



# ☆開講している講座☆



**定員に満たない講座は引き続き募集中です！**

NO	講座名	学習内容	学習日	時間帯	部屋	講師名	定員	
1	若返り 自給自足体操	医療体操の基本となる腹式呼吸を基に身体の体調を整え、介護のいない生涯現役の体作りをする体操。	1・3火	午前	和室	井原 知賀	10	
2	絵画クラブ	構図、陰影、描写、色彩など絵画の技法を学ぶ。油絵・水彩ともに可。	1 水	午前	研修室2	甲斐 裕子	11	
3	アスパル マジック 同好会	身近にある材料（ロープ、ハンカチ新聞紙等）をつかってマジックを習得する。	1・3水	午前	研修室3	向井 明彦	20	
4	富合花架拳	呼吸法を基本に心身の安定を目的に優美で楽しめる舞拳。	1・3水	午後	軽運動室	雑賀 マス子	19	
5	ペン習字	ボールペン、万年筆、筆ペン等を使って楷書・行書を書く。慶弔表記など日常で役立つ表現を学ぶ。	2・4水	午前	研修室3	榮 義枝	20	
6	大正琴 愛好会	大正琴の基本操作を学び、演奏を楽しむ。	1 木	午前	多目的 工作室	永田 慶子	10	
7	富合 健康教室	音楽に合わせて体をほぐし、マット運動やボール等で筋力を高める。ゲームを取り入れた運動で認知症を予防する。	1・3木	午前	軽運動室	田中 裕子	20	
8	コール富合	皆でコーラスを楽しむ。童謡・唱歌・現代曲。	1・3 木	午後	多目的 工作室	高本 慶子	13	
9	リフレッシュ 3B体操	「健康で美しく老いる」を目標にボール、ベル、ベルターを使った健康体操。音楽に合わせて柔軟、筋トシ、脳トシを行う。	<b>開講を見合わせています</b>					14
10	絵手紙	「ヘタがいい、ヘタでいい」をモットーに季節の野菜・果物等を描く。	2 金	午前	多目的 工作室	小澄 文子	13	
11	富合 手芸クラブ	ベスト、セーター、帽子、バッグ等の編み物を行う。	3 金	午前	研修室2	川上 テルミ	17	
12	書道クラブ	かな、漢字等、書道の向上を図る。	4 金	午後	研修室2	杉村つぼみ	10	
13	手描友禅	布地(シャツ・ハンカチ・風呂敷等)に染料を用い好きな色を作り描く。	2 土	午後	多目的 工作室	北野きぬ子	10	

