

東区 申込：福岡100プラザ 東					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ東】					
短歌、謡曲(観世流)、童謡・唱歌をうたう、俳句、やさしい囲碁、囲碁初級クラス、中級囲碁、健康麻雀(初級)、初級英語、中国語、切り絵、折り紙、絵手紙・水墨画、絵画、手芸、手編み、刺繍と小物作り、色の組み合わせを楽しむ、園芸、茶道(表千家)、世界遺産を学ぶ(前編、後編)、科学と暮らし、知って得する雑学、スマホ活用、健康のための温泉めぐり、大人こそ絵本、ジャズを楽しく聴く(火曜クラス、土曜クラス)、三味線、着付初級、太極拳、ストレッチ(寝て座って)、健康リズム体操、ソング&リズム体操、いきいき3B体操、笑いヨガにこご体操、社交ダンス、フラダンス、はじめてのフラダンス、楽しいフラダンス、ステップアップフラダンス、スポーツダンス、やさしい大正琴、麻雀中級(A・B)、みんなと一緒に認知症予防					
【老人いこいの家】					
青葉	初級英語と英会話、囲碁	香椎浜	シニア囲碁	香陵	実用書道
香椎東	糸まりとさげもん	香椎下原	囲碁	名島	実用書道
香住丘	囲碁、よかよか花サロン	千早公園集会所	スマイル健康体操	八田	囲碁、将棋
箱崎	囲碁	筥松	囲碁	美和台北公園集会所	健康リズム体操
高齢者創作講座		染め花、パッチワーク			
高齢者健康いきいき教室		4月～7月の間毎月1回（毎月500円自己負担）			

博多区 申込：福岡100プラザ 博多					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ博多】					
川柳、百人一首、楽しい韓国語会話、わくわく中国語、絵手紙、くらしの書、元気になるペン習字、華道、編物、三味線、やさしい太極拳、太極拳、笑顔De終活、認知症フレイル予防教室、初心者向け楽しいパソコン、民舞、レクリエーションダンス、手話ダンス、フォークダンス、リズムを楽しむフラメンコ、ソング&リズム、健康体操、楽しい健康体操、カラオケ、リンパ&腸活エクササイズ、ろっ骨エク					
【老人いこいの家】					
三筑	ウクレレ	冷泉	クラフトバンド制作	美野島	茶道
東月隈	書道	御供所	百人一首	住吉公園集会所	アコースティックギター、エレキギター、麻雀
高齢者創作講座		博多人形			



中央区 申込：福岡100プラザ 中央					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ中央】					
詩吟、俳句、古典文学、現代文学、今様、英語初級、初心者楽しい韓国語会話、折り紙、押し花、かぎ針編み、創作手芸、筆ペン、茶道、絵画(初級・中級)、絵手紙&水墨画、やさしい囲碁、将棋、ソフトダーツ、知れば得する老化トラブル策、トータル美容、三味線、ウクレレ、キーボードでピアノレッスン、ピアノ伴奏でみんなの歌、ピアノで歌おう、太極拳、フラダンス、社交ダンス、手話ダンス、ソング&リズム体操、3B体操、ボイストレーニングと歌(初級・中級)、オールジャンルカラオケ塾、昭和歌謡を楽しもう(カラオケ)、コミュニケーション講座、認知症フレイル予防、話題のニュースを振り返る					
【老人いこいの家】					
南当仁	囲碁	笹丘	囲碁	舞鶴	謡曲（喜多流）
高齢者創作講座		手芸（編み物）			

南区 申込：福岡100プラザ 南					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ南】					
短歌、川柳、俳句、写経、詩吟、絵画、水墨画、囲碁、ぬりえ・クラフト、エコクラフト、茶道(裏千家)、ジャズを楽しく聴こう(入門編)、マジック、たのしいオカリナ、三味線、フラダンス、社交ダンス、フォークダンス、いきいき体操、ソング&リズム体操、健康のびのび体操、昔遊びと健康体操、笑顔で健康レクササイズ、ヨガ&整体、カラオケ(火曜クラス、金曜クラス)、ナツメロ、カラオケ(水曜クラス)					
【老人いこいの家】					
弥永西	囲碁、ダーツ	東花畑	囲碁、練功十八法	西高宮	囲碁
長住中央公園集会所	フォークダンス	野多目	ギター教室	若久	囲碁、元氣はつらつ体操、紙工作
西長住	将棋	鶴田	詩吟	高木	初級英会話
柏原	詩吟	老司	囲碁、エコクラフト	三宅	楽しい日常英会話
高齢者創作講座		園芸			

教室・講座の詳細や実施スケジュールなどは、各施設にお尋ねいただくか、福岡市のホームページからも確認ができます。下の二次元コードを読み取り、ご確認ください。



<シニア教室>



<高齢者創作講座>
<高齢者健康いきいき教室>

城南区 申込：福岡100プラザ 城南					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ城南】					
詩吟・和歌・今様、詩吟・歌謡吟詠、相撲甚句、時事英語、脳トレ(中学英語)、絵手紙、水墨画入門、ぬりスクラフト、かな書道、茶道、フラワーアレンジメント、デザインアートフラワー、手あみしてみませんか、マジック、着付け、折り紙、リコーダー、三味線、クラシックギター、琴伝流大正琴、ハーモニカ、太極拳、かつぼれ、日本舞踊、演歌舞踊、H・B体操、シニアのストレッチ、エンジョイ・フラ、フォークダンス、社交ダンス、はじめよう！社交ダンス、にこご手話ダンス、すこやか手話ダンス、健康ダンス、みんなのカラオケ、唄うための音楽レッスン、レッツ！ミュージック、声の若返りレッスン、スローヨガ、はじめよう太極拳、尺八・ウインドシンセサイザー、編物、カラオケ昭和歌謡を楽しもう					
【老人いこいの家】		城南	囲碁	田島	囲碁
別府	将棋、囲碁、舞踊	七隈		囲碁	
高齢者健康いきいき教室		4月～7月の間毎月1回（毎月500円自己負担）			

早良区 申込：福岡100プラザ 早良					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ早良】					
俳句(初級)、俳句研究会、民謡、初級囲碁、囲碁(入門編)、そろばん、英文社説を読む、生け花、インテリアフラワー、ペン習字、書道、かな書道(初級・中級)、茶道、絵手紙(初級・中級)、水墨画、水彩画(初級・中級)、やさしいお天気教室、経済よもやま話、健康のための温泉めぐり、世界遺産を学ぼう、大正琴(初級・中級)、三味線、尺八、はじめてのハーモニカ、フォークギター、ウクレレ、粘土で作るお花、きもの着装(初級・中級)、太極拳、気功体操、いきいき健康ダンス、社交ダンス(初級・中級)、ソング&リズム体操、笑いの健康体操、コーラス、健口歌トレーニング、太極柔力球					
【老人いこいの家】		有田	生け花	飯原	囲碁
野芥	大正琴	四箇田	書道	西新	書道
高齢者創作講座		陶芸			
高齢者健康いきいき教室		4月～7月の間毎月1回（毎月500円自己負担）			

西区 申込：福岡100プラザ 西					
シニア教室（会場、教室名）					
【福岡100プラザ西】					
俳句、詩吟、民謡、やさしい英会話、茶道、着付け、水彩画(A・B)、書道、実用書道、囲碁、粘土工芸、木目込人形、さげもん小物作り、三味線(初級・中級)、ハーモニカ、尺八、経済よもやま話、練功十八法、太極拳、花架拳、MCI 予防健康スポーツ、笑いヨガ、フラダンス、にこごダンス、社交ダンス(金曜クラス、土曜クラス)、かつぼれと舞踊、ソング&リズム体操、気功体操、コーラス、カラオケ、演歌カラオケ、宇宙・発酵・健康、クラシックギター(A・B)					
【老人いこいの家】		吉岐南	囲碁	吉岐	囲碁
高齢者創作講座		手芸（編み物）			