

6/1 (土)

時間：10：00～15：00

場所：滝川市中央児童センター2F

(滝川市新町2丁目6-1)

リブラーン体験講座

～生涯学習を知る・体験する
～楽しもう・続けよう～



- 10：00～10：40 ★ヨガ：レファエリ長井亜香里さん
- 10：00～10：40 笑いヨガ：遠藤 恵美子さん
- 10：45～11：25 中国武術太極拳：矢野 美恵さん
- 11：30～12：10 相撲健康体操：大澤 弘規さん
- 12：15～12：55 フォークダンス：藤田 文子さん
- 13：00～13：40 ★エアロビクス：佐藤 敬司さん
- 13：45～14：25 フラダンス：田淵 ヤス子さん
- 14：30～15：00 童謡と叙情歌を歌おう！：梶原 直絵さん

誰でも無料で
体験できます！
(材料費別途)

※予約不要
運動講座は、
運動靴を
持参ください

★印は、
ヨガマット又は
バスタオルを
持参ください

パン・コーヒー
販売します



- 10:00～15:00
- 漢字の成り立ちクイズ！：山田 耕志さん
 - 将棋：藤井 比敏さん
 - 筆ペン・ボールペン：佐藤 優子さん
 - 手話：滝川手話の会
 - オカリナ：古館 孝広さん
 - ソーパークーピング：八木原 まき子さん・クローバーのアレンジメント～500円
 - 手編み：稲垣 光乙さん・かぎ針で編む『コイル編』～300円
 - 小物づくり：宮崎 裕子さん・レジンでつくる小物づくり～400円
 - ハンドマッサージ：エステたちばなさん・ハンドマッサージ他～各500円

