

怒りの感情をうまく
コントロールする方法



5 [水]・26 [水]
10:00～11:00

¥ 500円
6名
渡辺 敦子



～ママの笑顔が最優先～
ネガティブな感情から
自分のことを知ろう



6 [木]
10:00～11:00

¥ 300円
5名
EMI



貯筋運動の会



6 [木]・20 [木]
13:30～14:30

¥ 500円
(初めての方は通帳代込800円)
20名
木村 圭子

花あそび
～夏色の花が
ならぶイメージ～



9 [日]
①10:00～11:30
②13:30～15:00

¥ 1,500円
各回11名
平野 豊美



夜ヨガ



11 [火]・25 [火]
20:00～21:00

¥ 1,000円
15名
間まなみ



教えて！美容師さん
～メイクレッスン
眉毛のかき方～



12 [水]
13:30～14:30

¥ 無料
20名
香川労災病院 がんサロン
つなく



これから、
韓国語をスタートしてみよう！



6 [木]・20 [木]
13:30～15:00

¥ 100円
12名
ケンチャナ



美姿勢のための運動教室



6 [木]
14:30～15:30

¥ 500円
7名
金山 美樹



アシュタンガヨガ
ビギナー



7 [金]
19:30～20:30

¥ 1,000円
10名
Sora-Yoga



おとなの
ナイトカフェトーク



12 [水]
19:30～21:00

¥ 無料
10名
丸亀朝カフェの会



椅子ヨガで心と体を
リフレッシュ！



13 [木]・27 [木]
13:30～14:30

¥ 500円
20名
木村 圭子

話せる韓国語



13 [木]・27 [木]
13:30～15:00

¥ 500円
12名
ケンチャナ



オカリナコンサート



8 [土]
14:00～15:00

¥ 無料
20名
オカリナアンサンブルそら

花ぼんぼりを作って
つながろう！
丸亀まちあかり 2023



8 [土]・15 [土]
[8日] 14:00～16:00
[15日] 19:00～20:30

¥ 無料
10名
丸亀まちあかり実行委員会

夜のカラダほぐしヨガ
(首こり肩こり)



8 [土]・15 [土]
19:30～20:30

¥ 1,000円
12名
A-LALA.Yoga



花のある暮らし
～ユーカリのドライリースを
作りましょう～



14 [金]
①10:00～11:30
②13:00～14:30

¥ 1,000円
各回10名
graine la rue



マルタスうたごえ広場



14 [金]
10:30～11:30

¥ 500円
30名
神余音楽教室



ゆるい集い
～ヒンメリ作り～



14 [金]
13:30～15:00

¥ 200円
8名
終活ノオト・きむらなみ

