

A (体操系)	講座名	開催 日時	
	60歳代のヨガ	第1・3 月曜日	13:30~14:30
70歳からのソフトヨガ	第2・4 月曜日		
ピラティス①	第2 水曜日	10:30~11:15	
ピラティス②	第2 水曜日	11:30~12:15	
リハビリ体操①	第1 金曜日	13:30~14:15	
リハビリ体操②	第1 金曜日	14:30~15:15	
ロコモ体操①	第2 土曜日	14:00~14:45※	
ロコモ体操②	第2 土曜日	15:00~15:45※	
気功体操①	第4 土曜日	13:30~14:15	
気功体操②	第4 土曜日	14:30~15:15	

※時間が変更になりました。

B (文化系)	講座名	開催 日時	
	水墨画①	第1 月曜日	10:00~10:50
水墨画②	第1 月曜日	11:00~11:50	
奏筆(かなふで)①	第1 月曜日	13:00~14:30	
奏筆(かなふで)②	第3月曜日	13:00~14:30	
書道①	第1・3 木曜日	13:30~	
書道②	第1・3 木曜日	14:30~	
絵手紙①	第4 木曜日	9:30~10:30	
絵手紙②	第4 木曜日	10:45~11:45	
華道 ①	第2・4 金曜日	11:00~	
華道 ②	第2・4 金曜日	12:00~	
華道 ③	第2・4 金曜日	13:00~	

閉館中は、ハガキでの申込がおすすめです。(当日消印有効)

記入例(表)

63円	<table border="1" style="display: inline-table;"> <tr> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">6</td> <td style="width: 20px; height: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	4	5	5	0	0	6	6
4	5	5	0	0	6	6		
<p>名古屋市港区寛政町7丁目28番地</p> <p>港福祉会館</p> <p>講座担当 行</p>								

記入例(裏)

<ul style="list-style-type: none"> <li>・郵便番号</li> <li>住所</li> <li>氏名(よみがな)</li>   <li>・電話番号</li>   <li>・年齢</li>   <li>・希望する講座名</li>   <li>①と②がある講座は、①又は②を必ずご記入ください。</li> </ul>
--