

No.	講座名	日程	内容	講師	定員	対象	費用	保険料
1	簡単マジック習得講座	11/7・14 13:00～15:00 (全2回 金曜日)	楽しみながら、マジックを覚えましょう	ミスターグッドラック 長谷川 陽一郎	10人		3,000円	
2	備えて安心！防災対策	11/10 10:00～12:00 (全1回 月曜日)	防災とは何かを改めて考え、家庭でやるべき防災対策を学びましょう	市川市元危機管理監 水野 雅雄	12人			
3	親子パン作り教室	11/16 9:30～13:30 (全1回 日曜日)	パン作りを基本から学びます 親子で美味しいパンを作ませんか	特定非営利活動法人 ヤングドアシスト	小学3年生～6年生と 保護者8組(16人)		1組 1,200 円 (材料費)	1組 100円
4	リラックスセルフケア	11/18・25 13:30～15:30 (全2回 火曜日)	やさしい呼吸法とコリや滞りをほぐす方法 で心身スッキリ	天城流湯治師 大森 ちさと	10人	女性		
5	健康のツボ！もっと知りたい睡眠と血管	11/21・28 10:00～11:30 (全2回 金曜日)	身近なところから健康について見直してみませんか	明治安田生命 保険相互会社	15人			