



12月 市民講座のお知らせ

宇和島市学習交流センター
パフィオうわじま
PAFIO UWAJIMA



4・18 (水) 13:00~16:00

クラフトカゴ・バッグ

講師：大宮裕子先生
各 1,000 円～

6・20 (金) 15:00~16:00

能楽を楽しむ

講師：徳本泰子先生
各 800 円

休 講

北海道産松ぼっくりとスケルトンリーフで
ポタニークリスマスツリーを作ろう

講師：AYA 先生
1,000 円

16 (月) 10:00~11:30

手形足形アート

講師：木戸はるか先生
1,200 円

17 (火) 13:30~15:00

ことば絵

講師：松浦明郎先生
500 円

7 (土) 10:00~11:30

レジンアクセサリー

講師：宇都宮恵理先生
500 円

16 (月) 13:00~14:30

スクラップブック

講師：しょう先生
500 円

7・21 (土) 13:30~15:00

着付け

講師：和田周子先生
各 800 円

12/4・18. 1/8・22 (水) 18:30~19:30

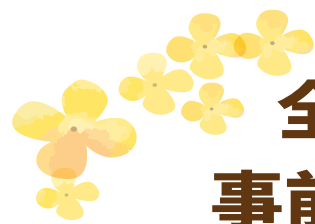
大人ピアノ・楽譜が読めて弾ける

講師：三好伸子先生
全 4 回 3,800 円

8 (日)・21 (土) 10:30~12:00

初心者向け PC (ネット犯罪対策)

講師：濱田尚美先生
各 1,000 円



全ての市民講座は
事前申込みにて受付。

受講料は各回毎と
まとめて初回精算があります。

16 (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
1,000 円

9・23 (月) 10:30~11:30

女性のためのヨガ

講師：ノビ先生
各 500 円

11・25 (水) 10:30~11:30

リフレッシュヨガ

講師：Yumi 先生
各 800 円

18 (水) 10:00~11:30

バランスボール (おやこクラス)

講師：楠目亜衣先生
800 円

12・26 (木) 10:30~11:30

ふうーっとひと休みリンパストレッチ

講師：ふう先生
各 500 円

12・26 (木) 13:30~14:25

ダンスフィットネス ZUMBA®40・ストレッチ

講師：MIZUE 先生
各 1,000 円

12・26 (木) 18:00~19:30

自力整体 & 美トレウォーキング

講師：山口郁代先生
各 1,000 円

6 (金) 10:30~11:30

からだスッキリのびのび体操

講師：一万田結貴先生
1,000 円

20 (金) 18:30~19:30

リラックス YOGA

講師：まりん先生
1,100 円

準備物が必要な講座もあります。

受付窓口にお問合せいただくか、

1F 自由工房前の申込書をご参考に☆



HP

受講申込み / パフィオうわじま 1F 宇和島市生涯学習センターまで

受付時間 / 9:00~17:00 TEL:0895-49-5922



公式SNS