

\* 令和3年度 \*

受講者募集

# シニアライフ講座

岡長寿福祉課 ☎443-2061 FAX443-2180

✉ tyojyufukusi-01@city.toyama.lg.jp

**対象** 市内在住の60歳以上の方

**受講期間** 6月から令和4年3月まで  
年間16回(おおむね月2回)  
※受講開始月を6月に変更しました。

**申込期間** 3月10日(水)まで(必着)

**申込方法**  
(直接)・富山地域の講座…長寿福祉課(市役所1階)が希望する会場へ。  
・大沢野・八尾・婦中・細入地域の講座…長寿福祉課か、各行政サービスセンター地域福祉課、中核型地区センターへ。  
(郵送・FAX)受講申込書を、長寿福祉課(〒930-8510 新桜町7-38)へ。  
※受講申込書は各申込窓口にあるほか、市ホームページ(「シニアライフ講座」で検索)からもダウンロードできます。  
(Eメール)件名を「シニアライフ講座申込」とし、氏名、生年月日、年齢、性別、住所、電話番号、希望する会場・講座名を、長寿福祉課へ。

- ・応募多数の場合は、新規受講者を優先して抽選します。
- ・受講決定は、4月中に案内します。
- ・曜日や開始時間、受講料は、変更となる場合があります。
- ・各講座は、お住まいの地域に関係なく受講できます。
- ・同一講座を複数の会場を受講することはできません。
- ・受講希望者が少ない場合は開講しないことがあります。
- ・教材費などは自己負担となります。

## 令和3年度から新しい講座が始まります

### スマホ教室(趣味コース)

基本的な操作方法からセキュリティ対策まで学べる、初心者向けのスマートフォン講座です(iPhoneのみ)。

日時/火曜日 9:30~11:00

会場/五番町公民館(辰巳町一丁目)

定員/10人程度 費用/3,600円

### 角川オンライン健康教室(健康コース)

自宅などで受講できる、介護予防の講義や運動を行うオンライン講座です。

日時/月曜日11:00~11:40 定員/10人 費用/3,600円

※受講には、ウェブ会議アプリ「Zoom」が必要です。

※申し込みは、長寿福祉課でのみ受け付けます。

## 趣味コース 年間受講料 3,600円

会場	講座	曜日	開始時間
愛宕公民館(愛宕町一丁目)	生け花	木	13:30
安野屋公民館(安野屋町一丁目)	生け花	火	9:30
柳町公民館(弥生町一丁目)	生け花	火	9:30
	民謡	金	10:30
清水町公民館(清水町八丁目)	生け花	木	9:30
西田地方公民館(相生町)	編み物	火	13:30
	生け花	金	9:30
奥田公民館(奥田新町)	川柳	火	9:30
	胡弓	火	14:00
	生け花	水	13:30
五福公民館(五福)	編み物	木	10:00
	編み物	木	10:00
岩瀬公民館(岩瀬御蔵町)	民謡	火	9:30
	日本舞踊	火	10:00
	編み物	火	13:30
	生け花A	火	9:30
	生け花B	金	9:30

会場	講座	曜日	開始時間
萩浦公民館(高畠町二丁目)	生け花	水	9:30
豊田公民館(豊田本町一丁目)	生け花	水	13:30
山室公民館(中市二丁目)	生け花	水	13:30
	民謡	火	13:00
熊野公民館(悪王寺)	生け花	水	9:30
	編み物	金	13:30
四方公民館(四方)	生け花	水	9:30
	編み物	金	13:30
呉羽公民館(呉羽町)	生け花	火	9:30
	編み物	木	9:30
長岡公民館(長岡)	編み物	火	13:30
水橋中部公民館(水橋館町)	生け花	金	13:30
大沢野生涯学習センター(高内)	民謡	水	10:00
速星公民館(婦中町砂子田)	編み物	金	10:00
市民芸術創造センター(呉羽町)	謡曲	木	13:00

## 健康コース 年間受講料 3,600円

会場	講座	曜日	開始時間
八人町公民館(八人町)	気功	月	14:00
柳町公民館(弥生町一丁目)	ヨーガ	木	10:00
星井町公民館(西中野町二丁目)	気功	水	14:00
広田公民館(新屋)	太極拳	火	13:30
新庄北公民館 (新庄本町二丁目)	ヨーガ	火	10:00
	太極拳	火	13:30
八幡公民館(八町東)	ヨーガ	水	10:00
呉羽公民館(呉羽町)	長寿健康教室	水	10:00
水橋東部公民館(水橋小池)	気功	火	14:00
角川介護予防センター (星井町二丁目)【※1】	太極拳A	木	9:30
	太極拳B	木	10:50

【※1】申し込みは、長寿福祉課でのみ受け付けます。

【※2】身長150cm以上で、医師からの運動制限を受けていない方が対象です。年間受講料とは別に保険料がかかります。

会場	講座	曜日	開始時間
東富山温水プール(米田) 【※1】	ウォーターウオーク (水中歩行など)【※2】	月	10:00
		月	11:00
北保健福祉センター(岩瀬文化町)	太極拳	月	13:30
八尾ふらっと館(八尾町東町)	いきいきストレッチ	木	10:00
八尾公民館(八尾町東町)	太極拳	水	10:00
保内公民館(八尾町新田)	ヨーガ	木	10:00
大久保ふれあいセンター(下大久保)	気功	火	14:30
細入公民館(楡原)	太極拳	木	14:00
朝日公民館(婦中町下条)	ヨーガ	火	10:00

## 創造コース 年間受講料 5,000円

会場	講座	曜日	開始時間
総曲輪公民館(大手町)	木彫A	水	9:30
	木彫B	水	13:30
	パンフラワー	金	13:30
安野屋公民館(安野屋町一丁目)	七宝焼	月	9:30
五番町公民館 (辰巳町一丁目)	木彫A	木	9:30
	木彫B	月	9:30
	七宝焼	木	9:30
星井町公民館(西中野町二丁目)	七宝焼	月	9:30
西田地方公民館(相生町)	和紙工芸	水	9:30
堀川南公民館(本郷町)	七宝焼	火	9:30
東部公民館(石金一丁目)	七宝焼	火	9:30
桜谷公民館(田刈屋)	七宝焼	金	9:30
神明公民館(高田)	木彫	月	13:30
	和紙工芸	水	9:30
大広田公民館(東富山寿町二丁目)	木彫	水	9:30
浜黒崎公民館(浜黒崎)	和紙工芸	月	13:30
	木彫	火	13:30
針原公民館(針原中町)	木彫	火	9:30
豊田公民館(豊田本町一丁目)	和紙工芸	月	9:30

【※3】申し込みは、長寿福祉課でのみ受け付けます。

会場	講座	曜日	開始時間
広田公民館(新屋)	ステンドグラス	火	13:30
新庄公民館(新庄町一丁目)	和紙工芸	木	9:30
藤ノ木公民館(藤木)	七宝焼	水	9:30
山室中部公民館(山室荒屋)	ステンドグラス	金	13:30
太田公民館(太田)	和紙工芸	月	9:00
四方公民館(四方)	陶芸	木	13:30
八幡公民館(八町東)	和紙工芸	水	13:30
	木彫	木	9:30
草島公民館(草島)	木彫	水	13:30
呉羽公民館(呉羽町)	和紙工芸	月	9:30
	七宝焼	水	13:30
水橋中部公民館(水橋館町)	ステンドグラス	水	13:30
水橋西部公民館(水橋辻ヶ堂)	和紙工芸	火	9:30
三郷公民館(水橋小路)	和紙工芸	金	9:30
上条公民館(水橋石割)	パンフラワー	水	9:30
慈光園第一付設作業所(西番) 【※3】	陶芸	月	10:00
	七宝焼	金	10:00
慈光園第二付設作業所(蜷川) 【※3】	陶芸	火	10:00

仲間と一緒に、新しい趣味を  
楽しんでみませんか。

## その他の講座 月額 1,500円

会場	講座	曜日	開始時間
富山鹿島町教会(鹿島町二丁目)【※4】	歌声健康わいわい教室	火	10:30

【※4】電話または直接、富山YMCA堤町本館(堤町通り一丁目 ☎425-9001)に申し込んでください。

