



# 活動

enjoy & community

## パーソナルカラーを知って「似合う」を見つけよう!!



1水・15水

①10:00～12:00  
②13:00～14:30

2,000円 / ①4名②3名  
江口 友紀子



## 誰でもできる股関節の健康をサポートする運動



1水・15水

13:45～14:45

1,000円 / 10名  
田井 利昌



## エイジングレスヨガ ～ヨガで楽しく身体を動かそう～



5日

10:30～11:15

1,000円 / 13名  
Wellness Yoga



## うちの街のコンサート ～秋月のハーモニー～



5日

13:00～13:45

無料 / 40名  
丸亀市民吹奏楽団



## 50歳からの、心と身体を整える「音楽プログラム」



5日・19日

14:00～15:00

1,000円 / 20名  
合同会社 ビューアーナ



## ～はじめの一步～ やってみよう! パソコン入力



1水・15水

19:00～20:20

800円 / 4名  
学び日和-しらか-



## 話せる韓国語



2木・16木

13:30～15:00

500円 / 7名  
ケンチャナ



## 貯筋運動で健康寿命をのばそう



2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



## 初めてのオペラ名曲サロン ～歌って楽しむ40分～



5日・19日

15:20～16:00

1,000円 / 20名  
合同会社 ビューアーナ



## デニム Live! ～ふらっとみんなのヨリミチ～



5日

18:00～18:40

無料 / 30名  
丸亀市文化振興事業協議会



## 脳もカラダもリフレッシュ! カラフル体操



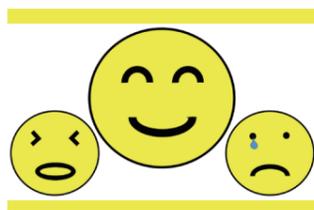
6月・16木・20日・27日

10:00～11:00

500円 / 20名  
カラフル体操



## もやもやおしゃべり ふらっとサロン



3金

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



## 生まれ!ぴっぴ子 ～お話し会～ (早産児対象)



4土

10:00～11:00

無料 / 12名  
香川県リトルベビーサークルぴっぴ子



## 心身がほぐれる 優しい朝ヨガ



5日

9:30～10:15

1,000円 / 13名  
Wellness Yoga



## シニアスマホ・タブレット・ パソコン勉強会



7火・21火

14:00～16:00

100円 / 15名  
さつきスマホ PC 倶楽部



## 眠れる身体への 背骨骨盤エクササイズ



7火・21火

19:40～20:40

1,000円 / 10名  
田井 利昌



## フィットネス、バレエ、ヨガの動きを取り入れたエクササイズ バレトン



7火・21火

20:00～21:00

1,000円 / 15名  
間 まなみ

