ゆうゆうの健康・教養・子育て事業一覧

	講　座　名	講　師　名	日　時	入館料	時　間	持参するもの
健康	健康体操	中西　亮子先生	第１・３火曜日	要	10：00から11：00	軽運動ができる服装
	日曜健康体操	内田　節子先生	第２・４日曜日	要	10：00から11：00	軽運動ができる服装
	太極拳	西田ユキヱ先生	第２・４火曜日	要	13：30から15：00	軽運動ができる服装
	貯筋運動	松藤　倫子先生	第２・４金曜日	要	14：00から15：00	軽運動ができる服装
	健美操	千葉　智子先生	第１・３金曜日	要	14：00から15：00	軽運動ができる服装・ヨガマット
教養	筆ペン	吉冨　直子（職員）	第２・４水曜日	要	10：00から11：30	材料費１００円
	手　芸	高須　里美（職員）	第１・２木曜日	要	10：00から11：30	裁縫道具・材料費（実費）
	大人の塗り絵		第１・２土曜日	要	10：00から11：30	ぬり絵の本、水彩色えんぴつ等
	折り紙	田中トシ子先生	第４火曜日	要	10：00から12：00	材料費２００円
子育て	ベビーマッサージ	荒木フサヱ先生	第３木曜日	不　要	10：30から11：30	オイル代（２００円・バスタオル２枚・飲み物） ※入館料は、いりません。
	リトミック教室	酒井　智恵先生	第１・３土曜日	要（参加費）	10：00から11：30	飲み物
	子育て・育児相談	子育て支援センター	第４木曜日	不　要	10：00から11：30	※入館料は、いりません。
	「ゆうゆう」の勉強部屋		春・夏・冬休み	要	9：30から16：30	

※入館料が必要です。