

フォームローラーを使った
セルフケアと運動教室

18 ・24 ・31 



【18日】16:30～17:30
【24・31日】9:30～10:30

500円 / 10名
ゲーゲンプレス



18日



24日



31日

はじめてのカルトナージュ
～A6サイズの手帳カバーを作ろう!～

21 



13:00～15:00

1,500円 / 7名
アトリエ・シュジュ



アーティフィシャルフラワーで
熊手アレンジを作ろう

19 



10:00～12:00

2,500円 / 10名
キャンドル&フラワーアトリエ nao farm



「目で聴き、一緒にお話ししましょう!」
やさしい手話
2026 秋

22 



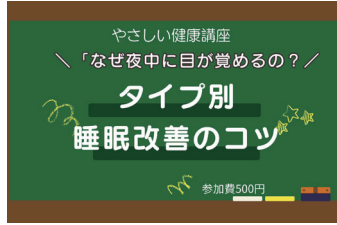
10:00～11:00

無料 / 30名
ZoomCafe (やさしい手話)
【協力】西讃ろうあ協会



50代からのやさしい健康講座
「なぜ夜中に目が覚めるの?」
タイプ別睡眠改善のコツ

21 



10:30～11:15

500円 / 10名
合同会社 ビューアーナ



やさしい俳句入門

22 



10:30～12:30

500円 / 11名
イマジン俳句会



「立ち止まる力」
～まちの心理ワークショップ～

23 



19:00～20:00

無料 / 10名
カウンセリングルーム遊



お顔の筋肉を動かして若々しさと
健康・活力を取り戻そう
～年齢を重ねても毎日楽しく過ごす体作り～

24 



11:00～12:30

1,500円 / 10名
顔ヨガ みゆき



ひろえば街が好きになる運動

24 



10:00～11:00

無料 / 自由参加
まるがめ世話やき隊
共催: 丸亀市市民交流活動センター マルタス

ボタニカルキャンドル入門
～お花の入ったキャンドルを作ろう～

24 



①10:00～12:00
②13:00～15:00

2,000円 / 各回8名
キャンドル&フラワーアトリエ nao farm



美食の街・バスクを味わう
～スペインチーズの魅力～

24 



12:00～13:30

3,000円 / 10名
Le Salon de Jaune Table



季節の星空のお話と宇宙旅行

24 



16:00～17:00

無料 / 15名
星のソムリエ松野



おとなのナイトカフェトーク

22 



19:00～21:00

無料 / 12名
丸亀朝カフェの会



マルタスうたごえ広場

23 



10:30～11:30

500円 / 30名
神余音楽教室

演劇好きな方集まれ!
～丸亀にも市民劇場を!～

23 



14:00～16:00

無料 / 20名
演劇鑑賞会 香川市民劇場



或る音盤会
～想～
2026

24 



19:00～20:00

無料 / 自由参加
或る音盤会

花あそび

25 



①10:00～11:30
②13:30～15:00

1,500円 / 各回16名
平野 豊美



楽しく学ぼう囲碁入門教室

25 



10:00～11:30

無料 / 10名
伊達 昌希

