越しいただき、申込用紙にご記入ください
- お申込みが定員を超えた場合、抽選になります
- 受講料 無料(資料代や材料費の実費はかかります)
- 抽選日 3月2日〔月〕13時過ぎ～の予定

※利用登録証をお持ちでない方は、マイナンバーカードや運転免許証など
氏名・年齢・住所が確認できるものをお持ちください

※受講の際は、利用登録証が必要になります

お電話でのお申込みは行っておりませんので、予めご了承ください

(来館が難しい方は、申込用紙をHPから印刷・記入してFAXいただいてもお受けできます)

〈お申込み・お問合せ先〉

(開館時間 9～17時)

札幌市南老人福祉センター

石山78-68 (石山緑地公園隣接)

TEL 591-3100
FAX 591-1221



札幌市南老人福祉センター

[illegible]