

平成28年度 自主事業計画書

横浜市中川西地区センター

<成人講座>

募集対象	事業名 (教室名)	開催回数	募集人数
65歳以上	ひらり健康体操	36回	各80名
一般	中高年のストレッチ 前期・後期	計35回	各60名
一般	エアロビクス体操 前期・後期	計35回	各60名
一般	やさしいヨガ 前期・後期	計27回	各40名
一般	パワーYOGA入門 前期・後期	計27回	各30名
小学生～一般	みんなでラジオ体操	1回	50名
一般	エアロビック・ボクシング入門	6回	20名
65歳以上	「ロコモ体操」教室	1回	40名
65歳以上	施設改善ウォーキング	1回	20名
一般	植物の特性を活かした寄せ植え	1回	16名
一般	大人のおはなし広場	1回	20名
一般	都筑歴史散策	1回	16名
一般	カメラを持ってぶらり散歩	6回	15名
一般	歴史講座	4回	15名
一般	ミニ門松を作る	1回	16名
一般	スペイン語入門	5回	12名
一般	シニアのためのパソコン講座	6回	16名
一般	みんなで歌おう	4回	20名
一般	ナポリタンから横浜の洋食文化を学ぶ	3回	16名
一般	男の料理入門編	3回	10名
一般	白菜キムチ作り	2回	12名
一般	味噌作り講習会	1回	16名
一般	クリスマス料理	1回	12名
一般	クリスマスアレンジメント	1回	14名
一般	鍋料理	1回	12名
全般	ロビーコンサート	4回	自由参加
一般	センター寄席	1回	60名
全般	センターまつり	1回	自由参加
中・高生	はあとdeボランティア(4施設連携事業)	1回	自由参加
親子(2歳以上就園前)	親子体操 1期・2期・3期	計24回	各20組
親子(1歳以上)	親子美クス 1期・2期・3期	計14回	各15組
親子(首すわり頃～ハイハイ前)	ベビーマッサージとママのボディリメイク 1期・2期・3期	計14回	各10組
親子(未就学児)	おはなし広場	11回	自由参加
親子(未就学児)	失敗知らずの子どものヘアカット講座	1回	10組
親子(乳幼児)	おんがく広場がやって来る ①・②	2回	各20組

<わんぱく講座>

募集対象	事業名 (教室名)	開催回数	募集人数 (人)
小学生	やさしい将棋教室	10回	自由参加
小学生	はじめての囲碁教室	10回	自由参加
中高生	中高生のためのヒップホップ教室	5回	12名
小学3～6年生	やさしいバドミントン教室	4回	30名
小学3年生～	動物パン教室	1回	16名
小学生	わくわく科学実験室 ①・②	2回	各15名
未就学児の親子	元気な体作り教室	1回	15組
小学生	そうめん流しに挑戦しよう!	1回	40名
小学生/中学生	家具職人から習う木工教室	2回	各15名
小学3年生～	クリスマスのお菓子作り	1回	16名
小学生	本と一緒に遊んでみよう おはなし広場 ①・②	2回	自由参加
どなたでも	ワクワクワークショップ	1回	自由参加