

講座名 内容	開催日・曜日 時間(開始～終了)	開催場所 費用・金額	対象者・定員	団体名 連絡先・担当者
運動で健康づくり				
ローリングバレーボール練習会 床に座ったまま、ネットの下でボールを転がし打ち合うバレーボールです。体験に来て下さい。	10月19日(木) 13:00～16:30	太陽の家体育館 (八部公園隣) 参加費無料	どなたでも参加OK (体育館履き持参)	藤沢市肢体障害者協会 RVCハッスルかわせみ 23-4206 種田
イヤラウンドコース フリーウォーク (個人で歩く、自由歩行) 7、12、15、18、20kmの中から好きなコースをどうぞ	10月20日(金) 受付 9:00～ 9:30～15:00	奥田公園集合 (藤沢駅～7分) 参加費 200円	健康で所定の距離を 歩ける方	湘南ふじさわ ウォーキング協会 28-2052 岡村
「ごみ関連施設」と「いすゞプラザ」見学ツアー 身近な「ごみ等」の流れ/ 藤沢の「いすゞ自動車」を知ろう	10月26日(木) 9:30～14:00	リサイクルプラザ 藤沢 参加費 300円	20名 (×切り 10/11)	湘南ふじさわ シニアネット 090-9001-6797 瀬川
善行の景観めぐり(ウォークメイト) 初心者向けのウォークです。 10km弱	10月31日(火) 受付 9:30～ 10:00～14:00	善行公園集合 (善行駅～5分) 参加費 200円	健康で所定の距離を 歩ける方	湘南ふじさわ ウォーキング協会 28-2052 岡村
湘南ふじさわの四季(藤沢・村岡の秋) 12km～15km 通常例会	11月7日(火) 受付 9:00～ 9:30～15:00	若尾山公園 (藤沢駅～6分) 参加費 500円	健康で所定の距離を 歩ける方	湘南ふじさわ ウォーキング協会 28-2052 岡村
ローリングバレーボール練習会 床に座ったまま、ネットの下でボールを転がし打ち合うバレーボールです。体験に来て下さい。	11月16日(木) 13:00～16:30	太陽の家体育館 (八部公園隣) 参加費無料	どなたでも参加OK (体育館履き持参)	藤沢市肢体障害者協会 RVCハッスルかわせみ 23-4206 種田
長後の景観めぐり(ウォークメイト) 初冬の長後を歩く 10Km	11月27日(月) 受付 9:30～ 10:00～14:00	長後公園 (長後駅～3分) 参加費 200円	健康で所定の距離を 歩ける方	湘南ふじさわ ウォーキング協会 28-2052 岡村
「生き生きマイウォーク」湘南台 湘南台地区のウォーキングに参加してみませんか? 詳しくは「広報ふじさわ」に掲載します。	11月30日(水) 9:10～9:30受付 9:30～12:00	湘南台公民館 2Fホール 参加費無料	健康で所定の距離を 歩ける方 要申し込み	健康ふじさわ 81-3804 高井
こころの健康づくり				
花の輪クラブ藤沢 「花♡笑顔♡コミュニケーション」をモットーに、ワイルドフラワーなどを使い、自由にあなたの“花”をつくります	10月13日(金) ①10:30～12:00 ②13:30～15:00	藤沢市市民活動 推進センター 材料費 2,000円	①、②ともに 先着20名(先着順)	フラワーセラピー研究会 (藤沢地区) 27-9098 加藤
わくわく健康iPad講座 iPadを使って脳トレゲームやお絵かきをしてみましょう	10月31日(火) 10:00～12:00	みんなのサロン ゆくり庵 利用料 300円	65歳以上の藤沢市 民(その他は相談) 10名	みんなのサロン ゆくり庵 24-9880 ゆくり庵
初心者マージャン教室 初めての方でも大丈夫。楽しくマージャンを覚えましょう。	11月7日(火) 10:00～15:00	みんなのサロン ゆくり庵 利用料 300円	65歳以上の藤沢市 民(その他は相談) 16名	みんなのサロン ゆくり庵 24-9880 ゆくり庵
花の輪クラブ藤沢 「花♡笑顔♡コミュニケーション」をモットーに、ワイルドフラワーなどを使い、自由にあなたの“花”をつくります	11月10日(金) ①10:30～12:00 ②13:30～15:00	藤沢市市民活動 推進センター 材料費 2,300円	①、②ともに 先着20名(先着順)	フラワーセラピー研究会 (藤沢地区) 27-9098 加藤