

高岡交流プラザ 2023年度中期主催講座計画

講座名	講師	回数	定員	曜日	時間	会場	材料費	実施日								備考
								1	2	3	4	5	6	7	8	
1 初めてのスマホ & タブレット①	松浦 洋美 坂本 誠司	6	20	毎週 水曜	13:30~ 15:30	会議室	500円/全	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25			
2 初めてのスマホ & タブレット②	松浦 洋美 坂本 誠司	6	20	毎週 金曜	13:30~ 15:30	会議室	500円/全	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6			
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	保険料300円	10/2	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	10/9は祭日 でお休み
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	800円/全	9/2	9/9	9/16						
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	800円/全	9/2	9/9	9/16						
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	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	11/23は祭日 でお休み
7 十割そばを楽しむ	後藤 俊三	3	12	毎週 土曜	10:00~ 12:00	調理室	2,000円/全	12/2	12/9	12/16						
8 初めての大正琴	花岡 恵子	8	8	毎週 月曜	13:00~ 15:00	多目的Ⅱ	実費(ピック・弦代 等:500円~1000円程 度)	9/4	9/11	9/25	10/2	10/16	10/30	11/6	11/13	9/18・10/9・ 10/23はお休み
9 昭和の歌声を 一緒に!	柚木崎 美紀世	4	15	第1・3 水曜	13:30~ 15:30	会議室	無料	10/4	10/18	11/1	11/15					
10 キャンドル教室	厚地 睦美	4	8	第2・4 金曜	13:30~ 15:30	多目的Ⅰ 作業室	1,500円/回	10/13	10/27	11/10	11/24					
11 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	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	
12 アロマを楽しく 学べる講座	中武 恭子	4	6	毎月第3 水曜	10:00~ 12:00	多目的Ⅰ 作業室	1,500円/回	9/20	10/18	11/15	12/20					
13 かんたんおやつ	原田 のり子	4	8	第2・4 木曜	10:00~ 12:00	調理室	1,000円/回	9/14	9/28	10/12	10/26					
14 花で遊ぶ ミニのプリザーブドフラ ワー&ハーバリウム	北島 久子	6	8	第1・3 土曜	14:00~ 16:00	多目的Ⅱ	1,500円/回	10/7	10/21	11/4	11/18	12/2	12/16			