



3月 教室のお知らせ

※各教室、事前受付が必要です。

1.8.15.22 (水) 13:00~16:00

クラフトカゴ・バッグ

講師：大宮裕子先生

1,000円～

26 (日) ① 10:00~11:30 ② 12:00~13:00

日本画 ①和紙の裏打ちにチャレンジ! ②ぼかしをマスターしよう!

講師：吉井ゆだね先生

①1,000円 ②1,000円

—詳しくは受付にてご確認ください—

大人のための脳トレピアノ®

講師：大塚友希先生

キーボード持ち込み 500円 700円

7.14 (火) 10:00~11:30

全2回 俳人城(じょう)の俳句教室

講師：今城真人先生

300円

13 (月) 13:00~14:30

スクラップブック

講師：しょう先生

500円

14.21 (火) 10:00~12:00

かまぼこ板に絵を描こう

講師：大森清男先生

500円

21 (火) 13:30~15:30

ことば絵

講師：松浦明郎先生

500円

2.16 (木) 10:00~11:00

心身軽やかヨーガセラピー

講師：亀田篤子先生

500円

2.9.16.23 (木) 13:30~14:25

バレトン&ウェーブストレッチ

講師：MIZUE先生

700円

2.9.16.23 (木) 14:40~15:35

ZUMBA®40&ストレッチ

講師：MIZUE先生

700円

3.10.17.24 (金) 9:30~10:20

楽しく動くダンスエクササイズ

講師：松浦波津子先生

700円

3.10.17.24 (金) 18:30~19:30

リラックスYOGA

講師：まりん先生

500円

4.11.18.25 (土) 16:30~17:30

ダンス教室 JPOPのサビの部分踊ろう!

講師：壽崎羽望(はの)先生

800円

6.13.20.27 (月) 18:00~18:50

ボディシェイプピラティス

講師：松浦波津子先生

700円

7.14.21.28 (火) 10:30~11:30

心と体のつながり、フットボールの身体操

講師都合で中止になりました。
講師：一万田結貴先生

500円

7.14.21.28 (火) 18:00~19:00

ストレスフリーな毎日を・ヨガ&ストレッチ

講師：TAYUMI先生

500円

① 15 (水) 10:00~11:30 ② 29 (水) 15:30~17:00

バランスボール ①ママ向け/②キッズ3~6歳

講師：楠目亜衣先生

①800円 ②600円 *2人目からは400円

6 (月) 10:30~12:00 24 (金) 18:00~19:30

癒しの写仏体験

担当：Safuran

350円(2回目以降100円)



お申込み・お問合せ先

宇和島市生涯学習センター
 (パフィオうわじま1階)

TEL:0895-49-5922 FAX:0895-49-5999

HP



公式SNS

