

女性教室

☆毎月1回の教室活動
を行っています。

女性教室の皆さん



「アロマテラピーハンド
マッサージ講座」では、香
りに癒やされ、マッサー
ジのつぼを学びました。

女性教室の紹介

開催日程：第1木曜日【午前9時30分から11時30分まで】

定員：20名

講師：専属講師なし

活動内容：○移動教室(社会見学)

○市政を学ぶ(市議会傍聴)

○手作りの楽しさ(学習展出品作品作り)

○歴史を学ぶ

○健康づくり(実技又は講話)

以上を基本としているが、教室生の意見、要望など取り入れて
一年の学習計画を立てます。気軽に参加して見聞を広めましょ
う。

「一人で参加しても、そこに友がいる」

必要な物：メモを取る習慣をつけたいので、筆記用具が必要です。

会費など：0円 ※講師を依頼した場合は、謝金として徴収します。

教室生：12名

年齢層：60～80歳代

「茶道体験」でお茶の作
法を学びました。



出前講座で社会福祉協
議会の方を講師にお招
きし、「認知症」につい
て、学びました。

