

# 南行徳公民館

## 2026年春・夏 公民館主催講座

No.	講座名	日程	内容	講師	定員	費用
1	相続・遺言で大切なこと	5/15 10:00~12:00 (全1回 金曜日)	相続について基本的なことを学ぶ	司法書士 明保 治男	12人	100円
2	ゆるやか 午後ヨガレッスン	5/20・27、6/3 14:00~15:30 (全3回 水曜日)	深い呼吸とリラックス作用のヨガの ポーズでストレス緩和	ヨガインストラクター 西端 真佐美	女性 16人	
3	知って安心！ 役立つ薬の知識！！	5/23 13:30~15:30 (全1回 土曜日)	薬の正しい服用・保管方法やジェリ ネック医薬品などについて学ぶ	管理薬剤師 木内 浩文	12人	
4	ハーブの寄せ植え講座	6/1 10:00~11:30 (全1回 月曜日)	数種類のハーブを使った寄せ植え を楽しもう	市川市花と緑の まちづくり財団	16人	3000円 事前集金
5	すぐに使える！ 漢方でセルフケア	6/11・18 10:00~12:00 (全2回 木曜日)	中医学の基本を知り、漢方の効能 を学ぶ	誠心堂薬局管理薬剤師 松島 達也	15人	