

令和 7 年度 シニア教室 開講予定一覧表

実施場所	種目	実施日時		年間 実施 回数	定員
		曜日	時間		
100プラザ中央	トータル美容	1234火	10:00～11:50	42	10
100プラザ中央	茶道	1234火	10:00～11:50	42	15
100プラザ中央	知れば得する老化トラブル策	13火	13:00～14:50	24	30
100プラザ中央	昭和歌謡を楽しもう（カラオケ）	24火	13:00～14:50	24	20
100プラザ中央	コミュニケーション講座	234火	13:00～14:30	36	12
100プラザ中央	今様	123火	13:00～14:50	36	10
100プラザ中央	太極拳	123火	15:00～16:50	36	35
100プラザ中央	三味線	1234水	10:00～11:50	42	14
100プラザ中央	英語初級	13水	10:00～11:30	24	12
100プラザ中央	押し花	24水	10:00～11:50	24	10
100プラザ中央	古典文学	1水	13:00～14:50	12	10
100プラザ中央	現代文学	3 水	13:00～14:50	12	10
100プラザ中央	ピアノ伴奏でみんなの歌	2水	13:00～14:50	12	15
100プラザ中央	キーボードでピアノレッスン	4水	13:00～14:50	12	12
100プラザ中央	ボイストレーニングと歌（初級）	13水	13:00～14:30	24	30
100プラザ中央	ボイストレーニングと歌（中級）	1234水	15:00～16:30	42	60
100プラザ中央	筆ペン	13水	15:00～16:50	24	14
100プラザ中央	絵画（初級）	13木	13:00～14:50	24	10
100プラザ中央	絵画（中級）	13木	10:00～11:50	24	15
100プラザ中央	詩吟	24木	10:00～11:50	24	18
100プラザ中央	認知症フレイル予防	24木	10:00～11:50	24	20
100プラザ中央	初心者楽しい韓国語	13木	13:00～14:50	24	20
100プラザ中央	ソフトダーツ	13木	13:00～14:50	24	30
100プラザ中央	フラダンス	24木	13:00～14:50	24	20
100プラザ中央	ウクレレ	24木	13:00～14:40	24	15
100プラザ中央	やさしい囲碁	1234木	13:00～14:50	42	12
100プラザ中央	かぎ針編み	234木	15:00～16:50	36	20

令和7年度 シニア教室 開講予定一覧表

実施場所	種目	実施日時		年間 実施 回数	定員
		曜日	時間		
100プラザ中央	ソング&リズム体操	24木	15:00～16:30	24	30
100プラザ中央	社交ダンス	1234金	10:00～11:50	42	30
100プラザ中央	絵手紙&水墨画	1・3金	10:00～11:50	24	16
100プラザ中央	俳句	2金	10:00～11:50	12	15
100プラザ中央	折り紙	13金	13:00～14:30	24	15
100プラザ中央	ピアノで歌おう	134金	13:00～14:50	36	35
100プラザ中央	将棋	1234金	13:00～14:50	42	20
100プラザ中央	3 B 体操	1234金	15:00～16:30	42	30
100プラザ中央	手話ダンス	1234土	10:00～11:50	42	20
100プラザ中央	オールジャンルカラオケ塾	1234土	10:00～11:45	42	20
100プラザ中央	話題のニュースを振り返る	24土	10:00～11:30	24	10
100プラザ中央	創作手芸	1234日	10:00～11:50	42	50
南当仁公民館いこいの家	囲碁	1234木	13:00～15:00	42	20
笹丘公民館いこいの家	囲碁	1234月	13:00～15:00	42	15
舞鶴いこいの家	謡曲（喜多流）	1234火	10:00～11:30	42	20