

脳もカラダもリフレッシュ！
カラフル体操

7月・14月・24月・28月



10:00 ~ 11:00

500円 / 20名
カラフル体操

まだまだ夏は終わらせ～ん！
猛暑日でも心地よく過ごせる
トップス&パンツを考えましょう。

8月



10:00 ~ 11:30

100円 / 10名
山地 康子



“楽会” RAKU-KAI
～自分の時間を自分らしく楽しむ会～

8月



13:00 ~ 14:30

無料 / 3名
(キットをお申込みされた場合 1,000円)
アトリエ・ジュシュ



日常生活で役立つ
スマホ・パソコン操作講座

10月・24月



①13:00 ~ 14:00
②14:30 ~ 15:30

無料 / 各回3名
川田 光文



これから、
韓国語をスタートしてみよう！

10月・24月



13:30 ~ 15:00

100円 / 12名
ケンチャナ



椅子ヨガで心と体を
リフレッシュ！

10月・24月



14:00 ~ 15:00

1,000円 / 20名
木村 圭子

火曜日夜のボードゲーム会

8月



18:00 ~ 20:00

300円 / 15名
さぬきファミリーゲーム倶楽部



初めての東洋思想

8月



19:30 ~ 20:30

無料 / 3名
弘演書院



心と身体を整える 夜ヨガ

8月



20:00 ~ 21:00

1,000円 / 15名
間 まなみ



誰でもかける絵手紙をかこう！

11月



13:00 ~ 15:00

1,000円 / 12名
藤原 英子



～グリーフのそばへ。～
まなびをわけあう Book cafe

12月



10:00 ~ 12:30

1,000円 / 10名
特定非営利活動法人グリーフサポートてらすば



気軽にできるやさしいヨガ
～身体も心もすっきりリセット～

12月・26月



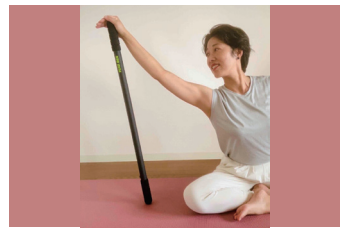
10:30 ~ 11:40

500円 / 10名
津谷 望



体をほぐしてリラックス。
気持ちいいヨガ棒

9月



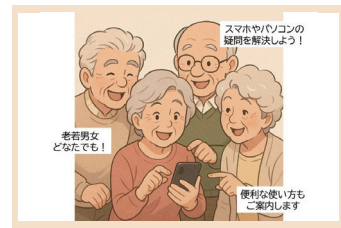
10:00 ~ 11:00

1,000円 / 8名
A.Orange yoga



スマホ・パソコンを楽しむ会

9月



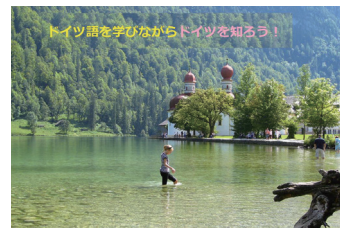
①14:00 ~ 15:00
②15:00 ~ 16:00

100円 / 各回3名
スマホ・パソコンを楽しむ会



ドイツ語を学びながら
ドイツを知ろう！

10月・24月



10:30 ~ 12:00

無料 / 9名
(資料配布の際は、100円～300円)
ドイツ語を学びながらドイツを知ろう！



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～

12月



①10:00 ~ 11:00 ②13:00 ~ 14:00
③16:00 ~ 17:00

無料 / 各回1名 (付き添い1名まで)
丸亀市市民交流活動センター マルタス



50歳からの、心と身体を整える
「音楽プログラム」

12月・27月



14:00 ~ 15:00

1,000円 / 20名
合同会社 ビューーナ



100年もつ油絵を
楽しく描こう！！

12月



15:00 ~ 17:00

1,500円 / 5名
さとみアートスクール

