

天白福祉会館 令和5年度 講座受講日一覧 \*○数字は変更日 \*祝日はお休みです

★4月の受講はなるべく欠席しないようお願いします★

通年講座 (4月～3月)

講座名	開催曜日と時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	回数
① 民謡	第1・3月曜 午前10時～	3	1	5	3	7	4	2	6	4	休	5	4	月2回
		17	15	19	休	21	休	16	20	18	15	19	18	
② 民踊	第1・3月曜 午後1時～	3	1	5	3	7	4	2	6	休	休	5	4	月2回
		17	15	19	休	21	休	16	20	18	15	19	18	
③ コグニダンス運動	第2・4月曜 午前10時～	10	8	12	10	14	11	23	13	11	休	休	11	月2回
		24	22	26	24	28	25	○30	27	25	22	26	25	
④ リフレッシュヨガ	第1・3火曜 午前10時～	4	休	6	4	1	5	3	7	5	休	6	5	月2回
		18	16	20	18	休	19	17	21	19	16	20	19	
⑤ 華道	第1・3火曜 午後1時～	4	2	6	4	1	5	3	7	休	休	6	5	月2回
		18	16	20	18	休	19	17	21	○27	16	20	19	
⑥ 趣味の絵手紙	第2火曜 午前10時～	11	9	13	11	8	12	10	14	12	9	13	12	月1回
⑦ 英会話	第2・4火曜 午後1時～	11	9	13	11	8	12	10	14	12	9	13	12	月2回
		25	23	27	25	休	26	24	28	休	23	27	休	
⑧ やさしい健康体操	第1・3水曜 午前10時～	5	17	7	5	2	6	4	1	6	休	7	6	月2回
		19	○31	21	19	16	20	18	15	20	17	21	休	
⑨ 太極拳	第2・4水曜 午前10時～	12	10	14	12	9	13	11	8	13	10	14	13	月2回
		26	24	28	26	休	27	25	22	休	24	28	27	
⑩ 茶道	第2・4水曜 午前10時～	12	10	14	12	9	13	11	8	13	10	14	13	月2回
		26	休	28	26	休	27	25	22	休	24	28	休	
⑪ ヨガ体操	第2水曜 午後1時～	12	10	14	12	9	13	11	8	13	10	14	13	月1回
⑫ ポスチャーウォーキング	第1木曜 午前10時～	6	○11	1	6	3	7	5	2	7	4	1	7	月1回
⑬ 筋力アップ体操	第1・3木曜 午後1時半～	6	休	1	6	3	7	5	2	7	休	1	7	月2回
		20	18	15	20	17	21	19	16	21	18	15	21	
⑭ コーラス	第2木曜 午後1時～	13	11	8	13	10	14	12	9	14	11	8	14	月1回
⑮ 書道	第1・2金曜 午前10時～	7	休	2	7	4	1	6	休	1	5	2	1	月2回
		14	12	9	14	休	8	13	10	8	12	9	8	
⑯ 水墨画	第3金曜 午前10時～	21	19	16	21	18	15	20	17	15	19	16	15	月1回
⑰ 初歩のウクレレ	第4金曜 午前10時半～	28	26	23	28	25	22	27	24	22	26	○29	22	月1回
⑱ フラダンス	第4金曜 午後1時～	28	26	23	28	25	22	27	24	22	26	○16	22	月1回

※コグニダンス運動  
10/9(月)→10/30(月)に変更

※華道 12/19(火)→12/27(水)に変更(正月花)

※やさしい健康体操  
5/3(水)→5/31(水)に変更

※ポスチャーウォーキング 5/4(木)→5/11(木)に変更

※初歩のウクレレ 2/23(金)→2/29(第5木曜)に変更

※フラダンス 2/23(金)→2/16(第3金曜)に変更

期間講座 (第1期:4月～9月 全6回)

講座名	開催曜日と時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月
⑲ 硬筆美文字	第1火曜 午後1時～	4	2	6	4	1	5
⑳ クレイの花	第1土曜 午後1時～	1	6	3	1	5	2

※第2期(10月～3月)は8月頃募集いたします。