

令和6年8月1日発行
NPO法人
中川コミュニティグループ
No.227
〒245-0007 泉区桂坂4-1
Tel813-3984 FAX813-3986



あなたのいきいきライフのお手伝い

8月号

中川地区センター
8月の休館日
19日(月)
(施設点検日)

なかがわ

夏本番、毎日暑い日が続きますね。熱中症対策をして乗り越えましょう！
秋からスタートの自主事業にどうぞお気軽にご参加ください！

自主事業教室のご応募は往復ハガキに必要事項を記入して郵送で、またはセンター備え付けの応募用紙に返信用ハガキを添えて窓口にご提出ください。応募多数の場合は抽選をさせていただきます。

自主事業教室の申込はこちらまで・・・〒245-0007 泉区桂坂4-1 中川地区センター 宛



教室名	日程・時間	参加費	定員	申込日	
映える風景写真の撮り方教えます (全4回)	9/4・18 10/9・16 (水) 9:30～11:30	3000円 	15名	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入のうえ 8/11～8/20必着	デジタルカメラを用いて風景写真を撮るための基礎知識を習得し旅行や散歩中に出会う四季折々の美しい景色を魅力的に写しとめられるようになりましょう！ 講師：フォトサークルオーロラ
夏の疲れをとるリンパマッサージ (全1回)	9/21 (土) 10:30～11:30	500円	18名	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入のうえ 8/11～8/20必着	暑かった夏の疲れをリンパの流れを良くすることで改善します！老廃物を取り除きむくみをとリフェイスラインを整えましょう☺ 講師：松本里奈
ハツラツ健康体操 (全10回)	10/19・26 11/16、12/14・21 1/25、2/15・22 3/8・22 (土) A 9:15～10:15 B 10:30～11:30	3000円	各50名	Aの申込 来館受付 9/28(土)10:20～ Bの申込 来館受付 9/28(土)11:35～	健康的な毎日を送るためには運動はかせません健康維持のためリズムに乗って楽しく体を動かしましょう！初めての方も大歓迎です☺ご自分のペースで無理なく運動をしましょう♪ 講師：跡部宗子
脳トレ体操 (全8回)	10/11・18・25 11/15・22・29 12/13・20 (金) 午前の部10:00～11:00 午後の部13:00～14:00	3200円	各18名	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ 午前または午後 ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入のうえ 9/11～9/20必着	毎回人気の講座です。なかなか運動できない方、知らず知らずのうちから体が固くなっていませんか？体と脳をほぐしていきいきリフレッシュしましょう！ 講師：泉スポーツセンター 指導員
アニョハセヨ短期集中！韓国語講座 (全4回)	10/2・9・16・23 (水) 13:00～14:30	2500円 (材料費含)	10名	往復はがき又は返信用はがき持参で窓口へ ①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 記入のうえ 9/11～9/20必着	韓国語に興味のある方は是非ご参加ください！短期集中で基礎を学び文字を読めるようになりましょう！ 講師：李善英

1ヶ月短期留学！

