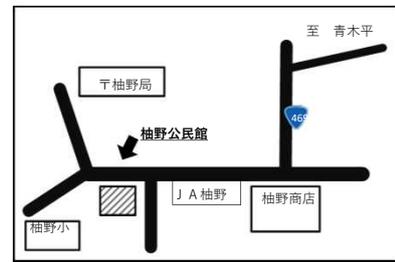


柚野公民館

Tel(0544)66-0100

〒419-0305 下柚野361-1



◆一般講座 【長期】…長期講座

事業名・講座名	内容	講師	日程	時間	定員
【長期】 ピラティス	体のコア(中心)部分の筋肉を鍛えることで、正しい姿勢を身に付け、深い深呼吸とストレッチで心を癒します。 【電子申請可】	佐野 千穂	5月9日～7月25日 金曜日(全12回) 予備日:8月1日 ----- 申し込み 4月15日～	9:30～11:30	16人
柚野ノルディック ウォーキング	基本の歩き方を学び、富士山を眺めながら柚野の里を歩きます。 【電子申請可】	佐藤 隆夫	5月23日 金曜日 予備日:5月30日 ----- 申し込み 4月17日～	9:00～12:00	12人
なごみ味噌づくり	自家製の米麴を使った味噌づくりです。 【電子申請可】	宮田 雅和 (なごみ農園)	5月28日 水曜日 ----- 申し込み 4月24日～	9:30～11:30	10人
梅ジャム作り (午前の部・午後の部)	旬の梅を使い美味しいジャム作りを学びます。 (午前・午後の部 どちらかを選んでください。) 【電子申請可】	渡邊 洋子 ほか	7月2日 水曜日 ----- 申し込み 6月4日～	(午前の部) 9:30～11:30 または (午後の部) 13:30～15:30	各6人
パン作り	家でも簡単に出来るパン作りです。 【電子申請可】	鈴木 知子	9月12日 金曜日 ----- 申し込み 8月7日～	9:30～12:30	6人

