

No.	講座名	日程	内容	講師	対象・定員	費用
1	始めましょう！ 「もう転ばない」体操	5/12・19 10:00～11:30 (全2回 月曜日)	老化は脚から… 転倒予防を目指して歩くための筋肉を 鍛えましょう！	健康運動指導士 加地 明美	65歳以上 の女性 15人	
2	フラッシュ暗算で脳を 元気に活性化！	5/22・29 10:00～12:00 (全2回 木曜日)	珠算を基礎とするフラッシュ暗算で、い つまでも健康で、元気に脳を活性化する	市川珠算振興会 副会長 新福 義任	16人	
3	苔のミニテラリウムA	5/25 13:30～15:00 (全1回 日曜日)	苔を小型ケースに植え込み、家庭で鑑賞 する	凉水庵 鈴木 敏之	10人	1200円
4	軽量PPバンドで お洒落なバッグ作り	6/2・9・16 10:00～12:00 (全3回 月曜日)	PPバンドで軽くて お洒落なバッグを作ろう	 手作りクラブ菅野講師 塚原 恵美子	10人	1600円
5	苔のミニテラリウムB	6/8 13:30～15:00 (全1回 日曜日)	苔を小型ケースに植え込み、家庭で鑑賞 する	凉水庵 鈴木 敏之	10人	1200円
6	一雅印をつくろうー 篆刻集中講座	8/1(金)・2(土)・3(日) 13:00～16:00 (全3回 3日連続)	芸術としての篆刻を印稿づくりから、印 材や印泥にも拘り、初級ながらも本格的 に学ぶ講座	篆刻家 毎日書道会会員 加藤 子直	10人	3000円