

第1会場 場所は **ATCビル11階** エイジレスセンター内Hゾーンです。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		★初心者マージャン教室 (12:30~16:30) ★スケッチペン画教室 (14:00~15:30)	やさしい英会話教室 (11:00~12:30) 健身気功・八段錦 (13:00~14:30) ★健康体操ストレッチ (14:00~15:30)	★オカリナ演奏教室 (10:30~12:00) コラージュアート教室 (13:30~15:00) 英国サロン(初級) (13:30~14:30) 英国サロン(中級) (15:00~16:30)	★咲洲吹矢クラブ (13:00~14:30) トミーの園芸教室 (13:30~15:00) 楽マストレッチ (15:30~16:30)	★詩吟教室 (10:00~12:00) ★煎茶教室 (10:40~12:00) ★健康マージャン南港会 (12:00~16:30) ★茶道裏千家教室 (13:00~15:00)
7	8	9	10	11	12	13
リンパ健康講座 (13:00~14:30) ワクワク広場 (健康カラオケ) (13:00~16:30)	休館日	中西先生の愛唱歌 (10:15~11:45) ★初心者マージャン教室 (12:30~16:30)	ヨーロッパ生花教室 (10:30~12:00) ★健康体操ストレッチ (14:00~15:30)	★オカリナ演奏教室 (10:30~12:00) ★基礎からのオカリナ (13:00~15:00)	★免疫力増進教室 (10:30~12:00) ★スマホ・タブレット教室 (10:30~12:00) ★咲洲吹矢クラブ (13:00~14:30)	★水彩・淡彩画(基礎) (10:15~11:45) ★水彩・淡彩画(応用) (12:30~14:00) ★健康マージャン南港会 (12:00~16:30)
14	15	16	17	18	19	20
認知症カフェ (13:00~16:30) ワクワク広場 (健康カラオケ) (13:00~16:30)	休館日	★筆ペン・ボールペン講座 (10:30~12:00) ★初心者マージャン教室 (12:30~16:30) ★スケッチペン画教室 (14:00~15:30)	やさしい英会話教室 (11:00~12:30) ★季節を楽しむ絵手紙 (13:00~15:00) 健身気功・八段錦 (13:00~14:30) ★健康体操ストレッチ (14:00~15:30)	★オカリナ演奏教室 (10:30~12:00) コラージュアート教室 (13:30~15:00) 英国サロン(初級) (13:30~14:30) 英国サロン(中級) (15:00~16:30)	折紙教室 (10:30~12:00) ★咲洲吹矢クラブ (13:00~14:30) トミーの園芸教室 (13:30~15:00) 楽マストレッチ (15:30~16:30)	★詩吟教室 (10:00~12:00) ★煎茶教室 (10:40~12:00) ★健康マージャン南港会 (12:00~16:30) ★茶道裏千家教室 (13:00~15:00)
21	22	23	24	25	26	27
リンパ健康講座 (13:00~14:30) ワクワク広場 (健康カラオケ) (13:00~16:30)	休館日	和紙ちぎり絵教室 (10:30~12:00) 中西先生の愛唱歌 (10:15~11:45) ★初心者マージャン教室 (12:30~16:30)	ヨーロッパ生花教室 (10:30~12:00) ★健康体操ストレッチ (14:00~15:30)	★オカリナ演奏教室 (10:30~12:00) ★基礎からのオカリナ (13:00~15:00) 洋画・水彩画と 色彩のトリック (14:00~16:00)	★免疫力増進教室 (10:30~12:00) ★スマホ・タブレット教室 (10:30~12:00) ★咲洲吹矢クラブ (13:00~14:30)	★水彩・淡彩画 (基礎・応用) (10:15~11:45) ★健康マージャン南港会 (12:00~16:30)
28	29	30				
認知症カフェ (13:00~16:30) ワクワク広場 (健康カラオケ) (13:00~16:30)	休館日	★初心者マージャン教室 (12:30~16:30) ★スケッチペン画教室 (14:00~15:30)				

◎フラダンス教室は、共同プロジェクトです

初めて各講座にご参加の方は、まず下記までお問い合わせ下さい

講座のお問い合わせ・お申込みは

〒559-0034

大阪市住之江区南港北2-1-10 ATCビル11階

いきいき生涯学習塾

主催者・事務所 NPO法人 健康寿命増進機構

NPO法人 エイジコンサーン・ジャパン

電話番号 050-3392-3519 ・ 06-6615-1250

★印の講座は 担当 井戸 090-8522-6175