

受講生募集!!

4月10日(月)から受付開始
☎087(879)8993

受講ご希望の方は直接窓口にお越し下さるかお電話でお申込みください(土日祝日を除く9:00~17:00まで)

- ◆受講料は各講座とも無料です(ただし材料費・教材費は個人負担になります)
- ◆原則、先着順となります。申込み多数の場合はご了承ください
- ◆材料費の必要な講座について直前のキャンセルなどは材料費をいただく場合があります
- ◆講師や天候等の都合で(警報発令中は休講になります)日程の変更や内容の変更がある場合には改めてご連絡します

彩りの花

色鮮やかな生花を使って季節のアレンジを楽しみましょう! リーズナブルで豊富な花材も魅力です。お家を素敵に彩りましょう!

日時: 5月~2月 第3火曜日(全10回)
10:00~11:30

※変更→8月8日(火)、10月27日(金)、12月26日(火)

講師: 日笠ひとみ先生
定員: 18名
備考: 材料代1500円程度
剪定ばさみ、ごみ袋
大きめのカッター



アロマで美容コスメ作り

天然成分の精油を暮らしのなかに取り入れて美と健康を手に入しましょう!

アロマを身近に感じてコスメを手作ります!
日時: 5月~12月(全6回) 10:00~11:00

- ①5月15日(月) フェイスパックシート&ハーバルクレイパック
- ②6月19日(月) ぷるぷるジェルクリーム
- ③7月10日(月) 小豆島産セラニウムウォーターの化粧水
- ④10月16日(月) うるおいはちみつハンドクリーム&セルフハンドケア
- ⑤11月20日(月) 肌タイプ別美容オイル&セルフフェイシャルケア
- ⑥12月18日(月) リップクリーム&唇ケアシュガースクラブ

講師: 欄所直扶先生・東原恵梨香先生
定員: 10名
備考: 材料費500円~700円程度



大人の読書会

塩江の奇才~島上亘司の物語4作を読み語り合う会です

住職さんのその日の行きがかりで面白いお話も楽しみひとつです
4作...「山田蔵人」「生きる」「秋子」「大蛇」

日時: 5月~2月 第2木曜日(全10回)
10:00~11:30

講師: 早井安祥先生
定員: 18名
備考: 筆記用具



和の癒し~お香作り

季節ごとに毎回違った趣向で天然の香木を配合した和の癒し~お香作りを楽しみます

日時: 9月~12月(全4回) 10:00~11:00

- ①9月8日(金) 自分で調合する文香
- ②10月13日(金) " 匂い袋
- ③11月10日(金) 甘いお花の香りの塗香
- ④12月8日(金) 新年を迎える厄除け匂い袋

講師: 岩佐一史先生(岩佐佛喜堂)
定員: 18名
備考: 材料費1000円~1500円程度



簡単手作り! オリーブ石けん

環境にもやさしくお肌にも優しい石けんをペットボトルで簡単に手作りしてみませんか?

毎日の洗顔・お風呂が楽しみになりますよ

日時: 10月~12月(全3回)
10:00~11:30

- ①10月5日(休)
- ②11月2日(休)
- ③12月7日(休)

講師: 田中典子先生
定員: 15名
備考: 材料費700円、ペットボトル(1ℓ以上のしっかりしたもの)、よく洗って乾かした牛乳パック(1ℓ)、エプロン、タオル、ゴム手袋、筆記用具



学校では教えない歴史

学校では教えてくれない歴史の裏側、実話など興味深い内容盛りだくさんの歴史好きにはたまらない講座です!

日時: 5月~12月 第2月曜日(全8回)
10:00~11:30

※変更→8月21日(月)、10月16日(月)

講師: 上原 敏先生
定員: 18名
備考: 筆記用具



家庭のレシピ

野菜をたっぷり使った家庭料理を学びます
〇〇家のレシピにぜひ加えてください
これから料理を頑張りたい男性にも!

日時: 5月~12月 第4火曜日(全8回)
9:30~12:30

講師: 食生活改善推進協議会香南のみなさん
定員: 20名
備考: 材料費500円程度
エプロン、三角巾またはバンダナ
筆記用具



リンパコンディショニング(午前コース)

体調の改善に! 普段使わない部分を動かしリンパの流れを整えることで終わった後は身体ポカポカ気分すっきり! 今年度は午前・午後どちらか日程が選べます。
両方受講もOKです

日時: 5月~2月 第4水曜日(全10回)
10:00~11:30

講師: 木内ひとみ先生
定員: 25名
備考: ヨガマットまたはバスタオル、飲み物

リンパコンディショニング(午後コース)

今年度は午前・午後どちらか日程が選べます
両方受講もOKです

日時: 5月~1月(全5回)
13:30~15:00

- ①5月9日(火)
- ②7月11日(火)
- ③9月12日(火)
- ④11月14日(火)
- ⑤1月9日(火)

講師: 木内ひとみ先生
定員: 25名
備考: ヨガマットまたはバスタオル、飲み物



わくわく! 子ども教室

夏休みの宿題作り!
内容・日程・募集については7月初旬に学校を通じてお知らせします
お楽しみに!

日時: 7月~8月(全8回)
備考: 材料費のみ実費



キッズヨガ&English! ☆

集中力や免疫力を高めるなど、子どもの健康な心と体を育むヨガは海外では学校でも取り入れられています。アメリカで学んだ先生とコミュニケーションのための生きた英語で遊びながら心と体をほぐしましょう!

小学生対象の講座です

日時: 6月~9月(全8回) 15:30~16:30

- ①5月25日(休)
- ②6月15日(休)
- ③6月22日(休)
- ④6月29日(休)
- ⑤7月13日(休)
- ⑥7月20日(休)
- ⑦9月14日(休)
- ⑧9月28日(休)

講師: かわだゆきみ先生
定員: 10名
対象: 小学生
備考: バスタオル1枚
動きやすい服装で

