

教室名・内容・対象	担当講師	教室番号・開催日時・会場・備考		定員	費用	持ち物
<b>1.笑い健康法 2.オキシトシン療法</b>	恩田 邦彦	20		20名	無料	筆記用具
1. 笑うだけで人生が明るくなる方法を伝授します。病が良くなった例も説明します。		10/2(木)				
2. 痛みや凝りがとれるタッチケアを教えます。		10:00~11:30				
対象：指定なし		仲町市民センター 会議室				
<b>カンタン遺言・相続の話</b>	彩相続相談所 藤田 孝久	21		20名	無料	筆記用具
遺言相続の基本を学ぶ		10/5(日)				
		13:00~15:00				
		産業文化センター 会議室兼研修室(2)				
対象：指定なし						
<b>ヨガ</b>	五十嵐 玲子	22		20名	無料	ヨガマット 水分 運動できる服装
気軽に楽しくヨガをします。 呼吸とともに体をゆっくり動かし、一緒に爽快感を楽しみましょう。どなたも(経験者も未経験者も)大歓迎です。		10/12(日)				
		10:00~11:00				
		弁財市民センター ホール				
対象：指定なし						
<b>着付け教室</b>	藤田 良子	23		連続講座 10名	無料	足袋、すそよけ、肌着、帯板 伊達締め(2本)、腰紐(5本) 帯締め、帯揚げ、着物 長襦袢、名古屋帯 半巾帯(希望者)
初心者の方には、わかり易く取り組みます。 初級から中級レベルの内容です。 伝統文化を引き継ぎましょう。		10/18(土) 10/25(土)				
		10:00~12:00 10:00~12:00				
		仲町市民センター 仲町市民センター 和室 和室				
対象：10歳以上女性						