

令和7年度 高齢者福祉施設の講座

開催期間=4月～来年3月(★の講座は9月まで)

和楽園(〒500-8114金竜町5-10-3・☎246-4101)

受付:日曜日を除く午前9時～午後5時

講座名	期 日	時間	定員	教 材 費 など
水彩画	第2・4	10:00～11:30	30	実費(題材は各自で用意)
童謡唱歌①	月 第2・4	13:00～14:20	30	初回者のみテキスト代1,760円程度
童謡唱歌②	第2・4	14:30～15:50	30	童謡唱歌の申込みは1つのみ
書道	火 第1・3	13:30～15:00	15	実費
ヨーガ	第2・4	10:00～11:30	25	初回者のみテキスト代1,650円程度
盛花(専正池坊)	第1・3	9:30～10:20	15	生花代毎回1,100円、
フラワーアレンジメント(専正池坊)	第1・3	10:35～11:30	15	正月花は実費
太極拳	第1・3	13:30～15:00	30	
詩吟	水 第2・4	10:00～11:30	15	教本代300円程度
すこやか体操①	第2・4	13:30～14:40	30	すこやか体操の申込みは1つのみ
すこやか体操②	第2・4	14:50～16:00	30	
歌謡	木 第1・3	13:30～15:00	30	教材・コピー代200円程度
リズム健康体操	第2・4	13:30～15:00	30	
囲碁	第1・3	13:30～15:00	15	
3B体操	金 第2・4	10:00～11:30	30	教材費等100円程度
俳句	第2・4	13:30～15:00	15	教材費等400円程度
脳トレアート	第3	10:00～11:30	15	資料代 毎回1,000円

西部福祉会館(〒500-8362西荘2-11-23・☎253-5121)

受付:日曜日を除く午前9時～午後5時

講座名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
3B体操①	月 第1・3	13:30～14:20	12	1,000円程度
3B体操②	第1・3	14:30～15:20	12	3B体操の申し込みは1つのみ
書道	第2・4	10:00～11:30	24	実費(手本代)
華道(池坊)	第2・4	13:30～15:00	15	生花代 毎回1,430円、正月花は実費
川柳	火 第1・3	13:30～15:00	14	2,000円程度
健康笑いヨガ	第2・4	13:30～15:00	16	
ヨーガ①	第2・4	10:00～10:40	12	ヨーガの申込みは1つのみ
ヨーガ②	第2・4	10:50～11:30	12	
ヨーガ③	水 第2・4	10:00～10:40	12	
ヨーガ④	第2・4	10:50～11:30	12	
絵手紙	第3	13:30～15:00	20	実費 一式注文の場合10,300円程度
歌謡(演歌)	木 第1・3	13:30～15:00	24	1,000円程度
歴史物語	第2	13:30～15:00	24	800円程度
初心者スマホ塾①	4/10、4/24 5/8、5/22、6/12	10:00～11:30	10	1,300円程度、Android対象 スマホ講座の申込みは1つのみ
初心者スマホ塾②	4/4、4/18 5/2、5/16、6/6	13:30～15:00	10	
小筆字	金 第2・4	10:00～11:30	24	実費(手本代)
詩吟(照風流)	第2・4	13:30～15:00	12	500円程度
3B体操③	土 第1・3	13:30～14:20	12	1,000円程度 3B体操の申し込みは1つのみ

三楽園(〒501-2512北野東827・☎229-5068)

受付:日曜日を除く午前9時～午後5時

講座名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
ヨーガ	月 第1・3	9:30～11:00	35	
華道(池坊)	第1・3	13:30～15:00	20	生花代毎回1,100円程度
童謡・愛唱歌	水 第1・3	9:30～11:00	40	500円程度
茶道(裏千家)	第2または第4	13:00～15:30	10	毎回300円程度
リズム健康体操	金 第1・3	9:30～11:00	35	
さわやか体操	第2	9:30～11:00	35	

みやこ老人センター(〒500-8309都通2-23・☎252-4738)

受付:日曜日を除く午前9時～午後5時

講 座 名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
すこやか体操	第1・3	13:30～15:00	32	※1
楽しく英文字(ボールペン字)	第1・3	13:30～15:00	20	手本代等2,600円。初回者は別途ボールペン代400円。
デッサン・水彩画入門	第1・3	13:30～15:00	16	
川柳	第4	13:30～15:00	14	1,000円
クラフトテーブルで作るバッグ	4/7、4/21 5/12、5/26 6/2、6/16	10:00～11:30	10	1,650円
スマホ教室 Android編 (入門から活用まで)	4/7、4/14 5/12、5/26 6/9、6/23	10:00～11:30	10	1,300円
らくらくピアノ① (楽しみながら指運動)	第1	10:00～11:30	10	初回者のみ1,650円 ピアノの申込は1つのみ
らくらくピアノ② (楽しみながら指運動)	第3	10:00～11:30	10	
コーラス(入門)	第1・3	13:30～15:00	30	初回者のみ1,760円 ※2
コーラス	第2・4	13:30～15:00	30	初回者のみ2,750円 ※2
岐阜の歴史	第2	10:00～11:30	20	1,000円
ギターで奏する昭和3	6/24、9/30 12/23、3/24	10:00～11:00	20	350円
茶道(裏千家)	第1・3	9:30～11:30	12	2か月3,000円 ※椅子点前あり
初級の英会話	第1・3	10:00～11:30	28	1,500円
水墨画	第1・3	13:30～15:00	20	一式注文の場合3,000円程度、 手本代1,200円
楽しくはじめよう中国語	第4	13:30～15:00	14	1,500円程度
鍵針で作る身近な小物★	第1	10:00～11:30	8	1,500円程度
楽しい朗読・群読★	第2	10:00～11:30	20	300円
ひざこし元気関節トレーニング★	第2・4	13:30～15:00	20	※3
脳と身体のメンテナンス	第1・3	10:00～11:30	28	※1
絵手紙	第3	10:00～11:30	32	一式注文の場合4,200円程度、手本 代別途
いけ花(草月流)	4/24、5/22 6/26、9/25 10/23、11/27 12/25、1/22	10:00～11:30	10	前期4,000円 後期5,000円(正月花含む)
リラックスヨガ★	第1・3	13:30～15:00	12	
やさしい折り紙と小物作り★	第1	10:00～11:30	16	500円
笑いの認知症予防ゲーム★	第3	10:00～11:30	16	
楽しく体操	第1・3	10:00～11:30	32	※1
書道	第1・3	13:30～15:00	20	一式注文の場合5,000円程度(手持 ちの物でも可)、手本代1回50円
古典を楽しむ	第2・4	13:30～15:00	20	2,400円
初歩の篆刻(はんこ作り)	第4	13:30～15:00	10	一式注文の場合5,000円程度(一部 貸与あり)、テキスト代200円
はじめての尺八★	第1	13:30～15:00	10	塩ビ管1,500円(お持ちでない方) 手本代500円
愉しく健康太極拳(楊名時)★	第1・3	13:30～15:00	24	初回者のみ120円 ※3
気楽にはじめる長唄★	第2	13:30～15:00	14	300円

※1 すこやか体操、脳と身体のメンテナンス、楽しく体操の申し込みは1つのみ

※2 コーラスの申し込みは1つのみ

※3 ひざこし元気関節トレーニング、愉しく健康太極拳(楊名時)の申し込みは1つのみ

柳津高齢者福祉センター(〒501-6115柳津町丸野1-34・☎387-1333)

受付:日曜日を除く午前9時～午後5時

講 座 名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
太極拳	第1・3	13:30～15:00	15	
フラダンス	第2・4	10:00～11:30	20	CD代実費(希望者)
歌謡	第2・4	13:30～15:00	15	テキスト代1,000円程度
楽しく体操①	第1・3	9:30～10:30	15	楽しく体操の申込は1つのみ
楽しく体操②	第1・3	10:45～11:45	15	
書道	第1・3	13:30～15:00	15	初回時に用具の注文可 手本代1回50円
華道(池坊)①	第2・4	13:00～14:00	10	生花代 毎回1,100円程度
華道(池坊)②	第2・4	14:00～15:00	10	クリスマス花、正月花は未定 華道の申込は1つのみ
岐阜の雑学あれこれ	第2	10:00～11:00	15	
季節のヨガ	第2	13:30～14:30	10	ヨガマットは各自で用意
己書	第3	10:00～11:30	15	教材代毎回500円、 筆の無い方は筆代1,300円

高齢者福祉会館 ふれあいの館「白山」(〒500-8164 鶴田町3-7-4 ☎240-1245)

受付:土・日曜日を除く午前9時～午後5時

講座名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
クラフトテーブルで作るカゴ・バッグ	月	第1・3	13:30～15:30	15 材料費1,650円程度
野菜づくり&健康づくり		第4	10:00～11:30	なし
元気になる笑いヨガ	火	第1・3	10:00～11:00	25
ロウフラワー教室		第2・4	10:00～12:00	10 材料費500円程度
デッサン教室(初歩)		第2・4	10:00～11:30	15
笑筋トレ	水	第1・3	13:30～15:00	20
初級英会話講座		第2・4	10:00～11:30	15 教科書代実費
超初心者マージャン講座		第1・3	9:30～11:30	16
詩吟で生き生き		第2	13:00～15:00	10
映像で楽しむ中国・漢語		第2	13:00～15:00	15
花くらぶシルバー		第4	13:00～15:00	10 花材費2,500円
健康マージャン講座	木	第1・3	10:00～12:00	16
やさしい手話		第1・3	10:00～11:30	20 テキスト代実費
小物づくり		第1・4	13:30～15:00	20 材料費300円程度
Androidスマホの上手な使い方講座		第2・4	10:00～11:30	10
太極拳講座	金	第1・3	10:00～11:30	18
和紙ちぎり絵		第1	13:00～15:00	10
英語俳句の会		第3	10:00～11:30	10
歴史を楽しもう		第4	13:30～15:00	20

友楽園(〒500-8804 京町1-64 ☎263-6767)

受付:日曜日を除く午前9時～午後5時

講座名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
絵手紙	月	第2・4	10:00～11:30	22 材料費実費
デッサン		第2・4	13:30～15:00	16
麻雀(女性入門者)	火	第1・3	10:00～11:30	15 資料代200円 ※
麻雀(女性経験者)		第1・3	13:30～15:00	15 ※
初心者の囲碁		第1・3	10:00～11:30	18 資料代500円
水墨画		第2・4	13:30～15:00	22 手本代1,000円
押し花	水	第1	10:00～11:30	22 押し花等材料費実費
リズム&ストレッチ①		第1・3	13:30～14:25	16
リズム&ストレッチ②		第1・3	14:35～15:30	16
ウッドバーニング (木版焦がし絵)	木	第1・3	10:00～11:30	22 道具貸与、材料費実費
短歌		第1・3	13:30～15:00	22 資料代1,000円
歌謡		第2・4	10:00～11:30	30 資料代700円
楊名時太極拳		第2・4	13:30～15:00	22
水彩画	金	第1・3	10:00～11:30	22
書道		第1・3	13:30～15:00	22 手本代実費
ヨーガ		第2・4	10:00～11:30	22 初回者のみテキスト代1,650円
舞踊		第2・4	13:30～15:00	20
俳句	土	第1・4	13:30～15:00	22 資料代400円

※ 麻雀講座の申し込みは1つのみ

三田洞神仏温泉(〒502-0004三田洞222・☎237-3734)

受付:3月1日(土)と水曜日を除く午前10時～午後5時(2月中は午前10時～午後4時)

講座名	期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
ヨガ①	月	第1・3	10:10～10:55	10
ヨガ②		第1・3	11:00～11:45	10
ヨガ③		第2・4	10:10～10:55	10
ヨガ④		第2・4	11:00～11:45	10
大人になってから始める いきいきピアノ	木	第1・3	13:00～14:00	10 毎回1,500円程度 ※お持ちの人はキーボード持参
ちりめん細工(初心者)		第1・3	10:15～12:15	10 毎月3,000円程度、裁縫道具持参
ちりめん細工(経験者)		第2・4	10:15～12:15	10 ※ちりめん細工の申込は1つのみ
神仏健康体操		第1・3	14:45～15:45	10 毎月1,000円程度 動ける服装
童謡と唱歌を歌う会	金	第1・3	11:00～12:00	15 毎月500円程度

中山道加納宿まちづくり交流センター(〒500-8474加納本町1-16-1)

問:わいわいハウス金華(☎080-2640-5183)

直接申込の場合:中山道加納宿まちづくり交流センターへ
(火曜日～金曜日の午前9時～午後4時)

講座名		期 日	開催時間	定員	教 材 費 など
書道	火	第1・3	10:00～11:30	15	実費
囲碁		第1・3	13:30～15:00	15	教材費500円
詩吟(岳風会)		第2・4	10:00～11:30	15	教材費300円
茶道(表千家)		第2・4	13:30～15:00	15	前・後期各4,000円(茶、菓子代)
水墨画	水	第1・3	10:00～11:30	15	教材費1,000円
華道(池坊)		第1・3	13:30～15:00	15	前期10,000円・後期9,000円・正月花別
楊名時太極拳		第2・4	10:00～11:30	15	
手編み	木	第1・3	10:00～11:30	15	実費
木彫り		第1・3	13:30～15:00	15	実費
歌謡		第2・4	13:30～15:00	15	教材費(3,000円まで)
たのしいコーラス	金	第1・3	13:30～15:00	15	教材費1,500～3,000円