

# 学びすとカレッジ 講座一覧

(敬称略)

	講座名	講師	開講日	時間	定員	場所	条件など	PRポイント
1	健康運動	町運動指導職員 三浦 茉畝	月2回水曜	10:00~12:00	16人	文化センターさざ波	開講日は月ごとに皆さんと決めていきます。	ヨガやストレッチなど、健康維持を目指して楽しく体を動かしていきましょう！
2	書道	原田 幸子	月2回平日	14:00~15:00	なし	社会福祉会館	開講日は月ごとに皆さんと決めていきます。道具はお持ちのもので大丈夫です。	学ぶ内容は毛筆(漢字や仮名)や硬筆など、ご希望に添えます！
3	男の健康料理 ~入門~	町管理栄養士 太田 美穂	月1回平日	10:00~12:00	4人	保健センター	開講日は月ごとに決めます。食材などの実費が必要です。男性限定の講座です。	健康を考えた簡単にできる料理を学びます。作った料理はその日の昼食に。
4	花遊美 (はなあそび)	石田 紀子	月2回平日	午後	8人	文化センターさざ波	花材費(2,000円程度)や材料・道具代(1,000円程度)が必要です。開講日時は受講者と相談して決めます。	生花やプリザーブドフラワーを使ったアレンジメント、ハーバリウム、リースなど、花を使ったいろいろな楽しみ方を学びます。 できた作品は家に持ち帰ります。

R4.8.22現在