

シニア向け
スマートフォンの基本操作！



7 木・21 木

①13:00～14:00 ②14:00～15:00
③15:00～16:00

無料 / 各回1名
川田 光文

予約



貯筋運動で
健康寿命をのばそう



7 木

14:00～15:00

500円 / 20名
※初めての方は通帳代込 800円
木村 圭子

やさしい陶芸教室
陶板を作ってみよう



9 土

10:00～12:00

1,000円 / 20名
齋藤 敏子

予約



これから、韓国語を
スタートしてみよう！



7 木・28 木

13:30～15:00

100円 / 12名
ケンチャナ

予約



健康は指先から！
プロが教える正しい爪の切り方



8 金・21 木

11:00～12:00

300円 / 19名
ネイリストのフットケア

予約



電子図書館を使ってみよう！
～スマホやパソコンで
いつでもどこでも読める本～



7 木

14:00～16:00

無料 / 自由参加
丸亀市立中央図書館

予約



誰でもかける
絵手紙をかこう！



8 金

13:30～15:30

1,000円 / 12名
藤原 英子

予約



はじめてのオペラ名曲サロン
～歌って楽しむ40分～



9 土・31 日

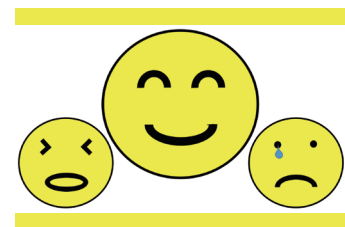
15:20～16:00

1,000円 / 20名
合同会社 ビューアーナ

予約



もやもおしゃべり
ふらっとサロン



9 土

①18:00～18:30 ②18:30～19:00
③19:00～19:30 ④19:30～20:00

無料 / 各回1名
しげさん幸房

予約



ジャグリングをやってみよう



9 土

19:00～20:00

500円 / 10名
ジャグリング運動教室

予約



夜ヨガ



12 火・26 火

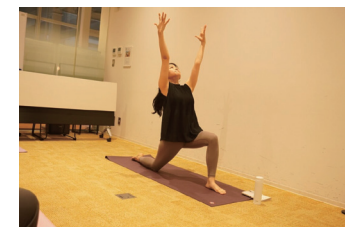
20:00～21:00

1,000円 / 15名
間 まなみ

予約



満月のデトックスヨガ & 瞑想



9 土

18:30～19:30

1,000円 / 10名
Wellness Yoga

予約



不登校座談会
～まさか、うちの子が！？～



11 月

10:30～12:00

無料 / 7名
にこサポ不登校親の会

予約



誰でもできる股関節の
健康をサポートする運動



13 水・20 水

13:45～14:45

1,000円 / 10名
田井 利昌

予約



夜のカラダほぐしヨガ



9 土・23 土

19:00～20:00

1,000円 / 15名
A-LALA.Yoga

予約



火曜日夜のボードゲーム会



12 火

18:00～20:00

300円 / 15名
さめきファミリーゲーム倶楽部

予約



ドイツ語を学びながら
ドイツを知ろう！



14 木・28 木

10:30～12:00

200円 / 9名
ドイツ語を学びながらドイツを知ろう！

予約

