

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プラザ城南	エンジョイ・フラ	24火	10:00～12:00	24	32
100プラザ城南	はじめよう！社交ダンス	水	10:00～12:00	42	24
100プラザ城南	社交ダンス	土	10:00～12:00	42	24
100プラザ城南	にこにこ手話ダンス	123水	13:00～15:00	36	30
100プラザ城南	すこやか手話ダンス	123金	13:00～15:00	36	35
100プラザ城南	健康ダンス	金	10:00～12:00	42	40
100プラザ城南	H・B体操	木	10:00～12:00	42	50
100プラザ城南	スローヨガ	3火	10:00～11:30	12	20
100プラザ城南	フォークダンス	13木	13:00～15:00	24	24
100プラザ城南	はじめよう太極拳	水	10:00～12:00	42	16
100プラザ城南	太極拳	234木	13:30～15:30	36	16
100プラザ城南	日本舞踊	金	10:00～12:00	42	12
100プラザ城南	演歌舞踊	123土	13:00～15:00	36	24
100プラザ城南	詩吟・和歌・今様	123水	13:00～15:00	36	18
100プラザ城南	詩吟・歌謡吟詠	金	10:00～11:30	42	24
100プラザ城南	ハーモニカ	火	10:00～12:00	42	30
100プラザ城南	かな書道	火	13:00～15:00	42	24
100プラザ城南	尺八・ウインドシンセサイザー	13水	10:00～12:00	24	15
100プラザ城南	みんなのカラオケ	日	10:00～12:00	42	40
100プラザ城南	唄うための音楽レッスン	123火	13:00～15:00	36	24
100プラザ城南	レッツ！ミュージック	123木	10:00～12:00	36	24
100プラザ城南	琴伝流大正琴	24土	10:00～12:00	24	24
100プラザ城南	茶道	木	10:00～12:00	42	24
100プラザ城南	フラワーアレンジメント	2金	13:00～15:00	12	24
100プラザ城南	クラシックギター	土	13:00～15:00	42	24

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プラザ城南	ぬりえクラフト	木	13:00～15:00	42	24
100プラザ城南	水墨画入門	24土	10:00～12:00	24	20
100プラザ城南	折り紙	24金	13:30～15:30	24	24
100プラザ城南	リコーダー	木	10:00～12:00	42	24
100プラザ城南	シニアのストレッチ	24火	13:00～15:00	24	20
100プラザ城南	三味線	火	10:00～11:30	42	24
100プラザ城南	相撲甚句	24水	10:00～12:00	24	24
100プラザ城南	脳トレ(中学英語)	24水	10:00～12:00	24	14
100プラザ城南	デザインアートフラワー	3金	13:00～15:00	12	24
100プラザ城南	時事英語	24土	14:00～16:00	24	20
100プラザ城南	マジック	24土	10:00～12:00	24	24
100プラザ城南	絵手紙	13木	13:00～14:40	24	24
100プラザ城南	着付け	13金	13:00～15:00	24	12
100プラザ城南	かつぽれ	土	13:00～15:00	42	15
100プラザ城南	編物	水	13:00～15:00	42	30
100プラザ城南	手あみしてみませんか	水	10:00～12:00	42	15
100プラザ城南	声の若返りレッスン	火	10:00～11:30	42	28
100プラザ城南	カラオケ昭和歌謡を楽しもう	13土	10:00～11:30	24	20
城南いこいの家	囲碁	火	13:00～15:00	42	14
田島いこいの家	囲碁	金	13:00～15:00	42	25
七隈いこいの家	囲碁	木	13:00～15:00	42	25
別府いこいの家	将棋	木	13:00～15:00	42	20
別府いこいの家	囲碁	土	13:00～15:00	42	15
別府いこいの家	舞踊	木	10:00～12:00	42	15