

清戸の杜

白井市福祉センター情報誌

2019.3.1 発行



3月号

Vol.57

<今月の講座・イベント案内>

初めてのペン習字講座



3月1日・8日・15日・22日(毎週金曜日)
10:00~12:00 (全4回)

シニアのためのスマートフォン教室

3月15日(金) 13:30~15:30
災害時でのスマートフォンの活用方法や、安全に利用するための操作方法を学びます。



グラウンドゴルフ大会

3月14日(金) 12:30~15:00
雨天の場合は、16日(土)
日頃の練習の成果を発揮しましょう!

<来月の講座・イベント案内>

はつらつタイム 「スポーツボイストレーニング」



筋力トレーニングとボイストレーニングのエクササイズです。
4月2日・16日・5月7日・21日・6月4日・18日(各火曜日 全6回)
時間: 10:00~11:00
対象: 市内在住のおおむね60歳以上30人
参加費: 無料

脳いきいきアート講座(通年講座)

絵を描くことが苦手な人でも楽しめるプログラム。毎回異なるアート作品を作ります。
4月12日~毎月第2金曜日(全12回)
(11月はイベントにより変更あり)
時間: 13:00~15:00
対象: 市内在住の60歳以上8人
参加費: 1回300円(材料費)

シニア向け スポーツトレーニング講座

ストレッチ、体操、筋トレやボクササイズ等を行います。

4月13日~各土曜日 月2回(全12回)
(8月、9月は無し、日程が変更になる場合があります。)

時間: 10:00~11:30

対象: 市内在住の60歳以上30人

参加費: 無料



つるし飾り雛講座(通年講座)

子どもや孫の幸せを願う「つるし飾り雛」を1年を通して作りましょう。

4月22日~毎月第3月曜日 全12回
(但し祝日と重なる月は変更あり、2月は2回実施)

時間: 9:45~11:45

対象: 市内在住の60歳以上15人

参加費: 初回1,000円

2回目から1回800円



生きがい支援事業 絵手紙講習

4月5日・12日・19日・26日
(各金曜日 全4回)

時間: 13:30~15:00

対象: 市内在住 60歳以上20人

参加費: 300円



春まつり



4月12日(金) 13:30~14:30

クレオさんによる歌とギター、
キーボード演奏をお楽しみください。
甘酒の無料配布もあります。

福祉センター利用サークル一覧表

区分	団体名	活動日	活動	区分	団体名	活動日	活動				
1	手芸	あかつき	定期	第1水曜日	午後	28	舞踊	踊り峰幸会	不定期		
2	手工芸・染	はなみずき	定期	月曜日	午後	29	空手	松門会	不定期		
3	洋裁	着物リフォームの会	定期	第2第4水	午後	30	グラウンドゴルフ	天璋会	不定期	午後	
4	華道	生け花いずみの会	定期	第1第3火	午後	31	ギター	スパイス	不定期		
5	ギター	アマポーラ	定期	水曜日	午前	32	バドミントン	あすなるクラブ	不定期	午前	
6	大正琴	めだかの会	定期	水曜日	午後	33	編み物	ニット	定期	第1第3木	午後
7	陶芸	縄文	定期	土曜日	終日	34	箏	さーくる絃	定期	第2第4火	午前
8	陶芸	楽陶会	定期	木曜日	終日	35	エコクラフト	クローバー	定期	第2第4金	午後
9	陶芸	光彩の会	定期	金曜日	終日	36	コーラス	混声合唱団虹	定期	第1第3金	午前
10	陶芸	陶芸火曜会	定期	火曜日	終日	37	英会話	Let's Enjoy in English	定期	土曜日	午後
11	陶芸	陶酔会	定期	水曜日	終日						
12	絵画	洋画教室四季彩	定期	第1第3木	午後	38	バドミントン	7COLORS	不定期		
13	パソコン	M. Cクラブ	定期	第2第4火	午後	39	吹き矢	フークラブ	不定期		
14	ゲーム	コントラクトブリッジ	定期	水曜日	午前	40	バドミントン	遊遊クラブ	定期	火曜日	午後
15	人文・社会・科学	社)実践倫理宏正会	不定期			41	邦楽	邦楽愛好会	不定期		
16	環境学習	谷田武西の原っぱと森の会	不定期			42	写真	デジカメサークル櫻	不定期		
17	体操・ヨガ	自彊術	定期	火曜日	午前	44	ペン習字	初心者ペン習字の会	定期	第2第4木	午前
18	太極拳	太極拳・火曜会	定期	第2第4火	午前	45	写真撮影	写遊人	不定期		
19	太極拳	太極拳木曜会	不定期		午前	46	体操	スポーツボイス	定期	第2第4火	午前
20	バドミントン	白井バドミントンクラブ	定期	木曜日	午後	47	料理	4kマジカル	不定期		
21	バドミントン	くれよん	定期	月曜日	午後	48	音楽	ホワイトィーズ	不定期		
22	バドミントン	桜台フレッシュ	定期	火曜日	午後	49	フラワーアレ	花スタジオ	定期	第3火曜日	午前
23	バドミントン	桜台 BFC	定期	土曜日	午後		ンジメント				
24	卓球	白井マスターズ	定期	水・金曜日	午後	50	ウクレレ	ウクレレオルオル	不定期		
25	合唱	ソアヴィータ	不定期		夜間	51	音楽	ブルースカイ	不定期		
26	ショートテニス	桜台スポーツクラブ	定期	月曜日	午前	52	卓球	南山クラブ	定期	木曜日	夜間
27	フラダンス	ティアレフラサークル	定期	月曜日	午前	53	ヨガ	シャンティヨーガ	定期	第2第4木	午前

平成 31 年 3 月 1 日

ここは、子どもからお年寄りまで、誰もが集える
 市民の交差点です。緑と笑いと歌声いっぱいの
 福祉センターで今日もお楽しみください。

