

シニアスマホ・タブレット・
パソコン勉強会



3火・17火

14:00 ~ 16:00

100円 / 15名
さつきスマホPC倶楽部

バレエの動きで
エクササイズ！バレトン



3火・17火

20:00 ~ 21:00

1,000円 / 15名
間まなみ



骨盤からアプローチ
上がる美尻トレーニング



3火・17火

20:15 ~ 21:15

1,000円 / 10名
田井 利昌



ふれてみよう！
やってみよう！帯むすび



6金

①10:00 ~ 12:00
②13:00 ~ 15:00

1,000円 / 各回6名
和文化着物 LOVE を残したい広げ隊



やさしい陶芸教室
かわいい置き物を
作ってみよう



7土

10:00 ~ 12:00

1,000円 / 8名
齋藤 敏子



着物の新しいカタチ！！
でドレスアップ Show



7土

13:30 ~ 15:00

無料 / 50名
和文化着物 LOVE を残したい広げ隊

動ける体にする
セルフケアと運動教室



4水・10火

10:30 ~ 11:30

500円 / 10名
ゲーゲンプレス



美姿勢の為の
股関節エクササイズ



4水・18水

13:45 ~ 14:45

1,000円 / 10名
田井 利昌



話せる韓国語



5木・19木

13:30 ~ 15:00

500円 / 12名
ケンチャナ



100年もつ油絵を
楽しく描こう！！



7土

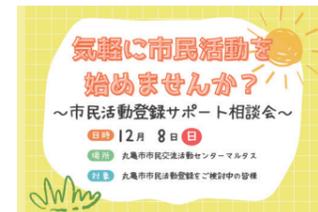
16:00 ~ 18:00

1,400円 / 5名
さとみアートスクール



PICK
UP!

気軽に市民活動を始めませんか？
～市民活動登録サポート相談会～



8日

①11:00 ~ 12:00 ②13:00 ~ 14:00
③16:00 ~ 17:00 ④19:00 ~ 20:00

無料 / 各1組
丸亀市市民交流活動センターマルタス



市民活動って何？
マルタスで登録をすると何が出来るの？
何かをやってみたいけれど、始め方がわからない！
市民活動登録相談会では、マルタスで市民活動登録
をする流れ、メリット、登録するとできることなど、
市民活動登録に関するコトについて何でも
お答えします！
何かをやってみたいけれど一歩を踏み出せない、
何から始めていいかわからない...
そんなアナタはぜひご来館ください！
マルタスでできることを、
一緒に考えてみましょう！



※予約優先ですが、予約がない場合は当日の飛び込み相談も可能です。
飛び込みの場合は、相談の順番をお待ちいただく可能性がございます。

椅子ヨガで心と体を
リフレッシュ！



5木

14:00 ~ 15:00

500円 / 20名
木村 圭子

採用担当者の心を惹く
応募書類の書き方教えます！



5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」



動ける体へ！
ヨガ棒で整える



6金

10:00 ~ 11:00

1,000円 / 8名
A.Orange yoga



ふれてみよう！
やってみよう！帯むすび



8日

16:00 ~ 18:00

1,000円 / 6名
和文化着物 LOVE を残したい広げ隊



名画をみて感じたことを
お話してみよう
～対話型アート鑑賞「アートトリップ」～



9月

10:30 ~ 11:30

1,000円 / 6名
Heart サロン



観ちゃったりする！？
演じちゃったりする！？



9月

①18:00 ~ 18:45
②19:30 ~ 20:15

無料 / 自由参加
ありんこ企画