

令和6年度 定員制講座募集案内

札幌市南老人福祉センター

講座	手 芸	絵手紙	はじめての ピラティス	健康アップ 表情筋トレ	歴史を学ぼう	はじめての 背骨 コンディショニング	はじめての ヨガ	折り紙	ペン習字
曜 日	第1・3 月曜	第2・4 月曜	第1・3 月曜	第1・3 火曜	第2・4 水曜	第1・3 水曜	第1・2・3 木曜	第2・4 木曜	第1・2・3 金曜
時 間	13:00～15:00	13:00～15:00	11:00～12:00	10:30～12:00	13:00～15:00	10:00～11:00	10:00～11:30	13:00～15:00	10:00～12:00
定 員	8名	10名	25名	18名	28名	25名	15名	8名	10名
諸費用	材料費 月500円程度	特殊紙代 年500円程度		資料代 初回 80円	資料代 初回 500円	・仙骨枕 2,000円 ・セラバンド 1,500円前後 (希望する方のみ) 資料代 20円 初回徴収		資料代500円 初回徴収	資料代 初回 400円
講 師	中田 たみ子	三輪 宣彦	中山 俊子	藤吉 たか子	河野 至緒 高橋 悟 荒木卯三郎 田海 秀穂	工藤恵美子	伊藤 繭美	佐々木 恵美	山口 真知子
受講期間	令和6年4月～令和7年3月								
対象者	市内に居住する 昭和39年(1964年)4月1日までに生まれた、ご自身で通所可能な方								
申込要領	<ul style="list-style-type: none"> ● ご本人が直接来館して、所定の用紙に必要事項をご記入のうえお申込みください(土日も開館しておりますが12日は振替休日のため休館です) ● 老人福祉センター利用登録証または、年齢・住所を証明できる健康保険証や運転免許証等)をお持ちください ● 全講座とも初心者を対象としたカリキュラムです ● ひとりにつき2講座まで(第1希望、第2希望)申込みできますが、受講できるのは基本1講座のみとなります ● ご来館が難しい方は、FAXでも受け付けます(HPより専用申込書をプリントしてお使いください) 								
申込期間	2月8日(木)～20日(火) 午前9時～午後5時 (先着順ではありません)								
抽選発表	2月28日〔水〕13:00過ぎより抽選 ● 優先順位 〔1番目〕 第1希望で過去5年間未受講者 〔2番目〕 第2希望で過去5年間未受講者 〔3番目〕 第1希望で5年以内に受講歴のある方 〔4番目〕 第2希望で過去5年以内に受講歴のある方 ● 抽選結果は通知しませんので、ご自身で掲示やHPで確認するか、お電話での確認の場合は3月1日〔金〕10時以降にお願いします ● 定員に満たない場合は、開講しないこともありますので、あらかじめご注意ください								
受講手続	● 当選された方は、3月17日(日)までにご自身で受講手続きをしてください。開講案内(初回の講座日時等の説明プリント)を配布いたします。 ※手続きをされない場合は、辞退したものと見なしますので、ご注意ください								
備 考	当選結果は、氏名ではなく管理番号での掲示となりますので、申込時の控えをなくさず手元にお持ちください								