

# 老人福祉センター横浜市つづき緑寿荘 平成 24 年度前期『趣味の教室』のご案内

**【申込期間】平成 24 年 2 月 10 日（金）～ 29 日（水）**

※休館日：2 月 1 日（水）～2 月 9 日（木）・2 月 28 日（火）

**【概要】** 新しい趣味を通じて、生きがいと仲間作りをお手伝いする講座です。いずれも初心者の方を対象とした内容となっています。

**【開講期間】** 平成 24 年 4 月～平成 24 年 9 月（6 ヶ月間）

**【申込方法】** ①申込者の宛先を明記した普通郵便ハガキ（往復ハガキ不可）

②名前・年齢・住所の確認できるものをご持参の上、  
つづき緑寿荘（都筑センター）窓口にてお申込みください。

※申込者本人以外による代理申込や、電話申込はお受けできません。

※「健康体操①②」・「セルフ骨盤矯正エクササイズ」に申込みされる方は、申込時に窓口でお渡しする「参加確認書」を提出していただきます。

**【当選発表】** 3 月 3 日（土）12 時より都筑センター大広間にて公開抽選を行い、追ってハガキにてご連絡いたします。

**【募集対象】** 横浜市内在住の 60 歳以上の方

※平成 24 年 4 月 1 日に 60 歳に満たない方は対象外となります。

**【申込上の注意】** お申込はお一人様 1 教室です。

・ 2 教室以上お申込の場合は全て無効となります。

・ 特別な場合を除き、当選後のキャンセルはお受けしかねますのでご了承ください。

**【優先となる対象者について】**

・ 直近（平成 22 年後期～平成 23 年後期迄）で 3 回連続して抽選に落ちた方は、今回の抽選は優先とさせていただきます。該当者の方は申込の際に受付にお申し出ください。

**【平成 23 年度後期に実施し、新規応募の方が優先となる講座について】**

・ 健康体操①・②・水彩色鉛筆画の講座は、新規応募の方が優先となります。平成 23 年度後期趣味の教室で当選された方（受講決定後のキャンセル含む）も、同じ講座にお申込みいただけますが、募集期間終了後、定員に満たない場合に限り、抽選の対象となりますので予めご了承ください。（内容も初心者向けとなります）

また、前回実施したのと同じ内容（テキスト・資料等も同様）となりますが、平成 23 年度後期趣味の教室で当選された方（参加費お支払い後のキャンセルも含む）も、新規応募の方同様、記載されている参加費をご負担いただきますのでご了承ください。

主催・お問い合わせ：老人福祉センター横浜市つづき緑寿荘（都筑センター）

電話 941-8380

【申込期間】平成24年2月10日（金）～2月29日（水）

【当選発表】平成24年3月3日（土）12時より、都筑センター大広間にて行う公開抽選の後、ハガキにて通知します。

【申込方法】申込者の宛先を明記した①普通郵便ハガキ（往復ハガキ不可）、②名前・年齢・住所の確認できるものをご持参の上、つづき緑寿荘（都筑センター）窓口にてお申込ください。

※申込者本人以外による代理申込や、電話申込はお受けできませんのでご承知ください。

※「健康体操①②」・「セルフ骨盤矯正エクササイズ」に申し込まれる方は、申込時に窓口でお渡しする「参加確認書」を提出していただきます。

【申込上の注意】お申込はお一人様1教室です。2教室以上お申込の場合は全て無効となります。

教室名	内容	定員	実施日・時間	回数 (予定)	講師	参加費・持ち物	備考
方丈記を読む	日本人の心のエッセンスと癒しを学びましょう。	50名	第2・4月曜日 10:00～11:30	11回	いとう ひろみ 伊藤 宏見	参加費 500円（資料代） 筆記用具・ノート・（お持ちの方は「古語辞典」をご持参ください。）	
短歌入門	思い出・感動・日常生活を短歌にして、思い出に残してみませんか。 短歌を作ってみたい方のお手伝いをします。	15名	第1・3火曜日 10:00～11:30	12回	ささき ちよ子 佐々木 千枝子	参加費 500円（資料代） 筆記用具	
埋蔵文化財から みた横浜の歴史	いままでの発掘調査で明らかになった様々なものを通して、横浜における 原始古代の人々の営みを見ていきます。一つのものが時代によってどの ように変遷しているのかを探ります。	40名	第4水曜日 10:00～12:00	6回	さかがみ かつひろ 坂上 克弘	参加費 500円（資料代） 筆記用具・ノート	
唱歌	思い出の曲や唱歌を楽しく、元気に歌いましょう。 腹式呼吸で体を活性化させましょう。	30名	第2・4木曜日 10:00～11:30	12回	ほそかわ よしえ 細川 良恵	参加費 500円（資料代）	
水彩色鉛筆画	水彩色鉛筆の水に溶ける性質を生かして、軽く淡いトーンの色合いを楽し みましょう。	15名	第4金曜日 9:30～11:30	6回	おかざき まりこ 岡崎 まりこ	参加費 3,300円（水彩色鉛筆・スケッチブック） 絵具用筆1本（先の丸い8号～12号） 水入れ・雑巾・筆記用具 鉛筆B（2B可）	持物については 裏面をご覧ください。
セルフ骨盤矯正 エクササイズ	骨盤のゆがみは、体にさまざまな悪影響を与えます。 姿勢が悪くなり、背骨が曲がり、肩こりや腰痛の原因となります。 内臓の働きや機能も衰え、お腹周りに余分な脂肪がつく原因にもなりま す。骨盤のゆがみを自分で矯正し、健康な体を手に入れましょう！	15名	第2・4水曜日 10:00～11:30	11回	やない かずこ 矢内 和子	参加費 350円（保険料） 大きめのバスタオル・汗ふきタオル各1 枚・飲み物・動きやすい服装（ジャージ・ スエット等）	申込時に「参加確認 書」を提出していただ きます
健康体操①	教室の目的は、1. 体の機能の維持、2. 気分転換、3. 仲間同士の親睦 です。 自分の体調に合わせて運動します。（健康の保持・増進）	各30名 (合計60名)	毎週金曜日 9:30～10:30	各23回	たけぐち ひろこ 竹口 洋子	参加費 650円（保険料） 運動着・タオル ゴム底の室内用運動シューズ	申込時に「参加確認 書」を提出していただ きます。
健康体操②	※2部構成となっています。（内容は①、②とも同じ） お申し込み時に①、②いずれかのご希望の時間帯をご記入ください。 →詳しくは裏面をご覧ください。		毎週金曜日 10:45～11:45				

裏面もご覧ください

## ■その他ご案内

### 【「健康体操①②」・「骨盤矯正エクササイズ」で加入する保険について】

上記の趣味の教室については、『ボランティア行事用保険』に加入いたします。

この保険は、参加される方個人に向けた保険ではなく、「趣味の教室」の事業全体に掛ける保険となりますので、ご参加の方は、必ず参加費として保険料を徴収させていただきます。

※教室開講中のみ適用される保険になります。

また、お申込みの際に、都筑センター窓口でお渡しする「参加確認書」に記入・提出していただきます。

### 【「水彩色鉛筆画の教材・持ち物について】

教材費に含まれるもの → 水彩色鉛筆・画用紙・写生用材料

持物 → 絵具用筆1本（先の丸い8号～12号）・水入れ・雑巾・筆記用具（鉛筆B（2B可））

### 【「健康体操①②」のお申込み時の注意・定員対応について】

※2部構成となっています。（内容は①、②とも同じ）

お申し込み時に①、②いずれかのご希望の時間帯を必ずご記入ください（申し込み期間中の時間帯の変更は可能です）。

※健康体操①②それぞれの定員は30名となります。

1) ①、②とも定員に満たない場合

→ 申し込まれた方全員が、ご希望通りの時間帯の「健康体操」に受講決定となります。

2) ①、②いずれかが定員超えをした場合で①、②合わせて申込者が60名以下の場合

→ 定員に満たない時間帯への申込者は全員当選となり、定員を超えた時間帯へお申込みされた方の中から抽選を行い、順位の高い方からご希望の時間帯に受講決定となります。

（※①を希望された方でも、②に移動していただく場合がございます。）

例：①が定員を超え、②が定員に満たない（①に35名、②に25名のお申込みがあった）

②にお申込みされた方は、全員当選。①を希望された35名の方で抽選を行い、そのうちの30名は①に当選、5名は②に当選となります。

3) ①、②いずれかが定員超えをした場合で①、②合わせて申込者が61名以上の場合

→ 上記2)と同様に抽選をし、さらに最大3名分のキャンセル待ちの抽選を行います。

例：①が定員を超え、②が定員に満たない（①に40名、②に25名のお申込みがあった）

②にお申込みされた方は、全員当選。①を希望された40名の方で抽選を行い、そのうちの30名は①に当選、5名は②に当選となり、さらに3名の方がキャンセル待ちとなります。

※キャンセル待ちとしてお待ちいただく方は、キャンセル者が出た時間帯への追加となりますので、あらかじめご了承ください。（※①を希望された方でも、②に移動していただく場合がございます。）

4) ①、②いずれも定員超えをした場合

→ ①、②それぞれでキャンセル待ち3名分を含めた抽選を行います

### 【当選後のキャンセルについて】

抽選日に各講座キャンセル待ち3名分の抽選も行い、3月15日（木）までにキャンセル者が出た場合、該当の方に参加確認のご連絡をいたします。※3月16日（金）以降、キャンセル者が出た場合は追加募集のご連絡はいたしません。尚、当選後の別講座への変更はできません。

また、定員に満たない講座については、他の教室の申込者で、抽選の結果落選された方へのみ追加募集のご案内をいたします。※ご案内後、参加をご希望される方は、3月15日（木）までにご連絡ください。

※この内容は市議会での予算審議・承認が成立の条件です。