

| < 趣味・教養 >   | < ベビー・子ども >   |
|---|---|
| <p><b>◆シニアのためのスマイル食堂</b></p> <p>手早く出来る簡単料理から懐かしの郷土料理まで幅広く作ります</p> <p>開講日 ● 4月15日(月)・5月20日(月)・6月17日(月)<br/>10:00～12:30</p> <p>受講料 ● 1,800円 (3回分)</p> <p>教材費 ● 1,800円 (3回分)</p> <p>講師 ● 管理栄養士・フードスペシャリスト 元廣 悦子</p>  | <p><b>◆ベビー イングリッシュ クラス</b>(対象：生後6ヶ月～1歳半の親子)</p> <p>大好きなママやパパと一緒に手遊びや歌・絵本から英語を楽しみましょう！</p> <p>開講日 ● 4月4日・25日、5月2日・30日、6月6日・27日<br/>月2回木月曜日 ①10:00～10:40 ②11:00～11:40</p> <p>受講料 ● 3,600円 (6回分)</p> <p>教材費 ● 2,500円 (6回分)</p> <p>講師 ● C&amp;Cイングリッシュプラス チェリー ヒラリオ</p>  |
| <p><b>◆介護アロマテラピー入門</b></p> <p>香りでこころと体を癒し、手のひらでのコミュニケーションを取りましょう</p> <p>開講日 ● 4月17日(水)・5月15日(水)・6月19日(水)<br/>19:00～20:30</p> <p>受講料 ● 1,800円 (3回分)</p> <p>教材費 ● 1回300円程度</p> <p>講師 ● 介護アロマセラピスト 畠 経子</p>   | <p><b>◆ファーストサイン</b>(対象：生後3ヶ月～1歳半の親子)</p> <p>言葉が出る前の赤ちゃんと様々なサインを使いながら親子のやり取りを楽しんでみませんか！</p> <p>開講日 ● 4月9日・23日、5月14日・28日 火曜日 13:00～14:15</p> <p>受講料 ● 2,400円 (4回分)</p> <p>教材費 ● 2,000円 (4回分)</p> <p>講師 ● ロイヤルセラピスト協会認定講師 米田 奈津</p>                                     |
| <p><b>◆初心者のための写真の撮り方上達講座(4月～9月：6ヶ月)</b></p> <p>カメラを持っているのにうまく撮れない…使い方が分からない…そんな方へ、カメラの基本操作から技術を身に付けましょう！</p> <p>開講日 ● 4月19日・5月17日・6月21日・7月19日 ◆ ◆<br/>8月16日・9月20日 毎月第3金曜日 10:00～11:30</p> <p>受講料 ● 3,600円 (6回分) 教材費 ● 3,000円 (6回分)</p> <p>講師 ● ロケーションフォト&amp;自家焙煎コーヒー ASANO 浅野 欣也</p>  | <p><b>◆ベビママヨガ</b>(対象：生後3ヶ月～2歳の親子)</p> <p>産後の骨盤の歪みや肩こり、疲れを解消し心身のリラクセスに効果ありますよ！親子で一緒に楽しみながらヨガをしましょう！</p> <p>開講日 ● 4月12日・26日、5月10日・24日、6月14日・28日<br/>第2・第4金曜日 10:15～11:30</p> <p>受講料 ● 3,600円 (6回分)</p> <p>教材費 ● 1,200円 (6回分)</p> <p>講師 ● JAHA協会認定講師 米田 奈津</p>        |
| <p><b>◆男の料理教室</b></p> <p>～家族のため！自分のために！！～(4月～9月：6ヶ月)</p> <p>家族や自分のために、いろいろな食材を使って美味しい料理を仲間と共に作りましょう！</p> <p>開講日 ● 4月20日・5月18日・6月15日・7月20日<br/>8月17日・9月21日 第3土曜日 9:30～12:00</p> <p>受講料 ● 3,600円 (6回分) 教材費 ● 4,800円 (6回分)</p> <p>講師 ● 栄養士 土井原 由利子</p>                                    | <p><b>◆キッズ&amp;ママフラダンス</b>(対象：概ね4歳～小学生の親子)</p> <p>フラダンスは表現力や感受性を豊かにしてくれる魅力あるダンスですよ！</p> <p>開講日 ● 4月13日・27日、5月11日・18日、6月8日・22日<br/>月2回土曜日 13:30～14:30</p> <p>受講料 ● 3,600円 (6回分)</p> <p>講師 ● ハーラウフラチャコエー主宰 大西 知也子</p>    |
| <p><b>◆絵手紙(4月～9月：6ヶ月)</b></p> <p>顔彩でハガキに絵手紙を描いてみませんか</p> <p>開講日 ● 4月24日、5月22日、6月26日、7月24日<br/>8月28日、9月25日 毎月第4水曜日 10:00～12:00</p> <p>受講料 ● 3,600円 (6回分)</p> <p>教材費 ● 1,200円 (6回分)</p> <p>講師 ● 絵本作家・日本絵手紙協会公認講師 やまさき じゅんよ</p>   | <p><b>◆親子ふれあいベビーマッサージ</b>(対象：生後1ヶ月～1歳半の親子)</p> <p>オイルを使ってやさしくマッサージ♪お肌がふれあう時間は親子のコミュニケーションにピッタリですよ！</p> <p>開講日 ● 4月19日(金)・5月17日(金)・5月31日(金)<br/>10:15～11:30</p> <p>受講料 ● 1,800円 (3回分)</p> <p>教材費 ● 3,200円 (3回分)</p> <p>講師 ● ロイヤルセラピスト協会認定講師 米田 奈津</p>               |

【 申 込 方 法 】

講座申込は、電話か館内に置いている申込用紙またはハガキに希望の講座・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を記入し各講座開講日10日前まで(必着)にふれあい健康館へお申し込みください。  
当館ホームページ「各種講座」からも申し込みできます。