

地域元気いきいき講座

【6月申し込み開始】

	講座名	日時	内容	定員	申込期間	対象	受講料(円)	申込先・会場	電話番号
1	楽しもう！陶芸入門	7月2・23日、8月6・20日、9月24、10月1日、11月5・19日の全火曜日 9:30～11:30	土に触れ、作る楽しさ、使う喜びを体験します。 (講師…石原忠昭さん)	10人(先着順)	6月15日(土) 9:00～	市内在住、 在勤の方	10,000	浅羽北コミュニティセンター	23-6099
2	パッキングクッキング	7月6・20日、8月3日の全土曜日 9:30～11:30	ポリ袋に食材を入れ、鍋で湯煎するだけで出来る非常時に役立つ調理法を学びます。 (講師…塩崎淳子さん)	15人(先着順)	6月15日(土) 9:00～	市内在住、 在勤の方	1,000	袋井西コミュニティセンター	43-3304
3	はじめての太極拳	7月12・26日、8月9・23日の全金曜日 13:30～15:00	初めての人でも楽しみながら太極拳を学べる入門講座です。 (講師…伊東 健さん)	15人(先着順)	6月15日(土) 9:00～	市内在住、 在勤の方	500	袋井西コミュニティセンター	43-3304
4	私も家族も輝く魔法の言葉	6月27日、7月25日の全木曜日 19:00～20:30	やる気にさせる言葉かけ「ペップトーク」をわかりやすくお伝えします。 (講師…熊切千晶さん)	20人(先着順)	6月14日(金) 9:00～	市内在住、 在勤の中学生以上の方	300	浅羽東コミュニティセンター	23-7470
5	メモリーオイル体験会	7月13日(土) 19:00～20:00	好きな香りをブレンドして、あなただけのオリジナルオイルを作りましょう。 (講師…ヒカルさん)	8人(先着順)	6月14日(金) 9:00～	市内在住、 在勤の方	4,000	浅羽東コミュニティセンター	23-7470
6	こどもが楽しむこびとかば	7月4日、8月1日、9月5日、10月3日、11月7日、12月5日、令和2年1月9日、2月6日の全木曜日 10:00～11:30	絵本を読んだり、色遊び、音遊び、いろいろな素材を使ってあそぼう！ (講師…田中麻紀さん)	親子10組(先着順)	6月15日(土) 9:00～	4歳児未満の子どもと保護者	3,000	今井コミュニティセンター	43-3388
7	健康ヨガ	7月24・31日、8月28日、9月4日の全水曜日 10:00～11:00	体幹とインナーマッスルを鍛え、血流を良くし、尚且つ心をリラックスさせ、心身共に健康にします。 (講師…鈴木洋子さん)	25人(先着順)	6月20日(木) 9:00～	市内在住、 在勤の方	500	浅羽北コミュニティセンター	23-6099
8	池坊の花を楽しむ生け花	7月13日、8月10日、9月7日、10月5日、11月9日の全土曜日 10:00～11:30	日本の長い歴史の中で、人々に受け継がれてきた伝統文化を学びます。 (講師…鈴木かよ子さん)	10人(先着順)	6月15日(土) 9:00～	市内在住、 在勤の方	1,500	袋井東コミュニティセンター	43-3389
9	わらべうたベビーマッサージ	8月7・14・21・28日、9月11日の全水曜日 10:00～11:00	1才未満のお子様をお持ちのお母さんを対象にベビーマッサージを教えます。赤ちゃんがリラックスしてストレスを解消します。親子の愛情を深めます。 (講師…大石英美さん・古田歩美さん)	15人(先着順)	6月15日(土) 9:00～	1歳未満の子どもがいる母親	1,000	袋井北コミュニティセンター	43-3387

対 市内在住、在勤の方

問 詳細は各コミュニティセンターにお問い合わせまたは、ホームページにてご確認ください。