

平成28年度 いきいきセミナー スケジュール



昨年度は雷山公民館「いきいきセミナー」にご参加いただきありがとうございました。
 「いきいきセミナー」は、どなたでもご参加いただけますのでぜひ、お友だちを誘ってご参加下さい。
 今年度は、下記のスケジュールで実施いたします。よろしくお願いいたします。
 詳しい日程はらいざんだより及びハガキでお知らせいたします。

【連絡先】雷山公民館 Tel&Fax 323-0078

5月26日(木) 10時より開始	ラクラクストレッチ！～日々の生活で役にたつストレッチ～ 講師：高杉龍元さん(糸島市スポーツ係地域活動指導員)
6月28日(火) 13時より	ハンドメイドのある暮らし ～クラフトテープで小物作り～ 講師：エコファイブ 吉田 孝夫 さん
7月14日(木) 10時より	～アジアの料理 中華編 1回目～ 講師：福岡西区 「五福」 料理長 小川 英二 さん
7月24日(日) 14時より	歴史講座 「南北朝の動乱と糸島」 講師：福岡市博物館 学芸課主査 堀本 一繁 氏
9月	～アジアの料理 韓国編 1回目～ 講師：
9月 13時30分より	ハンドメイドのある暮らし ～スパイスブーケ作り～ 講師：田代 京子 さん
9月4日(日) 14時より	歴史講座 「戦国時代の糸島」 講師：福岡市博物館 学芸課主査 堀本 一繁 氏
9月下旬	ウォーキング講座！～楽しみながら歩こう～ 講師：
10月上旬	自分で出来る！～簡単体のセルフケア1～ 講師：東原宏美さん
10月下旬	簡単に出来るパン作り 講師：
10月25日	バス研修(政治学級との共催)
11月上旬	フラダンス体験講座 講師：
11月中旬	ハンドメイドのある暮らし ～折り紙細工～ 講師：田中 三香子さん
1月下旬	～アジアの料理 中華編 2回目～ 講師：
2月上旬	自分で出来る！～簡単体のセルフケア2～ 講師：東原宏美さん
2月中旬	ハンドメイドのある暮らし ～エコクラフトのお雛さま～ 講師：友岡 由美子さん
2月下旬	～アジアの料理 韓国編 2回目～ 講師：

コミュニティカレッジ

健康づくり講座

合同講座

都合により日程・内容を変更する場合があります