

## 令和3年度 ハッスル教室参加者募集

### 令和3年度 ハッスル教室一覧

教室名	定員(人)	開催曜日	時間	利用料(1回)	持ち物	場所
ポッチャ	15	月3回月曜日	10時~11時30分	50円	上履き	多目的ホール
のびのび体操	15	月1回月曜日	14時~15時30分	50円	上履き	多目的ホール
卓球	15	月2回火曜日	14時~15時30分	50円	上履き、用具他	多目的ホール
カローリング	15	月1回火曜日	14時~15時30分	50円	上履き	多目的ホール
エンジョイスports	15	月1回火曜日	14時~15時30分	50円	上履き	多目的ホール
書道	15	月2回水曜日	10時~11時30分	50円	道具一式	創作室
ペン習字	15	月2回水曜日	10時~11時30分	50円	道具一式	創作室
水泳	15	木曜日(年36回)	9時15分~11時15分		水着、タオル等	清見湯プール
陶芸	9	月2回金曜日	10時~11時30分	50円	上履き	創作室
グラウンドゴルフ	15	月2回金曜日	10時~11時30分	50円	上履き	グラウンド・多目的ホール

※ 開催日は、月によって異なりますので、年間予定表または月の予定表をご確認ください。  
 ※ グラウンドゴルフ教室は、天候不順によりグラウンドが使用できない場合は、多目的ホールで行います。  
 ※ 書道、ペン習字の時間が変更になりました。

- ☆ 対象 市内在住、身体障害者手帳をお持ちで、教室参加中の移動等がご自身で可能な方。  
送迎を希望される方は、ワゴン車への乗降が可能な方。
- ☆ 参加費 ① 施設利用料(1回50円)  
② 教材費：卓球 年間500円、陶芸 年間1,500円 を初回開催時に徴収いたします。
- ☆ 募集期間 **令和3年2月1日(月)から3月5日(月)まで**
- ☆ 申込方法 下記申込書に必要事項を記入し、みなとふれあいセンターまで提出もしくは、FAXにてお申込みください。FAXでお申込みの場合は、電話にて受付確認をお願いします。
- ☆ 送迎 希望者は、申込書にご記入下さい。なお、乗車人数に限りがありますので、自家用車、公共交通機関などの利用が可能な方は、御協力お願いいたします。
- ☆ その他 ① **一人5教室**まで申し込みできます。**希望順**にご記入ください。第4,5希望については、ご希望に添えない場合があります。  
② 申込多数の場合は、参加日程をA, B, Cのグループに分けさせていただきます  
③ 教室参加決定と初回開催日等の詳細は、3月末までにハガキにて通知いたします。  
④ 社会参加促進事業のため初心者、初級者が主な対象となります。  
⑤ ご記入いただいた個人情報につきましては目的の範囲内で適切に取り扱いたします。

### 令和3年度 みなとふれあいハッスル教室参加申込書

ふりがな		希望教室名	No.	教室名
氏名		一人5教室まで 希望順に記入	1	
障害名・級	・ 級		2	
住所 〒 清水・駿河・葵 区			3	
			4	
			5	
電話/FAX		送迎	希望する	希望しない

# 令和3年度 新しい教室のご紹介



## のびのび体操



講師：藤田亜弥(マットピラティス講師)

開催：月1回月曜日 14時～15時30分

ピラティスは、元々リハビリに使用されていたため難しい動きもなく体への負担も少ないです。「1cm長く伸びてみよう」をテーマにボールや紐等を使い、体をすみずみまで伸ばしていきます。椅子に座って行いますので気軽にご参加ください。



## カローリング



講師：みなとふれあいセンター職員

開催：月1回火曜日 14時～15時30分

水で行うカーリングをフロアで手軽に出来るよう考えられた新しいスポーツ。どなたでも体力に関係なく楽しめます。

カローリングの名は「軽やかにローリング(回転する)」として名づけられました。



## 3月 みなとふれあいハッスル教室カレンダー

曜	月	火	水	木	金	土	日
日	1	2	3	4	5	6	7
午前				水泳B			
午後	GゴルフA (a)	卓球	ペンA				
日	8	9	10	11	12	13	14
午前	GゴルフA (b)	単・カローリング		水泳A	陶芸		
午後			書道				
日	15	16	17	18	19	20	21
午前	ポッチャA			水泳B	GゴルフB	春分の日	
午後		エンジョイ	ペンB				
日	22	23	24	25	26	27	28
午前	ポッチャB (a)				陶芸		
午後		卓球	書道				
日	29	30	31	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日
午前	ポッチャB (b)	単・ハーバリアムボールペン					
午後							

令和3年度教室の決定通知については3月末までにはがきにてお知らせします

～みなとふれあいハッスル教室に関するお問合せはこちら～  
 静岡市しみず社会福祉事業団 静岡市清水みなとふれあいセンター  
 静岡市清水区駒越西2-10-10  
 TEL335-5069 FAX335-7821 平日のみ受付8時30分から17時15分