

脳もカラダもリフレッシュ！
カラフル体操



19 木

10:00 ~ 11:00

500円 / 20名
カラフル体操

シニア向け
スマートフォンの基本操作！



19 木

13:00 ~ 14:00

無料 / 4名
川田 光文

緊張や不安な気持ちを
セルフ・ハグで和らげよう！



19 木

18:00 ~ 19:00

1,500円 / 3名
キャリアカウンセリングオフィス「カミツレ」

予約



夜の図書館
～ふらっと話そう本のはなし～



20 金

18:30 ~ 20:00

無料 / 12名
夜の図書館

予約



ひろえば街が
好きになる運動



21 土

10:00 ~ 11:00

無料 / 自由参加
まるがめ世話やき隊

デニム MusicLive !
～ふらっと音楽のヨリミチ～

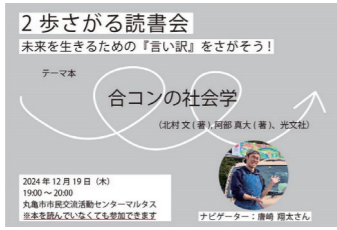


21 土

13:30 ~ 14:00

無料 / 20名
丸亀市文化振興事業協議会

2歩さがる読書会
未来を生きるための
『言い訳』をさがそう！



19 木

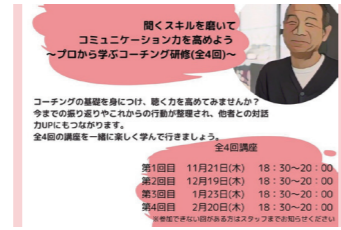
19:00 ~ 20:00

無料 / 10名
2歩さがる読書会

予約



PICK UP!
聞くスキルを磨いてコミュニケーション力を高めよう
～プロから学ぶコーチング研修(第2回)～



19 木

18:30 ~ 20:00

無料 / 20名
丸亀市市民交流活動センターマルタス

予約



コーチングの基礎を身につけ、聴く力を高めよう
みませんか？
今までの振り返りやこれからの行動が整理され、
他者との対話力UPにもつながります。
第2回目は【効果的な質問】相手の中にある
答えを導く質問スキルについて学びます。
特に答えが広がるオープンクエスチョン
6W2Hで答える質問と、閉じた質問
クローズドクエスチョンの対比を学びます。



或る音盤会～輝～



21 土

19:00 ~ 20:00

無料 / 40名
或る音盤会

花あそび
～しめ縄飾り&
正月を迎える花～



22 日

①10:00 ~ 11:30
②13:30 ~ 15:00

1,500円 / 各回20名
平野 豊美

予約



Christmas Craft Day



22 日

11:00 ~ 14:30

無料 / 自由参加
福祉 works MANMARE

ボタニカルキャンドル入門
～アロマサシェを作ろう～



20 金

①10:00 ~ 11:30
②13:00 ~ 14:30

1,500円 / 各回10名
キャンドル&フラワーアトリエ nao farm

予約



マルタスうたごえ広場



20 金

10:30 ~ 11:30

500円 / 30名
神余音楽教室

丸亀にも市民劇場を！
～演劇好きな方集まれ！～



20 金

14:00 ~ 16:00

無料 / 20名
演劇鑑賞会 香川市民劇場

予約



第27回アートの旅
エーゲ海クルーズ



22 日

14:00 ~ 15:00

無料 / 10名
大坪 則和

予約



ビギナーヨガ
～ヨガブロックを使って
ヨガポーズにチャレンジしよう～



22 日

16:30 ~ 17:30

1,000円 / 10名
Sora-Yoga

予約



「目で聴き、一緒に
お話ししましょう！」
たのしい手話(手話&フラ)2024冬



26 木

10:00 ~ 11:30

無料 / 30名(会場20名WEB10名)
ZoomCafé(やさしい手話)

予約

