

# 高齢者課程

趣味や自己研さん・健康増進に励み、人と人とのつながりをつくる講座を集めています。

講座名	カテゴリー	受講回数	募集期間	開催時期	申込方法	定員(名)	費用(円)	内容	オンライン対応可否
-----	-------	------	------	------	------	-------	-------	----	-----------

(老人福祉センター) 市内在住の60歳以上の方 ※感染症の状況により開催していない講座もあります。

老人福祉センター講座	趣味	3~40	3/1~3/15	4月~3月 ☆印は4月~6月のみ、★印は4月~9月のみ	往復はがき 又は直接	5~45 受講者を分割して開催する講座もあります	教材費など	「広報ぎふ」3/1号掲載 ※後期講座(10月~3月)については、「広報ぎふ」9/1号で掲載予定	×オンライン不可
みやこ老人センター(29講座) TEL 058-252-4738	すこやか体操、楽しく美文字(ボールペン字)、デッサン・水彩画入門、川柳、クラフトテープで作るカゴ★、スマホ教室(アンドロイド編)☆、らくらくピアノ①・②、コーラス(入門)、コーラス、岐阜の歴史、ギターで奏でる昭和2、茶道(裏千家)、初級の英会話、水墨画、楽しくはじめよう中国語、楽しい朗読・群読★、脳と身体のメンテナンス、絵手紙、はじめてのヨガ★、笑いの認知症予防ゲーム★、いけ花(草月流)☆、楽しく体操、書道、古典を楽しむ、篆刻(はんこ作り)、健康太極拳(楊名時)★、気楽にはじめる長唄★								
和楽園(18講座) TEL 058-246-4101	水彩画、童謡唱歌A・B、書道、ヨーガ、盛花(専正池坊)、フラワーアレンジメント(専正池坊)、太極拳、詩吟、すこやか体操A・B、歌謡、リズム健康体操、囲碁、3B体操、俳句、手紙一筆絵								
西部福祉会館(19講座) TEL 058-253-5121	3B体操1・2・3・4、書道、華道(千家古流)、川柳、健康笑いヨガ、ヨーガ1・2・3・4、絵手紙、歌謡(演歌)、歴史物語、初心者スマホ塾I・II☆、小筆字、詩吟(照風流)								
柳津高齢者福祉センター(11講座) TEL 058-387-1333	デッサン・絵画、太極拳、フラダンス、歌謡、楽しく体操①・②、書道、華道(池坊)①・②、岐阜の雑学あれこれ、己書								
三楽園(6講座) TEL 058-229-5068	ヨーガ、童謡・愛唱歌、華道(日本生花司松月堂古流)、茶道(裏千家)、リズム健康体操、さわやか体操								
友楽園(18講座) TEL 058-263-6767	絵手紙、デッサン(彩色有)、初心者の囲碁、麻雀(女性初心者・女性初級者)、水墨画、押し花、リズム&ストレッチ1・2、ウッドバーニング(こがし絵)、短歌、歌謡、楊名時太極拳、水彩画、書道、ヨーガ、舞踊、俳句								
高齢者福祉会館 ふれあいの館「白山」(20講座) TEL 058-240-1245	クラフトテープで作るカゴ・バッグ、野菜づくり&健康づくり、生け花、元気になる笑いヨガ、映像で親しむ中国語、デッサン教室(初歩)、笑筋トレ、初級英会話講座、花くらぶシルバー(フラワーアレンジメント)、健康マージャン初心者講座、やさしい手話、小物づくり、和紙ちぎり絵、歌謡舞踊、詩吟で活き活き、Androidスマホの上手な使い方講座、太極拳講座、初めてのフォークダンス、英語俳句の会、歴史を楽しもう								

## (高齢福祉課)

岐阜市高齢者大学 TEL 058-214-2173	健康・福祉	5	9月	10月~12月	郵送又は直接	100	500	市内在住の65歳以上の方対象	×オンライン不可
中山道加納宿まちづくり交流センター講座委託事業 TEL 080-2640-5183	趣味	20	3/1~3/15	4月~3月	往復はがき 又は直接	15	教材費など	市内在住の60歳以上の方対象 「広報ぎふ」3/1号掲載	×オンライン不可
	書道、囲碁、詩吟、茶道、水墨画、華道、楊名時太極拳、手編み、木彫り、歌謡、たのしいコーラス、加納の歴史・景観講座(全4回)								

TEL 058-262-2811 FAX 058-262-2300

## (ドリームシアター岐阜)

<https://gikyobun.or.jp/dtg/>



初心者のためのコーヒー飲み比べ体験教室	趣味	1	5月上旬~5/15	6/11	Web 往復はがき	15	保険料・材料費など	数種類のコーヒーを試飲し味の違いを感じましょう。	×オンライン不可
家庭でできるおいしい手作りパン	趣味	4	5月上旬~5/15	6/4~6/25	Web 往復はがき	16	保険料・材料費など	家庭でもすぐに作れるパンの作り方を学びます。	×オンライン不可
大人のためのピアノ教室	趣味	6	5月上旬~5/15	6/5~7/10	Web 往復はがき	12	保険料・材料費など	初心者向けに「ドレミ」からピアノの基本を学びます。	×オンライン不可
はじめてみよう! エプロンシアター入門	趣味	4	5月上旬~5/15	6/5~7/3	Web 往復はがき	15	保険料・材料費など	昔話やお誕生日に使えるお話など、自分で人形などを制作し、演じるコツを学びます。	×オンライン不可
はじめての体幹×バランス教室	健康・福祉	4	5月上旬~5/15	6/7~6/28	Web 往復はがき	15	保険料・材料費など	バランスボールを使って、体幹を鍛えましょう	×オンライン不可
家庭でできる、おいしい手作りケーキとお菓子	趣味	4	12月上旬~1/15	2/5~3/12	Web 往復はがき	12	保険料・材料費など	自宅で簡単にできるコツや工夫を学びながら季節を感じられるケーキやお菓子を作ります。	×オンライン不可
羊毛フェルトから作るかわいい動物マスコット	趣味	4	12月上旬~1/15	2/6~2/27	Web 往復はがき	18	保険料・材料費など	専用の針を使ってふわふわの羊毛から、動物マスコットを作ります。	×オンライン不可
かんたん お惣菜作り	生活	4	12月上旬~1/15	2/7~2/28	Web 往復はがき	12	保険料・材料費など	旬の食材を使って、時短で作る方法を学びます。	×オンライン不可
読み聞かせを始めよう	趣味	4	12月上旬~1/15	2/15~3/8	Web 往復はがき	15	保険料・材料費など	絵本の読み聞かせやエプロンシアター、パネルシアターの基礎的な技術を学びます。	×オンライン不可