

No.	講座名	日程	内容	講師	対象・定員	費用
1	暮らしに役立つ 東洋医学と運動	5/16・23・30 13:30~14:45 (全3回 金曜日)	鍼灸師でありスポーツプログラマーでもある講師から東洋医学の陰陽や五行(肝・心・脾・肺・腎)についての話を聞き、有酸素運動、筋トレ、ストレッチ等を動かしましょう	鍼灸師 スポーツプログラマー 鈴木 美早子	16人	
2	陶芸でつくる ミニまねき猫	5/17 10:00~12:00 (全1回 土曜日)	土をこねて陶器の小さなまねき猫をつくろう (作品のお渡しは約2ヶ月後になります)	 陶芸作家 波	10人	1000円
3	男の料理 学ぼう! イタリアの家庭料理	6/1・8 10:00~12:00 (全2回 日曜日)	鶏もも肉の猟師風ローマ煮込み、ミートボールのトマト煮込みの他2種類のパスタを学びます	イタリアンシェフ 林 伸行	男性 12人	3000円
4	四季の歌をうたおう	6/7・14 10:00~11:30 (全2回 土曜日)	春夏秋冬の童謡・唱歌をうたって日本特有の四季を感じ、心も身体も健康になろう	声楽家 吉野 真紀子	20人	100円
5	カラフルな布ぞうりを作ってみよう	6/21・28・7/5 13:00~15:00 (全3回 土曜日)	可愛いミニ布ぞうりのストラップとカラフルな布ぞうりを作ります	  布ぞうり講師 山本 直子	10人	3000円