

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プラザ博多	華道	24火	10:00～12:00	24	14
100プラザ博多	百人一首	13火	10:00～12:00	24	14
100プラザ博多	絵手紙	13火	10:00～11:40	24	20
100プラザ博多	元気になるペン習字	24火	10:00～11:30	24	20
100プラザ博多	認知症フレイル予防教室	24火	10:00～12:00	24	20
100プラザ博多	民舞	123火	13:00～15:00	36	20
100プラザ博多	リンパ&腸活エクササイズ	24火	13:30～15:30	24	10
100プラザ博多	リズムを楽しむフラメンコ	13水	10:00～11:30	24	20
100プラザ博多	三味線	13水	10:00～12:00	24	20
100プラザ博多	手話ダンス	123水	13:00～15:00	36	40
100プラザ博多	初心者向け楽しいパソコン	24水	13:00～15:00	24	10
100プラザ博多	太極拳1・3	13木	10:30～12:00	24	25
100プラザ博多	太極拳2・4	24木	10:30～12:00	24	25
100プラザ博多	くらしの書	13木	10:00～11:30	24	20
100プラザ博多	笑顔De終活	24木	10:00～12:00	24	14
100プラザ博多	健康体操	13木	13:00～15:00	24	30
100プラザ博多	レクリエーションダンス	24木	13:30～15:00	24	20
100プラザ博多	楽しい韓国語会話	24木	13:00～15:00	24	20
100プラザ博多	やさしい太極拳	13金	13:30～15:00	24	20
100プラザ博多	ソング&リズム	24金	10:00～11:30	24	20
100プラザ博多	編物	123金	10:00～12:00	36	20
100プラザ博多	川柳	24金	13:30～15:30	24	20
100プラザ博多	カラオケ	24金	13:00～15:00	24	50
100プラザ博多	フォークダンス	234土	10:00～12:00	36	20
100プラザ博多	楽しい健康体操	13土	13:00～14:30	24	30
100プラザ博多	わくわく中国語	13土	13:00～15:00	24	14
100プラザ博多	ろっ骨エクササイズ～カキラ～	24土	13:00～15:00	24	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		
三筑いこいの家	ウクレレ	123金	10:00～12:00	36	18
冷泉いこいの家	クラフトバン制作	123水	13:00～15:00	36	18
東月隈いこいの家	書道	123火	10:00～12:00	36	10
住吉公園いこいの家	アコースティックギター	123月	13:00～15:00	36	21
住吉公園いこいの家	麻雀	124火	13:00～15:00	36	21
住吉公園いこいの家	エレキギター	123金	13:00～15:00	36	21
御供所いこいの家	百人一首	13水	13:00～15:00	24	12
美野島いこいの家	茶道	123金	10:00～12:00	36	18