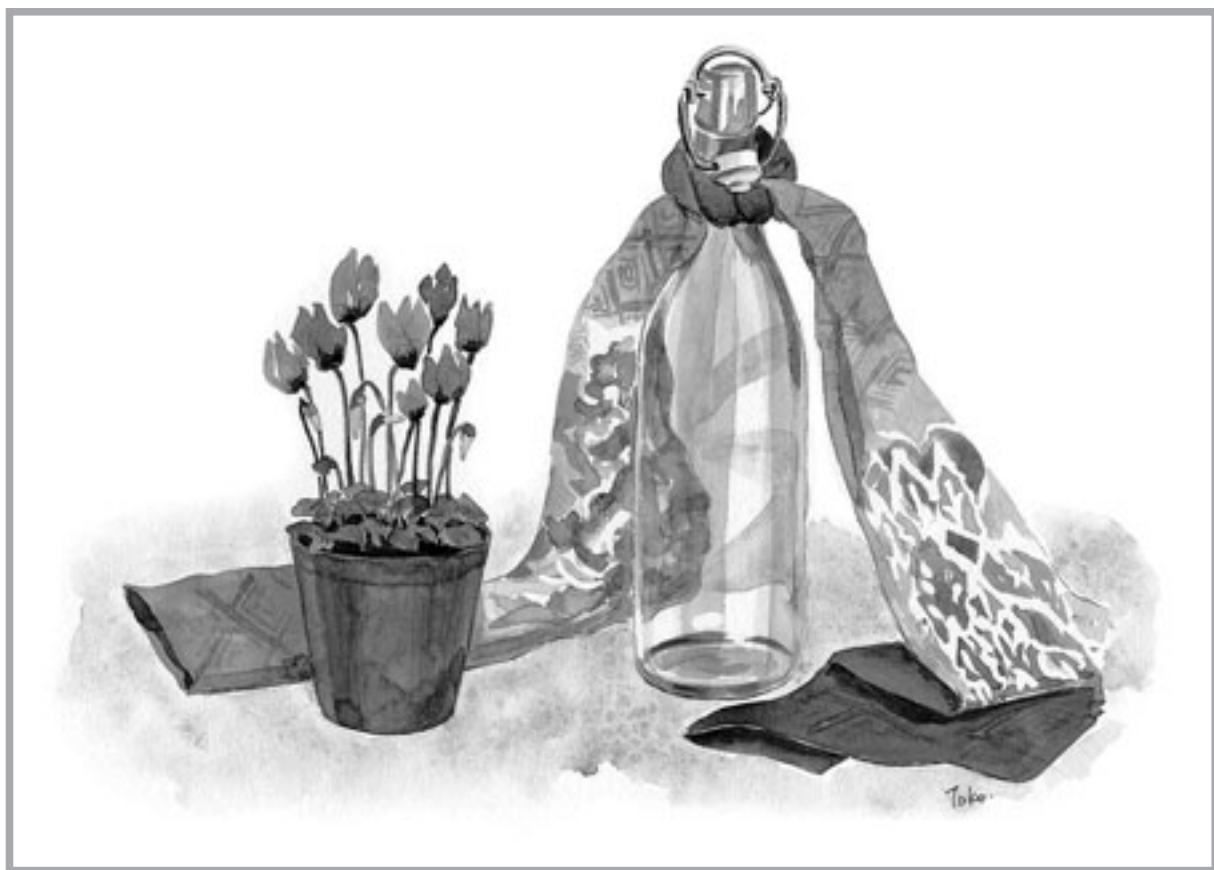


みなと医療生活協同組合 レインボーセンター講座案内

文化・健康・暮らしのテーマ

受講生募集



＼満30周年／

2021年1月～3月(第120期)

〈受付〉 2021年1月10日まで

どなたでも
受講
できます

講座名／講師	曜日／時間／開催日		講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
親子リトミック音楽 浅井永子 金近和世 No.11 No.12	水曜 6回	朝 10:00～10:45 朝 10:50～11:35 1月 13・27 2月 10・24 3月 10・24	親子でふれあい、友達づくりをしませんか。リズムや音楽にのって、楽しく体を動かすうちに集中力や創造力を高め、表現力を豊かにします。入園前の準備やピアノレッスンをお考えの方の導入としてお勧めです。1歳8ヶ月から。	6,600円 各15名
ピアノ(中・上級コース) 大口道子 No.13	月曜 9回	昼 1:00～3:10 1月 4・18・25 2月 1・8・15 3月 1・8・15	バロック・古典・ロマン派・近代の名曲を音楽的に演奏するコースです。教材としては、ブルグミュラー・ソナタ・バッハの作品を使用します。(諸費用別途必要です)	14,850円
子供の楽しいピアノ 水谷江里 No.20 No.22 No.23	火曜 10回 木曜 10回 金曜 10回	昼 3:40～7:00 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 2・9・16・23 昼 3:20～6:40 1月 7・14・21・28 2月 4・18・25 3月 4・11・18 昼 4:20～7:20 1月 8・15・22・29 2月 5・12・19・26 3月 5・12	子供たちの音楽やピアノへの憧れがもっと広がって身近に感じられるように、楽譜の読み方から演奏まで解りやすく個人レッスンします。1人20分。4歳以上の方。(楽譜代等1,500円必要です)	16,500円
子供の楽しいピアノ 金近和世 No.19 No.26	月曜 10回 水曜 10回	昼 3:40～5:00 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15・22 昼 3:20～6:00 1月 13・20・27 2月 3・17・24 3月 3・10・17・24	子供たちが楽しくピアノを弾きながら、はばひろい音楽性を養えるように、楽譜の読み方や歌い方、ピアノ演奏の基礎を解りやすく個人レッスンします。1人20分。4歳以上の方。(楽譜代等1,700円必要です)	16,500円
大人の楽しいピアノ 水谷江里 No.21	月曜 10回	昼 12:35～3:30 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15・22	ポピュラー、映画音楽、クラシック、愛唱歌など憧れの曲がマスターできるよう、解りやすく個人レッスンします。1人25分。(楽譜代等必要です)	16,500円
大人の楽しいピアノ 金近和世 No.27 No.24	火曜 10回 木曜 10回	朝 9:35～12:30 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 2・9・16・23 朝 9:35～12:30 1月 7・14・21 2月 4・18・25 3月 4・11・18・25	入門、初級のどちらかで申込下さい。はじめての方には耳なれた楽しくやさしい曲から、初級の方にはポピュラー、クラシック等の演奏と連弾及び弾き語りを楽しみます。個人レッスンです。1人25分。4歳以上の子供も可。(楽譜代800円必要です)	16,500円
琴城流 大正琴 北村久乃 (琴百花) No.62	木曜 9回	昼中・上級 12:30～2:00 1月 7・14・21 2月 4・18・25 3月 4・11・18	あの歌、この曲。童謡から艶歌、邦楽と幅広く演奏してみませんか、誰でもひけるよう、基礎から始めます。	9,900円 15名
複音ハーモニカ 日本ハーモニカ芸術協会公認指導員 野間美子 No.341 No.342	金曜 6回	昼入初級 1:00～2:30 // 中上級 3:00～4:30 1月 8・22 2月 5・19 3月 5・19	美しい「音」での演奏を基礎からお教えます。正しい持ち方、姿勢、息の出し方で健康効果もあり、様々な曲を自然に演奏できるようになります。合奏や独奏の楽しさと基礎から発展してポピュラーな曲まで楽しめます。	8,280円 各10名

※上記の受講料は消費税10%込です。

講座名／講師	曜日／時間／開催日		講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
歌声るんるん 中島かよ子 No.391	火曜 6回	昼 3:00～4:30 1月 12・26 2月 9・16 3月 9・23	季節の歌から流行歌、ロシア民謡、名曲などいろいろな歌をうたいましょう。合唱にも挑戦します。声をそろえてきれいに歌えるように声かけ致します。いつまでも若々しくるんるんと歌いましょう！	6,600円 20名
やさしいオカリナ 堀井房子 No.333 No.334	水曜 6回	昼初級 1:30～3:00 // 入門 3:15～4:45 1月 13・27 2月 10・24 3月 10・24	オカリナを始めてみませんか!! 楽器の経験なく、楽譜の読めない方も是非挑戦して下さい。入門から上級まで、力量に合わせてクラスを選んで頂きます。演奏活動を行なっている講師がお教えします。(教本代別途必要です。)	9,950円 各12名
いやしの音色 ウクレレ 新井勝義 No.29	火曜 6回	昼 1:30～3:00 1月 12・19 2月 2・16 3月 2・16	他の楽器にない独特な音質、軽やかで心なごむウクレレを楽しんでみませんか。初めての方でも、丁寧にすすめますので安心です。さあ今日から常夏のハワイを楽しみましょう。きっと毎日の生活にうるおいが生まれます。(楽譜代別途必要です)	9,950円 12名
気楽にギターを 新井勝義 No.30	火曜 6回	昼 3:30～5:30 1月 12・19 2月 2・16 3月 2・16	クラシックギターを使って、楽譜の読み方から音楽の楽しみ方を初心者でも心配なく、自分に合った個人レッスンで学べるよう心掛けて行ないます。楽しむギターを目標に頑張ってみませんか。1人30分。(教則本代別途必要です)	月謝 4,890円 4名
基礎から学ぶ 英会話 松川玲子 No.37	火曜 10回	朝 10:30～12:00 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 2・9・16・23	海外旅行に出かけた時はもちろん、日本にいても外国の方を見かけることが多くなってきました。もう少し英語が話せたら、世界はもっと身近になるかも? 「英語でコミュニケーション」が私達の目標です。基礎から楽しく学びましょう。	9,900円 16名
楽しく学ぼう 中国語会話 王紅梅 No.86	水曜 9回	朝 10:00～11:30 1月 13・20・27 2月 3・10・17 3月 3・10・17	中国語の学習経験がある方は勿論、初めての方にもゼロからしっかりと中国語の正確な発音をお教えします。少人数で楽しい雰囲気の中、中国に行ったつもりになり、確かな会話力と中国語や中国文化への理解力が必ず身につくはずです。	9,900円 16名
楽しく学ぶ 韓国語会話 キムジュシル 金珠実 No.88 No.87 No.84	月曜 9回 火曜 9回 金曜 9回	夜 7:00～8:30 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・22 朝 10:00～11:30 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 9・16・23 朝 10:00～11:30 1月 15・22・29 2月 12・19・26 3月 5・12・19	韓国語の基本単語から日常会話まで楽しく学びませんか。近い隣りの国韓国。韓国語を学べば、使うチャンスもたくさん! 発音や文法、語順が日本語と似ており、日本人にとっては比較的学びやすい言葉です。一緒に楽しく学びましょう。月曜・火曜・金曜とも学習経験のある初級者対象です。(テキスト代別途必要です)	9,900円 各10名
話してみよう!! スペイン語 加藤照美 No.89	金曜 9回	朝 10:00～11:30 1月 8・15・22 2月 5・12・19 3月 5・12・19	学習経験のある、初級者対象です。スペイン語はスペインと中南米諸国の20ヶ国以上で話されている国際語です。基本文法を学んで日常会話にチャレンジしましょう。(テキスト代が別途必要です)	9,900円 10名
毛筆書道 市川華園 No.56	木曜 9回	朝 10:00～11:30 1月 14・21・28 2月 4・18・25 3月 4・11・18	筆と墨で美文字を楽しみましょう。書きたい言葉を書きたい書体で美しく書きます。あなたの人生に書道を加えませんか。	9,900円 14名
ペン字 広瀬久美 No.51	月曜 9回	朝 10:00～12:00 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15	正しく美しい文字を書くために始めてみませんか。使い慣れた筆記具(鉛筆、ボールペンなど)で練習しましょう。	8,320円 24名

※上記の受講料は消費税10%込です。

講座名／講師	曜日／時間／開催日		講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
楽しい親子工作 大石晴美 No.271	月曜 9回	朝 10:20～11:00 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15	2歳・3歳児は、何でもやりたい時期で、いろいろな事を覚えようとする時です。ハサミ・クレヨン・筆・のりなどの使い方を覚えながら、親子で楽しく工作をしてみませんか。入園前の準備のお手伝いをしていきます。2歳児から3歳児まで。	8,900円 15名
小学生楽しくアート 絵画造形教室アトリエ・キッズ 薬師寺智子 No.371	木曜 10回	昼 4:00～5:30 1月 7・14・21・28 2月 4・18・25 3月 4・11・18	アートを通して「考える力」と「感じる心」を育みます。自由な表現の中で楽しみながら、新しいものを考え出す創造力は、子供の可能性の幅を広げます。(教材費として1,000円必要です)	14,300円 14名
基礎からの デッサン・水彩画 絵画造形教室アトリエ・キッズ 薬師寺智子 No.372 No.374 No.373	月曜 9回 水曜 9回 木曜 9回	昼 1:30～3:00 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15 夜 7:00～8:30 1月 13・20・27 2月 3・10・17・24 3月 3・10 昼 2:00～3:30 1月 14・21・28 2月 4・18・25 3月 4・11・18	楽しく静物画を描いてみませんか。初めての方でも、わかりやすく鉛筆デッサンの基本から始めますので、気軽にご参加下さい。(モチーフ代1,000円と道具代が別途必要です) ※水曜夜は、中学生・高校生も受講できます。 2月8日から3月4日まで受講生の皆さんの作品を2階で展示します。	12,100円 各15名
棒びくす 棒びくす®スペシャリスト 佐藤千明 No.77	水曜 10回	昼 1:30～2:30 1月 13・20・27 2月 3・10・17・24 3月 3・10・17	肩・腰スッキリ これからの自分の為に筋肉貯金をはじめませんか。ひのきの専用棒を使用し、姿勢改善や転倒予防に向けての機能改善エクササイズやバランストレーニングを行ないます。いつまでも若々しく、健康づくりをしていきましょう。	8,800円 10名
ファットバーニング エアロビクス 佐藤千明 No.76	金曜 10回	朝 10:30～11:30 1月 8・15・22・29 2月 5・12・19・26 3月 5・12	簡単エアロビクスで心肺機能をUP。トレーニングで筋力をUP、ストレッチで柔軟性をUPしながら、いつまでも若々しい姿勢を目指しましょう。	8,800円 15名
簡単な ヨガ&ストレッチ 笹木弘子 No.154	水曜 10回	夜 6:20～7:20 1月 13・20・27 2月 3・10・17 3月 3・10・17・24	ヨガ初心者の方も気軽に参加していただけます。身体をどんどん伸ばしていきます。自然に肩甲骨回りや股関節の可動域が広がってきます。身体の内側からイキイキと元気になっていきましょう!	9,120円 20名
らくらく健康体操 プロジェクトZS 沼本佳子他 No.102	月曜 10回	朝 10:30～11:15 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15・22	肩こり、腰痛、ストレス解消には、運動が一番!! アットホームな雰囲気楽しくダイエットできますよ。	7,700円 20名

※上記の受講料は消費税10%込です。



講座名／講師	曜日／時間／開催日		講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
ピラティス 笹木弘子 No.150	火曜 10回	朝 11:15～12:15 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 2・9・16・23	簡単な動きをつなげて行なっていきます。深い部分の筋肉、インナーマッスルを鍛えることで体幹部の強化をしていき、しなやかな身体を目指します。しっかり呼吸をして体を動かして心もリフレッシュしていきましょう！	9,120円 15名
太極拳 日中友好協会 太極拳講師団 No.138 No.140 No.139	火曜 10回	昼 2:30～4:00 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 2・9・16・23	水曜・金曜は、新規募集です。 太極拳は全身の気血の流れを良くし、内臓全体の機能を高め弱っているところを癒してくれます。体内バランスを理想的な状態に保つよう、誰にでも出来るゆっくりとした動きで鍛えていきます。簡化24式を中心に繰り返し練習します。	11,000円 20名
	水曜 10回	夜 6:30～8:00 1月 13・20・27 2月 3・10・17・24 3月 3・10・17		11,000円 14名
	金曜 10回	朝 10:00～11:30 1月 8・15・22・29 2月 5・12・19・26 3月 5・12		11,000円 14名
気功法 上月賀代子 No.141	金曜 10回	昼 2:00～3:30 1月 8・15・22・29 2月 5・12・19・26 3月 5・12	気功法は、だれにでもできる中国の健康法です。気を養い、体内にめぐらせることにより、心身の健康を得るための鍛練をします。	8,800円 18名
やさしい パワーヨガ 笹木弘子 No.152 No.153	火曜 10回	朝 10:00～11:00 1月 12・19・26 2月 2・9・16 3月 2・9・16・23	日常の緊張やストレスから心身を解放してあげましょう。肩甲骨回りや背中をしっかりと動かすことで、肩こりや猫背の解消も期待できます。深い呼吸を意識して身体の内側からイキイキと元気になっていきましょう！	9,120円 各20名
	金曜 10回	昼 1:30～2:30 1月 8・15・22・29 2月 5・19・26 3月 5・12・19		
リラックスヨガ 水上ユリ子 No.151	土曜 10回	朝 10:00～11:30 1月 9・16・23・30 2月 6・13・20・27 3月 6・13	健康ヨガで筋肉の萎縮や硬化を取り除き、腰痛・肩こり等がよくなります。正しい呼吸で元気なからだをつくる「龍村式呼吸健康法」を取り入れ、リンパの流れをよくします。呼吸は健康の土台です。整膚を少し入れます。	8,240円 20名
パッチワーク 内藤穂波 No.111	月曜 6回	昼 1:00～2:50 1月 18・25 2月 1・15 3月 1・15	季節のミニキルトとバックを手作りしてみませんか。好みの大きさを製図から仕上げまで行います。	6,600円 16名
手編み 石田豊子 No.131	木曜 10回	朝 10:00～12:00 1月 7・14・21・28 2月 4・18・25 3月 4・11・18	かぎ針、棒針、アフガン編、自由に好みの物を編んでもらいます。お話ししながら楽しく行っています。どんな相談にも応じます。	9,030円 15名

※上記の受講料は消費税10%込です。



講座名／講師	曜日／時間／開催日		講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
きもの着付 雅きもの着付研究会 水上雅稀 No.121	水曜 10回	朝 10:00～11:30 1月 13・20・27 2月 3・10・17・24 3月 3・10・17	付け下げ、振袖の着こなしもできるようになります。新趣帯等もお教えます。希望者には講師の資格も取得できます。	9,570円 15名
きもの着付 全日本着装コンサルタント協会認定 家崎千賀子 No.123	金曜 9回	昼 1:30～3:00 1月 8・15・22 2月 5・12・19 3月 5・12・19	新春心新たに外出的多い時候です。この季節こそ着物でお出掛けしたいものです。むずかしい、面倒を楽に快適に着てみましょう。お手持ちの着もの、帯、小物を活かしてあげましょう。	8,610円 15名
日本民踊 大島豊菜翠 No.171	金曜 10回	夜 7:00～8:30 1月 8・22・29 2月 5・19・26 3月 5・12・19・26	「日本民踊」をくり返し、みんなで楽しく踊りましょう。日本を唄い、日本を踊る輪の中から、心の交流(和)が生まれ、生きる歓びを知ることができ、心豊かになります。踊りを通じて平和を守っていきましょう。	13,200円 20名
たのしいフラダンス ブアナニ小林フラスクール インストラクター 立岡京江・大屋洋子 No.353	土曜 6回	朝 10:00～11:10 (土A) 1月 16・30 2月 6・20 3月 6・27	日頃運動不足を感じているあなた、そんなあなたにフラダンスは、ぴったりです。さあ私達と一緒に楽しく踊りましょう。	9,030円 10名
かわいいケイキフラ 新 ブアナニ小林フラスクール インストラクター 大屋洋子 No.354	土曜 6回	朝 11:10～11:50 1月 16・30 2月 6・20 3月 6・27	かわいいフラガールになってみませんか。フラは健やかな体とやさしいハートを育てます。当教室は、お友達と助け合ったり、協調するアロハの心を大切にレッスンします。子供が対象です。ケイキとは、ハワイ語で子供という意味です。	6,900円 10名
すてきなハワイアンフラ 新 フラ交流親善大使 ブアナニ小林フラスクール代表 小林恵美子 No.355	土曜 5回	朝 10:30～11:30 (土B) 1月 9・23 2月 13・27 3月 13	ハワイ本校のフラスタイルで心が癒されるハワイアンの曲に合わせて、ゆったり手足を動かしてみませんか。ハワイの歌や意味をわかりやすく説明します。始めたその日からフラをすてきに踊ることが出来ますよ。	8,800円 10名
すてきなフラダンス フラ交流親善大使 ブアナニ小林フラスクール代表 小林恵美子 No.352 No.351	月曜 9回 水曜 9回	朝 10:45～12:00 1月 18・25 2月 1・8・15・22 3月 1・8・15 朝 10:45～12:00 1月 13・20・27 2月 3・10・17 3月 3・10・17	青く澄んだ空・浜辺の波・風にゆれるヤシの木。すてきなハワイアンの曲に合わせて楽しく踊ります。健康的にシェイプアップしながらリフレッシュしましょう。初心者の方には、基本ステップからていねいにレッスンします。さあ、私達と一緒に楽しくフラダンス始めてみませんか。	11,000円 各10名
大人のための やさしいバレエ 石川由美 No.206	木曜 10回	朝 10:00～11:20 1月 7・14・21・28 2月 4・18・25 3月 4・11・18	クラシックバレエの要素をとり入れながら、優しく、楽しくレッスンします。子供の頃経験されている方や、これから始めてみたい方のためにゆっくり丁寧にレッスンしていきます。	13,200円 16名
キッズバレエ初級 (3歳～小学1年前後) 石川由美 No.207	木曜 9回	昼 4:00～4:50 1月 7・14・21 2月 4・18・25 3月 4・11・18	楽しく、かわいい習い事としてバレエを始めてみませんか。バレエは、全ての踊りの基本となります。まずは楽しむことを中心に、遊びながらバレエ・ステップを一緒に始めましょう。	9,900円 16名
キッズバレエ中級 (小学2年前後～中学) 石川由美 No.208	木曜 9回	昼 5:00～6:00 1月 7・14・21 2月 4・18・25 3月 4・11・18	基礎的なバレエステップをある程度できた人は、ステップを組み合わせ、踊りがつなげるようレッスンしていきます。また、しっかり基礎が身についた生徒さんは、上級クラスでトウシューズもはけるようレッスンします。	9,900円 16名

※上記の受講料は消費税10%込です。



講座名／講師	曜日／時間／開催日	講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
キッズバレエ初級 (3歳～小学1年前後) 飛鳥江深文 No.209	月曜 9回 昼 4:00～4:50 1月 18・25 2月 1・8・22 3月 1・8・22・29	楽しく、かわいい習い事としてバレエを始めてみませんか。バレエは、全ての踊りの基本となります。まずは楽しむことを中心に、遊びながらバレエ・ステップと一緒に始めましょう。	9,900円 16名
キッズバレエ中級 (小学2年前後～中学) 飛鳥江深文 No.210	月曜 9回 昼 5:00～6:00 1月 18・25 2月 1・8・22 3月 1・8・22・29	基礎的なバレエステップをある程度できた人は、ステップを組み合わせ、踊りがつながらようレッスンしていきます。また、しっかり基礎が身についた生徒さんは、トウシューズもはけるようレッスンします。	9,900円 16名
Smile チア初級 (3歳～6歳前後) 飛鳥江深文 No.202	水曜 9回 昼 3:45～4:35 1月 13・20・27 2月 10・17・24 3月 3・17・24	みんなでかわいいポンポンを持って、楽しくチアダンスをしましょう！簡単なストレッチを行った後、楽しい音楽に合わせて、ステップの練習をしていきます。最後にポンポンを持って、踊りの練習をしていきます。笑顔で楽しく踊りましょう。	8,800円 16名
Smile チア中級 (小学1年前後～小学3年前後) 飛鳥江深文 No.203	水曜 9回 昼 4:45～5:45 1月 13・20・27 2月 10・17・24 3月 3・17・24	みんなでかわいいポンポンを持って、楽しくチアダンスをしましょう！簡単なステップが踏めるようになったら、少し難しいステップにも挑戦していきます。みんなでタイミングを合わせて、楽しく踊りましょう。	9,900円 20名
Smile チア上級 (小学4年前後～中学生) 飛鳥江深文 No.204	月曜 9回 夜 6:30～7:30 1月 18・25 2月 1・8・22 3月 1・8・22・29	みんなでかわいいポンポンを持って、楽しくチアダンスをしましょう！様々なステップを軽々と踏めるようになってきたら、少し難しい技にも挑戦してみましょう。みんなで心を合わせ、楽しく踊りましょう。	9,900円 20名
生け花 嵯峨御流 家崎千賀甫 No.224	土曜 6回 朝 10:00～11:30 1月 9・23 2月 13・27 3月 13・27	嵯峨御流は新春を寿ぎ御題花「実」を挿けて始まります。陽春に向って生成する草木花をより美しく一盤一瓶一管にいけるいけばなをあなたらしく象にして楽しく始めましょう。(花材費として1回1,080円必要です)	7,040円 10名
プリザーブドフラワー 城きよみ No.231	木曜 6回 朝 10:00～11:30 1月 7・21 2月 4・18 3月 4・18	プリザーブドフラワーとは、特殊な加工を施した本物のお花です。お水は不要です。色も豊富で、見ただけで楽しくなります。みなさんと一緒に作品を作ってみませんか。(花材費が別途必要です)	6,600円 10名
押し花 川口りえ No.241	土曜 6回 朝 10:00～11:30 1月 16・30 2月 6・20 3月 6・13	庭に咲く花、野に咲く花の自然の色をそのまま押し花にしてみませんか。(教材費として当初2～3,000円程度必要です、その他シート代など若干必要です)	6,600円 16名

開催曜日	1月～3月 料理教室のテーマと募集要項	
第1・3月曜日	午前 メタボすっきり減塩クッキング	午後 おなべひとつの簡単クッキングとおやつ
第1水曜日	午前 自慢の家庭パンをご一緒に作りませんか？	午後 楽ちんすっきりボディ・ヘルシー400Kcalクッキング
第2・4金曜日	午前 目からうるこ オープンクッキング	◎午前/午後の各料理教室は、5名から開催します。定員は12名です。パン作りは8名です。 ◎受講料以外に食材費が別途必要です。
第1・3金曜日	午後 家族の夕食も作って健康づくり 2単位のおやつ付き お持ち帰り出来ます	
各曜日 共通項目	午前10:00～12:30 午後2:00～4:30 受講料 6回10,020円/4回6,680円/3回5,010円	
講師は、『NPO法人LET'S食の絆』代表者五十嵐桂葉他、会員の教員や管理栄養士の方々です。		

※上記の受講料は消費税10%込です。



※下記の受講料は消費税10%込です。

講座名／講師	曜日／時間／開催日	講座の内容	受講料(3ヶ月分) 定員
茶道 表千家 家崎宗賀 No.300	水曜 6回 昼 1:00～3:00 1月 13・20 2月 3・17 3月 3・17	新年心新たに釜の煮えの音に耳を傾けながら、平穩にと願い稽古始めとなります。茶の湯のわび、さびが心を和ませてくれます。すばらしい日本の伝統文化をずっと伝えて行きましょう。(水屋料として1回500円必要です)	9,900円 10名
囲碁 中級 No.310	金曜 3回 昼 1:30～4:30 1月 15 2月 19 3月 19	4,000年余の歴史をもつ囲碁。中級の成人の方を対象に、実戦70～80手ぐらいとその検討を含め、プロの教えるところも吸収しつつ、とりくみます。(教材費若干必要です)	3,000円 2名
手持ちノートパソコン ワープロメイト No.321	土曜 10回 朝 10:00～12:00 1月 9・16・23 2月 6・13・20・27 3月 6・13・27	ご自分のノートパソコンで、マウスの使い方からワード・エクセルの活用まで、個人のペースで無理なく学べます。パソコンはWindows搭載でワード・エクセルがインストール済みとのこと。(教材費として3,000～4,000円必要です)	22,000円 10名

12月～3月国内旅行・海外旅行

- ディズニーリゾート・沖縄・北海道への旅行 ●宿泊
- 海外バックツアー／■自動車保険 ■火災保険

受付中



愛知県知事登録旅行業 第3-782号

エム・アイ・エストラベル

☎651-7460 レインボーセンター1F

講座のニュースとお願い

表紙の絵は薬師寺智子先生の作品です。

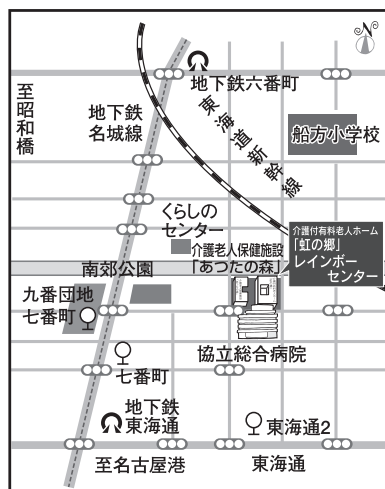
- ◎王紅梅先生の「中国語会話／水曜」と野間美子先生の「複音ハーモニカ」を大募集します。
- ◎12月30日～1月3日の期間は、年末年始の休みです。
- ◎この講座は、今期で満30年となります。
- ◎1月～3月(第120期)の講座を受講されない方は、12月29日までに受付へお知らせ下さい。

講座のお申込みは

- 申込書に記入し、レインボーセンター内1階受付へお出し下さい。その際、預金口座振替依頼書にご記入いただきますので、金融機関(銀行・郵便局等)の預金通帳とお届け印をご持参下さるようお願いいたします。
- 受講料(消費税込)のお支払は、上記にありますように皆様の預金口座から引落し(口座振替)の方式となっております。1月・2月・3月の27日頃に $\frac{1}{3}$ ずつ引落しさせていただきます。途中でやめられても1期(3ヶ月)分の受講料をいただきます。
- 教材費等が別途必要な講座もあります。その費用は講師の先生に直接お支払い下さい。
- みなと医療生協の組合員でない方は、受講料が1回につき110円プラスになります。
- 入会金は不要です。受講料は原則としてお返しできません。
- 講座によっては、すでに定員に達しているものがあります。
なお、お申込み人数が少ない場合開講できないこともあります。
- レインボーセンターの北側に有料駐車場(計97台)があります。

受付時間 月・金 9:00～17:00 火・水・木 9:00～17:00 土 9:00～12:00

お申込み・お問合せは ☎651-7460 (株)エムアイエス企画へ
〒456-0057 熱田区五番町3-6 レインボーセンター1F



講座の申込書

2021年1月～3月(第120期)

申込日: 月 日

講座名: (曜日 : ~) 講座No.

氏名: (子供の名前: 歳) 受講者No.

住所: 電話

受講料: 円 初・再 / 組合員 (No.) ・ 一般