

高岡交流プラザ 2023年度 前期主催講座計画書

講座名		講師	回数	定員	曜日	時間	会場	材料費	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	初めてのスマホ &タブレット①	松浦 洋美 坂本 誠司	6	20	特定 金曜	9:30~ 11:30	会議室	500円/全	5/12	5/19	6/2	6/16	6/30	7/7				
2	初めてのスマホ &タブレット②	松浦 洋美 坂本 誠司	6	20	隔週 水曜	13:30~ 15:30	会議室	500円/全	5/17	5/31	6/14	6/28	7/12	7/26				
3	体にやさしい 健康運動教室	國府 孝公 田口 美加	8	20	毎週 月曜	14:00~ 16:00	ホール と和室	保険料300円/全	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10	7/17	7/24		
4	楽しくエコライフ ①	宮田 スミ子	3	10	毎週 土曜	10:00~ 12:00	会議室	500円/全	5/13	5/20	5/27							
5	楽しくエコライフ ②	宮田 スミ子	3	10	毎週 土曜	13:30~ 15:30	会議室	500円/全	5/13	5/20	5/27							
6	こころとからだのヨーガ	荒川 恵美子	8	20	毎週 木曜	9:30~ 11:30	ホール	無料	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29		
7	小筆の実用書	杉尾 知美	8	10	毎週 月曜	14:00~ 16:00	会議室	実費(小筆や道具が必要な方 のみ)	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26		
8	気軽に楽しむ陶芸教室	山本 勘弥 山本佳奈子	6	8	第2・4 水曜	14:00~ 16:00	多目Ⅰ 作業室	1,000円/回	5/17	5/31	6/14	6/28	7/12	7/26				
9	気楽にできる健康体操 ~自彊術~	渡邊 布美子	8	10	毎週 金曜	13:30~ 15:30	和室	無料	6/2	6/9	6/16	6/23	7/7	7/14	7/21	7/28		
10	楽しいパン作り	岩本 昌子	4	8	毎週 木曜	10:00~ 12:00	調理室	1,000円/回	7/6	7/13	7/20	7/27						
11	素敵なさげもん	中島 寿子	8	8	毎週 水曜	13:30~ 15:30	多目Ⅰ or 多目Ⅱ	5,000円/全	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28		
12	フラ(ハワイアンダンス)	大山 令子	8	8	毎週 水曜	10:00~ 12:00	和室	無料	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28		
13	キャンドル教室	厚地 睦美	4	8	第2・4 金曜	13:30~ 15:30	多目Ⅰ 作業室	1,500円/回	5/12	5/26	6/9	6/23						
14	楽しい竹細工作り	松野賢治他	10	10	毎週 木曜	9:30~ 11:30	多目Ⅰ 作業室	1,000円/全	5/11	5/18	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	7/6	7/13