

らくらく貯筋体操

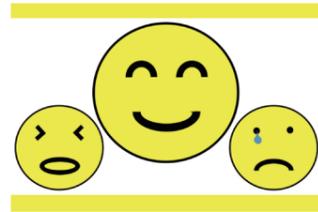


5 木

14:00 ~ 15:00

500円 / 20名
木村 圭子

もやもやおしゃべり ふらっとサロン



6 金

①17:00 ~ 17:30 ②17:30 ~ 18:00
③18:00 ~ 18:30 ④18:30 ~ 19:00

無料 / 各回1名
しげさん幸房

予約



はじめてでもわかるEQレッスン ~今更なんて言わずにころを 知って幸せになりましょう~



6 金

19:00 ~ 20:00

無料 / 10名
EQコーチ 鈴木 美紀

予約



イチからはじめるジャグリング



7 土

19:00 ~ 20:00

500円 / 5名
ジャグリング運動教室

予約



アロマワックスサシェ作り



8 日

10:00 ~ 15:00

1,000円 / 自由参加
お庭の時間

予約



スマイルトレーニング[®]で 笑顔力をUP!!



8 日・13 金

11:00 ~ 12:00

1,000円 / 6名
スマイルトレーニング[®]

予約



PICK UP!

マルタス5周年祭イベント 地域でSTOP 特殊詐欺!



7 土

10:00 ~ 11:30

無料 / 30名
丸亀市市民交流活動センターマルタス
【共催】
丸亀警察署
株式会社 百十四銀行

特殊詐欺の被害は、誰にでも起こり得る身近な問題です。自分や身の回りの大切な人が被害に遭わないためには、どうすればいいのでしょうか？ 今回のイベントでは、丸亀警察署・署員による、実際の詐欺に使われた録画やSNSを用いた最新手口の解説や、百十四銀行・行員の対応事例紹介を行います。

自分が被害者にならなくても、知識を持つことは誰かを守るきっかけになります。詐欺を「知る」ことが、守る第一歩。あなたの気づきが、家族と地域を守ります。ぜひご参加ください。

ボタニカルキャンドル入門 ~マカロンキャンドルを作ろう~



7 土

①10:00 ~ 12:00
②13:00 ~ 15:00

1,500円(2個) / 各回8名
キャンドル&フラワーアトリエ nao farm

予約



歌って元気に! ゴスペルワークショップ Vol.1 @マルタス



8 日

13:30 ~ 14:30

一般 1,000円
小中高生 500円 / 20名
スパークル・ジャイブ・クワイア

予約



50歳からの、心と身体を 整える「音楽プログラム」



8 日・28 土

14:00 ~ 15:00

1,000円 / 20名
合同会社 ビューアーナ

予約



エンジョイ!ゴスペル vol.7 @マルタス



8 日

15:00 ~ 15:30

無料 / 30名
スパークル・ジャイブ・クワイア

予約



防災 x Lounge DJ 3.11SP



7 土

14:00 ~ 15:00

無料 / 自由参加
防災 BASE

グループ楽(れき)の 童謡・唱歌講座 ~あの懐かしい歌をもう一度~



7 土

14:00 ~ 15:20

1,000円 / 40名
グループ楽

予約



安眠ヨガ 心身のリラックス



7 土

18:30 ~ 19:30

1,000円 / 10名
Wellness Yoga

予約



はじめてのオペラ名曲サロン ~歌って楽しむ40分~



8 日・28 土

15:20 ~ 16:00

1,000円 / 20名
合同会社 ビューアーナ

予約



〈コラボ企画〉春の大人の着こなし術!! 自分だけのアロマキャンドルを作って 癒されませんか?



10 火

10:00 ~ 12:00

1,000円 / 10名
山地 康子 / an.hana candle

予約



火曜日夜のボードゲーム会



10 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

