

令和7年度



シルバー「なのはなサロン」講座予定表

(公社)指宿市シルバー人材センターサロン事務局

※受講資格はセンター登録女性会員とそのお友達及び男性会員の奥様です。原則60歳以上
会員でない方は「お試し・チャレンジ講座」として参加できます。その後会員登録のお誘いをさせて頂く事がございます。
「なのはなサロン」は女性会員の憩いの場・楽しみの場です。趣旨をご理解頂いてご参加願います。

コース	NO.	講座種目	講師	日程	時間	必要なもの	受講者数
物作りコース	1	クラフト・PPバンドかご作り	安藤会員	毎木曜日	9:00～	作品1個に付き400円	12名
	2	ぬのぞうり作り	上野会員	毎木曜日	9:00～	Tシャツ2枚・ハギレ・着物等	12名
	3	作務衣作り	上野会員	毎木曜日	9:00～	着物1枚・裁縫道具	12名
	4	編み物	上野会員	毎木曜日	9:00～	毛糸・編み棒	12名
	5	クリスマスリース作り	樋園・安藤会員	12月で調整中	9:00～	材料代100円	12名
デジタル戦略コース	6	パソコン講座	事務局	毎月	13:30～	あればノートパソコン	5名
		らくらくスマホ講座		第3木曜日	13:30～	スマホ	8名
語学コース	7	ECC英会話講座	鹿倉会員	月1回	13:30～	筆記用具・英語辞典等 非常に聞き取りやすい発音で す。どうぞお気軽にお申込み下 さい。テキスト代約700円が隔月で 必要です。	8名
		簡単な日常会話を中心 途中からの参加もOKです		いずれかの 月曜日			
脳トレコース	8	健康麻雀講座	安藤会員 ・上野会員	奇数月 第3水曜日	9:00～	認知機能の向上、ストレスの軽減、 手先の器用さの維持等、多くの 健康効果があります。初心者 の方・男性会員もどうぞ～	6名
体験コース	9	「フィッシャーウーマン」 地元で旬なお魚を釣ろう アジ等の小魚	鹿倉会員	適した時期 で調整中		釣り道具一式センターで準備しま す。万が一を考慮して、こちら の講座は会員限定です。	5名
健康・エクササイズコース	10	ヨガ&ストレッチ			調整中		8名 8名
	11	健康講座	医療センター	調整中	13:30～	テーマ「病気と栄養管理」	12名
	12	グラウンドゴルフ大会	フラワー公園	10月18日	10:00～	参加費500円 男性会員もどうぞ	50名
クッキングコース	13	何が出来るかはお楽しみ ワクワク♡	安藤会員	調整中	10:00～	美味しいおやつを作りましょう 材料代実費	12名
	14	記憶にございません 5/13 山を守る兄弟 6/17 めがね 7/15	事務局	下記の 日程	14:00～	プロジェクターの大画面で 感動の映画を観よう♪	12名
シアターコース		嘘八百 京町ロワイヤル 8/19 きうのう食べた正月2020 11/18 続・深夜食堂 2/17 山を守る兄弟 6/17 秋日和 9/16 ディア・ファミリー 12/16 かもめ食堂 3/17 めがね 7/15 明日を綴る写真館 10/21 深夜食堂 1/20 上映時間は14:00～					
ピクニックコース	15	行き先不明のミステリーツアー		調整中			12名
フォークギターコンサート	16	昔懐かしいフォークソング の弾き語りをします	本城さん & 男性会員	クリスマスの頃	10:00～	感動をあなたに・・・ 涙を誘うコンサートです	20名

キリトリ

シルバー「なのはなサロン」講座申込書

キリトリ

受講したい講座(複数可)

○印をつけて下さい

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16



心よりお待ちしております

会 員 氏 名

電 話 番 号

日程が調整中の講座であってもお申込は可能です。

