

参加者募集中



何か困っていませんか？

無料法律相談



日 時：12月 11日（木）13:00～15:15

相談員：秋山 裕史 弁護士（予定）

頃

内 容：交通事故、金銭貸借、不動産、相続など

法律に関する個人相談

定 員：4人（1人30分）

※予約制です（先着順） ※秘密は厳守します

＜12月4日～10日は人権週間です＞



※定員になり次第、募集は終了いたします。悪天候等により中止や変更になる場合があります。ご不便をおかけしますが、事前に確認をお願いします。（TEL：086-254-1992）

フランソ瓦DVD上映会

上映時間
12分

1月15日（木）～19日（月）

『くうとしの

～あなたがそばにいるだけで～』



△認知症の犬・しのと、介護猫・くうの

実話をもとにしたアニメ作品。

△期間中、1階ロビーにて

繰り返し上映します（無料）

『焼きたてパン教室』

日 時：12月 6日（土）
10:00～13:00



講 師：亀山 緑 さん

写真はイメージです

定 員：8人（小学生以下は保護者同伴で）

締 切：12月 1日（月）★

短期講座

内 容：惣菜系、おやつ系など数種類のパン
を5～6個焼きます♪

受講料：200円、材料費：1,000円程度
持参物：エプロン、三角巾、手ふき、マスク、

飲み物、上履き※

※足元が滑りやすい場合があります

★締切日以降のキャンセルは、材料費をお支払い
いただく場合があります

『ゆったり太極拳』

日 時：1月 26日（月）
14:00～15:30



講 師：中林 さつき さん

（太極拳 岡山県支部 支部長）

定 員：10人（小学生以下は保護者同伴で）

締 切：1月 19日（月）

短期講座

内 容：呼吸法やツボ押しも学びます。身体の
すみずみまで意識を向けて動くと、頭
の体操にもなり全身に効きます。

受講料：200円、材料費：なし

持参物：飲み物

★動きやすい格好でお越しください

『整えて腸活ヨガ』

日 時：1月 25日（日）
13:30～15:00



講 師：時光 智子さん（ヨガインストラクター）

定 員：8人（小学生以下は保護者同伴で）

締 切：1月 18日（日）

短期講座

内 容：胃腸を整えるポーズを中心とした
ゆったりとしたヨガ講座です。

お正月疲れを解消しましょう。

受講料：200円、材料費：なし

持参物：バスタオル、フェイスタオル、飲み物

★動きやすい格好でお越しください

『ハンドメイド教室』

日 時：2月 8日（日）
10:30～12:00



講 師：山田 友紀子 さん

写真はイメージです

定 員：10人（小学生以下は保護者同伴で）

締 切：2月 1日（日）★

短期講座

内 容：木を使ってひな人形を作ります。

温かみのある木製のお雛様はかわいく
てほっこりしますよ。

受講料：200円、材料費：800円

持参物：飲み物、はさみ、使いたい材料（あれば）※
※背景に使いたい紙など

★締切日以降のキャンセルは、材料費をお支払い
いただく場合があります

「ありがとう」

もらったやさしさ 次にバス

令和6年度 人権啓発標語 優秀作品 小学4年

