

広畑ふれあい塾

令和6年度
受講者募集



あなたの生きがいを見つけませんか！

募集期間：令和6年3月1日(金)～10日(日) 消印有効

申し込み方法：『往復はがき』で直接講師宛てに郵送

問い合わせ先：

[講座内容・結果通知に関すること]・・・各講座紹介欄に記載

[申し込み全般に関すること]・・・生涯学習課(☎84-2792)

ホームページ： で検索

募集要項

- 1 応募資格 年齢制限や居住地制限はありません。
- 2 場所 広畑ふれあいプラザ、渋沢公民館、東公民館、南公民館
- 3 講座の開始 令和6年4月から(講座により異なります)
- 4 募集定員 講座により異なります。なお、募集定員超過時は、秦野市在住・在勤の方を優先とした上で、抽選により受講者を決定します。
- 5 講座の不成立 受講の申込みが10人未満となった講座は、不成立となります。さらに、広畑ふれあいプラザの場合は40歳以上の申込みが5人未満でも不成立となります。
- 6 申込み方法・期限 次頁「申し込み方法」をご覧ください。
- 7 結果の連絡 3月12～31日の間(予定)に、返信はがきにより、各講師から通知されます。
(受講決定者の通知には、講座開始日、持ち物、受講料、教材費など記載)
- 8 受講料 90分講座の場合 講座1回当たり400円×講座回数
120分講座の場合 講座1回当たり450円×講座回数
*教材費、材料費等は別に実費負担。(ない講座もあります。)
- 9 受講料の納付 第1回目の講座日に納入。
(原則、全10回以下の講座は全額一括。11回以上の講座は半期分等に相当する額を分割)
*通知や第1回目の講座日などで、講師からの説明があります。
- 10 受講料返還制度 内容が合わないとき・やめたいときは、初回受講日から起算して8日以内に
(クーリングオフ) 講師に申し出れば、受講料納入後であっても未受講分を返還します。
ただし、教材費については、受講料返還の対象になりません。

申し込み方法

往復はがきで、直接講師宛てに郵送してください。

- ① 往信宛名面(記入例の、右半分の裏側)に 次ページの「応募はがき 貼付用 宛先一覧」の該当講師の宛先を切り取り貼付けて下さい。 該当講師の宛先を自筆しても構いません。
- ② 往信分裏面(下記：記入例の、右半分)に、本冊紙の最終ページにある、【受講申込内容】用紙に『講座番号・講座名・複数講座の場合の指定・^{ふりなが}氏名・年齢・郵便番号・住所・電話番号』を記入して切り取り貼付けてください。 同様の内容を自筆しても構いません。

- ③ 返信宛名面(記入例の、左半分)に 申込者の住所・名前を記入。
この返信はがきにより後日、講師から申し込み結果等*の通知が郵送されます。

(※) 受講の可否、また、受講可の場合、講座開始日(第1回目)・持ち物・受講料なども記載されます。

- 申し込みは、**3月10日(日)**の消印まで有効です。


- 1枚のはがきで1講座を受付。

※ただし、同一講師の2講座分は1枚のはがきで応募できます。

2講座の扱いは、下記のいずれかを○で囲んで下さい。

- ・ **2講座とも希望**
(希望するすべてを記入)
- ・ **どちらか1講座希望**
(希望順位の高い方を上に記入)

郵便往復はがき



返信分

<<記入例>>

広畑ふれあい塾 受講申込
次の講座を申し込みます。

講座番号	講座名
9 9 1	たのしい散歩

2講座とも希望 どちらか1講座希望

ふりがな	はだの はなこ	年齢
氏名	秦野 花子	60
郵便番号	〒257-XXXX	
住所	秦野市〇〇町△番□号	
電話番号	0463-XX-XXXX	

往信分

③ 秦野市〇〇町△番□号

秦野 花子 行

申込者の住所・名前等

結果通知の内容等に関する問い合わせや、結果通知が届かない等の連絡は、各講師までお願いします。

● 同一講師の2講座分「受講申込」の記入例

2講座とも希望	どちらか1講座希望												
広畑ふれあい塾 受講申込 次の講座を申し込みます。 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 30%;">講座番号</td> <td style="width: 70%;">講座名</td> </tr> <tr> <td>9 9 1</td> <td>たのしい散歩</td> </tr> <tr> <td>9 9 2</td> <td>やさしいジョギング</td> </tr> </table> <p style="margin-top: 10px;"> 2講座とも希望 どちらか1講座希望 </p>	講座番号	講座名	9 9 1	たのしい散歩	9 9 2	やさしいジョギング	広畑ふれあい塾 受講申込 次の講座を申し込みます。 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 30%;">講座番号</td> <td style="width: 70%;">講座名</td> </tr> <tr> <td>8 8 B</td> <td>日本舞踊B</td> </tr> <tr> <td>8 8 A</td> <td>日本舞踊A</td> </tr> </table> <p style="margin-top: 10px;"> 2講座とも希望 どちらか1講座希望 </p>	講座番号	講座名	8 8 B	日本舞踊B	8 8 A	日本舞踊A
講座番号	講座名												
9 9 1	たのしい散歩												
9 9 2	やさしいジョギング												
講座番号	講座名												
8 8 B	日本舞踊B												
8 8 A	日本舞踊A												

令和6年度 応募はがき 貼付用 宛先一覧

〒257-0024 秦野市名古屋 124-5 (講座11) 竹村宗都 行	〒257-0004 秦野市下大槻 645 (講座12) 伊奈美恵子 行	〒259-1322 秦野市渋沢 2-27-11 (講座13) 名倉ふみ子 行
〒257-0024 秦野市名古屋 97-1 (講座14) 大森宏子 行	〒259-1306 秦野市戸川 807-6 (講座16) 武正承 行	〒257-0015 秦野市平沢 357-2 (講座17) 萩原好志子 行
〒259-1317 秦野市並木町 4-2 (講座20) 森谷年子 行	〒259-1332 秦野市菖蒲 1026 (講座21) 北村美栄子 行	〒257-0002 秦野市鶴巻南 4-17-11 (講座22) 本多勝昭 行
〒257-0007 秦野市鶴巻1691-5 (講座23) 加藤正孝 行	〒257-0035 秦野市本町1-11-17-1 (講座24) 森武敏 行	〒257-0051 秦野市今川町1-5-218 (講座32) 江口恵子 行
〒257-0031 秦野市曾屋 3678-16 (講座41) 古川正紀 行	〒257-0003 秦野市南矢名 2296-2 (講座42) 柏木孝 行	〒257-0013 秦野市南が丘 2-2-16-506 (講座43) 平原律子 行
〒257-0003 秦野市南矢名 5-19-24 (講座44) 中野美和 行	〒257-0003 秦野市南矢名 359-6 (講座46) 永井久仁子 行	〒257-0002 秦野市鶴巻南 1-6-4 (講座47) 石井道子 行
〒257-0011 秦野市尾尻 394-10 (講座48) 貴島有美 行	〒257-0004 秦野市下大槻 192-16 (講座50) 蛭名カツエ 行	〒250-0101 南足柄市班目 387-9 (講座51) 近江英興 行
〒259-1303 秦野市三屋 77-2 (講座52) 長谷川正章 行	〒254-0013 平塚市田村5-7-6 (講座53) 竹内利枝 行	〒257-0001 秦野市鶴巻北 2-8-1-409 (講座60) 佛崎裕美 行
〒259-1324 秦野市千村 3-4-13 (講座61) 渡邊照子 行	〒257-0011 秦野市尾尻944-1 1F・2F (講座62) 大村慶子 行	〒257-0003 秦野市南矢名 4-23-54 (講座63) ノムラヒロミ 行
〒257-0002 秦野市鶴巻南 4-8-C306 (講座64) 川田正美 行	〒257-0004 秦野市下大槻 410-1-7-103 (講座71) 石井登 行	〒257-0052 秦野市上今川町 8-33 (講座72) 小山信弘 行
〒257-0035 秦野市本町 3-1-5 (講座73) 佐藤里奈 行	〒257-0003 秦野市南矢名 1130-125 (講座80) 阿部善衛 行	〒259-1313 秦野市松原町 6-24 (講座81) 武田一郎 行
〒257-0028 秦野市東田原 51-1-405 (講座82) 笠島幸江 行	〒257-0001 秦野市鶴巻北 3-6-11 (講座90) 山口修平 行	〒259-1333 秦野市八沢 135-13 (講座91) 石井えみり 行

講座案内の見方

開催曜日：各月の第何番目の曜日かを示します
 講座時間：準備／あと片付け時間を含みます
 定員：募集定員です
 講座回数：講座の実施回数です
 教材費：テキスト代／材料費などです
 受講料とは別の費用です
 講座説明：講座の内容です。質問のある方は
 直接講師にお問い合わせください

講座番号	講座名	講師名
開催曜日	講座時間	
定員	講座回数	教材費
講座説明		
講師電話番号		講座種別

111	茶の湯（表千家立礼）	竹村宗都
第2・4火曜日	13:00～15:00	
15人	20回	各回 450円
一服の抹茶で、心のなごむ穏やかなひと時を 過ごしませんか！「ふれあい」を大切に、楽 しんで、稽古をしています。テーブル、イス での稽古です。ぜひお仲間入り下さい。 講師電話 83-2208 (120分講座)		

12A	楽しむ書道A	伊奈美恵子
第2・4木曜日	9:00～11:00	
20人	20回	なし
「書は人なり」と言われるように字は、その 人の人柄を表します。ともすると画一的な字 になりがちな時、自分らしい字を書いてみま せんか。筆で書くと味のある字が書けます。 講師電話 77-2279 (120分講座)		

12B	楽しむ書道B	伊奈美恵子
第1・3木曜日	9:00～11:00	
20人	20回	なし
「書は人なり」と言われるように字は、その 人の人柄を表します。ともすると画一的な字 になりがちな時、自分らしい字を書いてみま せんか。筆で書くと味のある字が書けます。 講師電話 77-2279 (120分講座)		

13A	お花を生けようA	名倉ふみ子
第2木曜日	13:00～14:30	
16人	11回	各回 850円
毎日の生活の中で、季節の草花に目を向け て、お花の好きな人々と共に、花一輪・色々 な形の葉・枝などを用いて、花器に生けてみ ませんか？ (池坊) 講師電話 080-1134-0203 (90分講座)		

13B	お花を生けようB	名倉ふみ子
第2木曜日	14:30～16:00	
16人	11回	各回 850円
毎日の生活の中で、季節の草花に目を向け て、お花の好きな人々と共に、花一輪・色々 な形の葉・枝などを用いて、花器に生けてみ ませんか？ (池坊) 講師電話 080-1134-0203 (90分講座)		

14A	詩吟（岳精流）A	大森宏子
第2・4火曜日	12:00～13:30	
20人	18回	年間 300円
漢詩・短歌・俳句等を自分の声で吟詠し、作 者の思いや情景に感動しながら、詩吟のすば らしさを後世に残して行きたいと思っていま す。ご参加お待ちしております。 講師電話 81-5815 (90分講座)		

14B	詩吟（岳精流）B	大森宏子
第2・4火曜日	13:30～15:00	
20人	18回	年間 300円
漢詩・短歌・俳句等を自分の声で吟詠し、作 者の思いや情景に感動しながら、詩吟のすば らしさを後世に残して行きたいと思っていま す。ご参加お待ちしております。 講師電話 81-5815 (90分講座)		

172	楽しいいけばな	萩原好志子
第2水曜日	13:30～15:00	
20人	12回	各回 800円
暮らしの中にお花を飾ってみませんか。季節 を感じながら小原流いけばなを楽しんでくだ さい。初心者も経験者も大歓迎です。気軽な 会です。ご参加お待ちしております。 講師電話 82-6067 (90分講座)		

202 絵手紙①	森谷年子
第3月曜日	10:00~12:00
20人 12回	年間 1,000円
季節の草花や野菜などを各自持ち寄り、皆で交換しながら楽しくおしゃべりしてお互いをほめたたえる、アツという間の2時間です。気軽な教室です。どうぞご参加ください。	
講師電話	88-1448 (120分講座)

211 絵手紙②	北村美栄子
第3月曜日	13:30~15:30
20人 12回	年間 1,200円
季節を感じながら「ヘタでいい、ヘタがいい」自分の思いを描いてみませんか？絵手紙は受け取るお相手を元気にします。	
講師電話	090-5433-0658 (120分講座)

22A 論語A	本多勝昭
第2・4水曜日	9:00~10:30
15人 20回	年間 1,200円
論語の書き下し文を読んで意味を説明します。長い方で13年にもなりますが、初めて学んでも大丈夫です。和気藹藹で学ぶ楽しみがあります。初心者来たれ。	
講師電話	76-7360 (90分講座)

22B 論語B	本多勝昭
第2・4水曜日	10:30~12:00
15人 20回	年間 1,200円
論語の書き下し文を読んで意味を説明します。13年間学習している方もおられますが、初めての方も大丈夫です。和気藹藹で学ぶ楽しみがあります。初心者来たれ。	
講師電話	76-7360 (90分講座)

231 楽しい般若心経	加藤正孝
第1・3月曜日	9:30~11:00
20人 20回	なし
般若心経は字数262文字という短い經典です。しかし深い内容ですので仏教その他の広い知識が必要です。私の著作を基本にして楽しくその意味を解明していきます。	
講師電話	090-9239-6278 (90分講座)

321 スラブ語初心者向け講座	江口恵子
第3火曜日	13:00~14:30
10人 12回	なし
初心者向けのロシア語の会話の勉強をしたいと思います。昔懐かしいソビエト連邦の時代のNHKラジオ講座のテキストを使って勉強します。	
講師電話	81-8709 (90分講座)

41A 卓球教室①A	古川正紀
第2・4木曜日	9:00~11:00
25人 20回	なし
卓球は80代でもできる運動です。ボールをよく見て、体を動かして打つことが脳の血流を良くするといわれています。仲間と楽しく卓球をして、体力の維持、健康の増進を！	
講師電話	83-2054 (120分講座)

41B 卓球教室①B	古川正紀
第2・4火曜日	12:00~14:00
25人 20回	なし
卓球は80代でもできる運動です。ボールをよく見て、体を動かして打つことが脳の血流を良くするといわれています。仲間と楽しく卓球をして、体力の維持、健康の増進を！	
講師電話	83-2054 (120分講座)

42A 卓球教室②A	柏木孝
第1・3月曜日	9:00~11:00
25人 20回	なし
卓球は80代でもできる運動です。ボールをよく見て、体を動かして打つことが脳の血流を良くするといわれています。仲間と楽しく卓球をして、体力の維持、健康の増進を！	
講師電話	77-4904 (120分講座)

42B 卓球教室②B	柏木孝
第1・3土曜日	9:00~11:00
25人 20回	なし
卓球は80代でもできる運動です。ボールをよく見て、体を動かして打つことが脳の血流を良くするといわれています。仲間と楽しく卓球をして、体力の維持、健康の増進を！	
講師電話	77-4904 (120分講座)

431 腹式呼吸体操①	平原律子
第2・4金曜日 9:00~10:30	
30人 20回	なし
どなたでも気軽にできる体操です。腹式呼吸で体力作り。肩凝り、膝の痛み、尿失禁など、寝たきり老人にならないように、皆さんと一緒に健康維持に努めましょう。	
講師電話 83-0013	(90分講座)

44A かんたんヨガA	中野美和
第2・4月曜日 10:30~12:00	
30人 20回	なし
たっぷりと時間をかけて、心と体をほぐしていきます。体が固くても大丈夫！！	
初心者の方でも安心して参加できるように、簡単なポーズを中心に行っています。	
講師電話 090-8020-0308	(90分講座)

44B かんたんヨガB	中野美和
第2・4水曜日 9:00~10:30	
30人 20回	なし
たっぷりと時間をかけて、心と体をほぐしていきます。体が固くても大丈夫！！	
初心者の方でも安心して参加できるように、簡単なポーズを中心に行っています。	
講師電話 090-8020-0308	(90分講座)

461 万病克服の健康体操	永井久仁子
第2・4火曜日 13:30~15:00	
20人 20回	年間 550円
畳一枚のスペースでどこでも出来る健康体操	
100歳まで元気に生きる体作り。東洋医学から発祥。医者いらずの健康体操。調心、調息、調身、毎日15分で健康維持できます。	
講師電話 57-6110	(90分講座)

471 健康ヨガ	石井道子
第2・4月曜日 9:00~10:30	
30人 20回	なし
この齢なればこそ分かる体の変化に寄りそいながら、一緒に健康寿命を伸ばして行きましょう。体が硬くても大丈夫です。	
講師電話 77-7800	(90分講座)

481 玄米ダンベル健康体操	貴島有美
第2・4火曜日 10:30~12:00	
15人 20回	なし
簡単なストレッチや軽い運動を行った後、玄米で作られたダンベルを使ってダンベル体操を行います。運動習慣のない方でも無理なく参加でき、未病対策にも期待ができます。	
講師電話 090-1589-6653	(90分講座)

482 楽しい体操とダンベル	貴島有美
第1・3火曜日 10:00~12:00	
20人 20回	なし
簡単なストレッチや軽い運動で体をほぐし、玄米で作られたダンベルを用いてダンベル体操を行います。さらに動きのあるやさしい体操や曲を使って簡単なダンス等も楽しみます	
講師電話 090-1589-6653	(120分講座)

50A ロイヤルダンス①A	蛭名カツエ
第1・3月曜日 15:00~17:00	
20人 20回	なし
基本のステップを中心に健康的に楽しくレッスンをしています。	
仲間と共に現社会100歳時代を社交ダンスを踊り続けて乗り越えましょう！	
講師電話 77-4899	(120分講座)

50B ロイヤルダンス①B	蛭名カツエ
第2・4月曜日 15:00~17:00	
20人 20回	なし
基本のステップを中心に健康的に楽しくレッスンをしています。	
仲間と共に現社会100歳時代を社交ダンスを踊り続けて乗り越えましょう！	
講師電話 77-4899	(120分講座)

511 ロイヤルダンス②	近江英興
第2・4水曜日 10:30~12:00	
20人 20回	なし
社交ダンスを始めませんか	
心地良い音楽のリズムに合わせて体を動かす	
心と体が生きいきと	
ハッピーライフの始まりです。	
講師電話 0465-74-8672	(90分講座)

52A ロマンダンスA 長谷川正章
 第1・3金曜日 15:00~17:00
 20人 20回 なし
 心地良い音楽を聞き理解し息を合わせリズムとメロデーを身体で表現する社交ダンス全身の筋肉を使うので健康に最適な運動です。爽やかな汗、皆で流すとほ～らお友達です。
 講師電話 75-2702 (120分講座)

52B ロマンダンスB 長谷川正章
 第2・4金曜日 15:00~17:00
 20人 20回 なし
 心地良い音楽を聞き理解し息を合わせリズムとメロデーを身体で表現する社交ダンス全身の筋肉を使うので健康に最適な運動です。爽やかな汗、皆で流すとほ～らお友達です。
 講師電話 75-2702 (120分講座)

531 ハワイアンフラ 竹内利枝
 第2・4火曜日 9:00~10:30
 12人 20回 年間 500円
 フラは何歳からでも始められます。癒しのメロディーにのせて、表現を楽しみながら、無理なく体力を鍛えます。皆さんで笑顔になりましょう。目指せ、100歳ダンサー！
 講師電話 070-5517-0541 (90分講座)

60A なつかしの歌声喫茶A 佛崎裕美
 第2・4火曜日 10:30~12:00
 30人 20回 年間 200円
 誰でも知っている懐かしい歌、童謡、叙情歌、フォークソング、歌謡曲、他、多くの人々と一緒に気楽に楽しく声を出して、歌いましょう。
 講師電話 090-7739-5768 (90分講座)

60B なつかしの歌声喫茶B 佛崎裕美
 第2・4金曜日 10:30~12:00
 30人 20回 年間 200円
 誰でも知っている懐かしい歌、童謡、叙情歌、フォークソング、歌謡曲、他、多くの人々と一緒に気楽に楽しく声を出して、歌いましょう。
 講師電話 090-7739-5768 (90分講座)

611 歌ってみよう！合唱 渡邊照子
 第2・4火曜日 9:00~10:30
 30人 20回 年間 800円
 身体をほぐし、呼吸法発声練習をし、曲の練習をします。音符が読めなくても大丈夫です。合唱でしか味わえないハーモニーを、声と心を1つにして楽しみましょう。
 講師電話 87-0437 (90分講座)

621 発声で健康作り 大村慶子
 第1・3金曜日 13:30~15:00
 20人 20回 年間 500円
 今こそ声活！肺活♪力まない腹式発声を学び自分の身体に向き合います。発声の筋肉は体幹を強化し、転倒防止にも役立ちます。楽しい発声ソングと外郎売で声を鍛えましょう♪
 講師電話 090-2535-4772 (90分講座)

631 脳トレカリンバ教室 ノムラヒロミ
 第1・3木曜日 13:00~14:30
 20人 20回 年間 1,100円
 親指だけを使って弾くカリンバはオルゴールのような優しい音色です。軽くて持ち運びも楽。脳トレしながら楽しく演奏しましょう。購入相談も承ります。カリンバ持参。
 講師電話 070-8402-5101 (90分講座)

632 脳トレ歌ってクラブ ノムラヒロミ
 第1・3水曜日 10:30~12:00
 20人 20回 年間 1,100円
 色々なジャンルの曲を歌いながら、脳トレゲームや身体を動かします。脳を活性化させ、肺の機能を高め、誤えん性肺炎の予防にもつながります。
 講師電話 070-8402-5101 (90分講座)

641 昭和歌謡の楽しみ 川田正美
 第2月曜日 10:30~12:00
 10人 10回 なし
 主に昭和30年代の歌謡曲を取り上げ、歌手および年代別に選曲し、特に美空ひばりを軸にその特徴をたどります。音源を流すので、皆さんにも唱和して頂きます。
 講師電話 090-8082-9598 (90分講座)

71A	デジカメ教室秦野A	石井登
第2・4木曜日	9:00~10:30	
20人	20回	年間 1,500円
カメラと三脚の使い方、光と構図の決め方、優れた写真の撮り方や撮影マナーを学びます。貴方の隠れた才能を見つけて育てます。安いカメラも面白くなる新感覚の教室です。		
講師電話 77-3726		(90分講座)

71B	デジカメ教室秦野B	石井登
第2・4木曜日	10:30~12:00	
20人	20回	年間 1,500円
優れた写真を撮るために光と色を学びます。昔の写真は記録、今は芸術、感動の写真！画像処理を駆使して芸術写真を極めます。		
講師電話 77-3726		(90分講座)

721	スマホ操作の自動化	小山信弘
第2・4土曜日	9:30~11:30	
20人	10回	年間 1,000円
Androidスマホ限定の講座です。特定アプリ使用時だけ画面回転を設定する、自宅外ではマナーモードに設定するなど自由自在です。MacroDroidやTaskerアプリで自動化します。		
講師電話 74-4624		(120分講座)

73A	はじめてのスマホ教室A	佐藤里奈
第2・4火曜日	11:00~12:30	
20人	20回	年間 1,500円
スマートフォンの基本操作や、ラインの使い方などを中心に学びます。スマホを持っているけど使い方が分からない方、もう少し使いこなしたい方向けに丁寧に説明いたします。		
講師電話 080-4443-2722		(90分講座)

73B	はじめてのスマホ教室B	佐藤里奈
第2・4木曜日	11:00~12:30	
20人	20回	年間 1,500円
スマートフォンの基本操作や、ラインの使い方などを中心に学びます。スマホを持っているけど使い方が分からない方、もう少し使いこなしたい方向けに丁寧に説明いたします。		
講師電話 080-4443-2722		(90分講座)

801	たのしい囲碁・入門	阿部善衛
第1・3土曜日	9:00~11:00	
20人	20回	なし
囲碁に興味・関心はあっても、中々手が出せなかった人達が、初めて碁石や碁盤に触ってみるクラスです。基本的なルールを学びながら、囲碁の楽しさを味わってみてください。		
講師電話 77-6960		(120分講座)

802	たのしい囲碁・初級	阿部善衛
第1・3金曜日	13:00~15:00	
20人	20回	なし
棋力が10級前後から20級位までの人達が、詰碁を解き、対戦形式で勝数を競い、囲碁を通して様々に交流しています。楽しい場面を共有し、精神的な癒しの時間になっています。		
講師電話 77-6960		(120分講座)

811	たのしい囲碁・中級	武田一郎
第1・3金曜日	9:30~11:30	
20人	20回	年間 1,000円
身体や脳を若々しく保つ為には、明るく楽しい時間を持つことが良いと云われます。脳の活性化の為、囲碁をやりませんか。5級から三段位迄の方の奮っての参加を募集します。		
講師電話 88-4163		(120分講座)

82A	はじめての麻雀A	笠島幸江
第1・3水曜日	15:00~17:00	
20人	20回	なし
麻雀は楽しく、脳トレに最高です。集中力、目配り、気配り、仲間との会話、指先のトレーニング、等々 楽しいゲームです。		
講師電話 090-1542-7700		(120分講座)

82B	はじめての麻雀B	笠島幸江
第2・4水曜日	15:00~17:00	
20人	20回	なし
麻雀は楽しく、脳トレに最高です。集中力、目配り、気配り、仲間との会話、指先のトレーニング、等々 楽しいゲームです。		
講師電話 090-1542-7700		(120分講座)

901	はじめての瞑想①	山口修平
第2火曜日	15:00~16:30	
20人	12回	なし
瞑想はテクニックです。最初から上手に出来る人は稀です。談笑の多い和やかで長く続けられる講座にします。瞑想と心理学、脳のメカニズムも説明します。日常に役立つ講座。		
講師電話	090-1842-6150	(90分講座)

911	リズムフィットネス	石井えみり
第4水曜日	15:00~16:30	
20人	10回	なし
楽しい音楽に合わせて、軽い有酸素運動、軽い筋トレ、ストレッチ、リラクゼーション等を行います。楽しく体を動かして、日常生活に必要な筋力を鍛えましょう！初心者向け。		
講師電話	080-4208-6944	(90分講座)

教室の場所

1 広畑ふれあいプラザ

住所：秦野市下大槻174-4

電話：0463-77-6061

交通：神奈川中央交通バス

広畑ふれあいプラザ前下車 徒歩1分

◇ 鶴巻温泉駅発「下大槻団地行」または「秦野駅行き」

◇ 秦野駅発「鶴巻温泉駅行」または「団地経由平塚行」

2 渋沢公民館

住所：秦野市渋沢上2-9-1

電話：0463-87-7751

3 東公民館

住所：秦野市東田原1538-3

電話：0463-82-3232

4 南公民館

住所：秦野市今泉598

電話：0463-81-3001

渋沢公民館教室

161	詩吟趣味の会	武正承
第2・4木曜日	13:30~15:00	
20人	20回	年間 1,000円
詩吟を始めてみませんか。声を出して健康増進、ストレスを解消し、歴史にふれて文化の継承をしましょう。詩吟の好きな仲間が集い、毎日楽しく過ごしましょう。		
講師電話	75-1166	(90分講座)

201	いけばな小原流	森谷年子
第4水曜日	10:00~11:30	
15人	12回	各回 800円
季節の花を取り入れて、初めての方から上級まで、3クラスに分かれています。どうぞ、和気藹々の中、活け込んだ花をスマホに撮ったりしながら、皆様の作品を見学しましょう		
講師電話	88-1448	(90分講座)

612	はじめよう！合唱	渡邊照子
第2・4木曜日	14:00~15:30	
30人	20回	年間 800円
身体をほぐし、呼吸法発声練習をし、曲の練習をします。音符が読めなくても大丈夫です。合唱でしか味わえないハーモニーを、声と心を1つにして楽しみましょう。		
講師電話	87-0437	(90分講座)

東公民館教室

171	季節のいけばな	萩原好志子
第1月曜日	13:30~15:00	
20人	12回	各回 800円
暮らしの中にお花を飾ってみませんか。季節を感じながら小原流いけばなを楽しんでください。初心者も経験者も大歓迎です。気軽な会です。ご参加お待ちしております。		
講師電話	82-6067	(90分講座)

241	古事記と秦野民話の紙芝居	森武敏
第3月曜日	10:00~11:30	
20人	10回	なし
古事記は、日本列島の誕生から、神武天皇迄の物語です。秦野民話は、岩田達治先生が発行した本を、「広め伝えて」との要望があり、手作り紙芝居でお話いたします。		
講師電話	81-8602	(90分講座)

南公民館教室

212	絵手紙③	北村美栄子
第4月曜日	10:00~11:30	
20人	12回	年間 1,200円
季節を感じながら「ヘタでいい、ヘタがいい」自分の思いを描いてみませんか？絵手紙は受け取るお相手を元気にします。		
講師電話	090-5433-0658	(90分講座)

432	腹式呼吸体操②	平原律子
第2・4月曜日	13:30~15:00	
15人	20回	なし
どなたでも気軽にできる体操です。腹式呼吸で体力作り。肩凝り、膝の痛み、尿失禁など、寝たきり老人にならないように、皆さんと一緒に健康維持に努めましょう。		
講師電話	83-0013	(90分講座)

902	はじめての瞑想②	山口修平
第1月曜日	15:00~16:30	
20人	12回	なし
瞑想はテクニックです。最初から上手に出来る人は稀です。談笑の多い和やかで長く続けられる講座にします。瞑想と心理学、脳のメカニズムも説明します。日常に役立つ講座。		
講師電話	090-1842-6150	(90分講座)

広畑ふれあい塾発表会のお知らせ

広畑ふれあい塾の受講生・講師による展示と発表を行います。

どなたでも、自由にご覧頂けます。ぜひ、お越しください。

開催日時 令和6年4月7日(日) 午前11時30分~午後3時

会場 広畑ふれあいプラザ

貼付用 : 【受講申込内容】用紙

内容を記入し、点線で切り抜き、往復ハガキ(往信の裏側)に貼付してご利用ください。

同一講師の2講座は1枚のはがきで申込できます。

この場合、2講座とも受講希望かどちらか1講座のみ希望かに○印を付けて下さい。

異なる講師の講座を1枚のはがきで応募することはできません。無効となります。

広畑ふれあい塾 受講申込			
次の講座を申し込みます。			
講座番号		講座名	

2講座とも希望 どちらか1講座希望

ふりがな		年令
氏名		
郵便番号	〒	—
住所		
電話番号		

広畑ふれあい塾 受講申込			
次の講座を申し込みます。			
講座番号		講座名	

2講座とも希望 どちらか1講座希望

ふりがな		年令
氏名		
郵便番号	〒	—
住所		
電話番号		

往信分 裏側用

【宛先】貼付

往復ハガキ往信の表面(宛名面)には、次ページの一覧から**該当講師の宛先分**を切り取り張付けてください。必ず、**1講師分のみ切取って張付けて**ください。

複数講師分を張付けたものは配達そのものが保証されません。

一覧の講師名の左側に**講座番号の上位2桁**が記入してあるので、間違いがないか確認して下さい。