

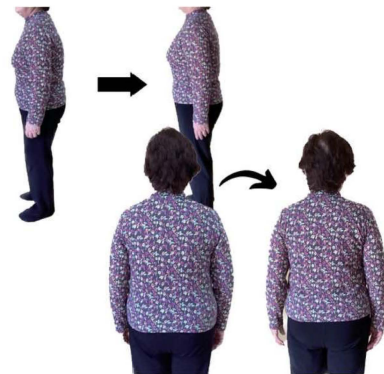
学びあいカルチャー倶楽部

「まちの先生」が講師！ 気軽に楽しく、新しいことにチャレンジしてみませんか？

姿勢改善ストレッチ講座

日時 2025 1/30(木) ① 10:00~11:00 ② 13:00~14:00 **申込期限** 1/29(水)

あなたのカラダ、歪んでいませんか？
正しい姿勢を保つことの大切さや、日常生活で簡単にできるストレッチを学び、体の歪みを改善して健康的な体を手に入れましょう。
運動が苦手な方でも安心して取り組める内容ですので、ぜひお気軽にご参加ください。



講師 小川 悠（整体師・姿勢矯正エクササイズインストラクター）

受講料 500円 **対象** 中学生以上 **定員** 各回15名

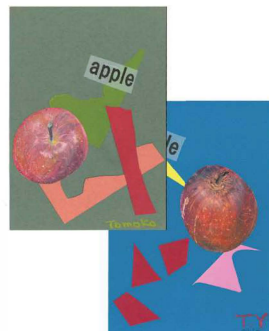
持ち物・服装 ヨガマット(お持ちの方)、飲み物、タオル、動きやすい服装

会場 A棟1階 第1集会室A・B (和室)

みて・さわって・におって・あじわって 五感でりんごを描いてみよう

日時 2025 2/9(日) ① 10:00~12:00 ② 13:30~15:30 **申込期限** 2/1(土)

「臨床美術」は、楽しみながら作品を創作することで脳を活性化し、認知症の予防やストレスの軽減、さらには子どもの感性を育むことに効果が期待できるアートセラピーの一種です。専門の講師がしっかりとサポートしますので、絵を描いたことがない方でも安心して自由に作品作りを楽しむことができます。ぜひ一緒に新しい体験をしてみませんか？



講師 山増 智子（日本臨床美術士4級）

受講料 500円 **対象** ① (子ども向け)小学生~中学生 ② (大人向け)高校生~

定員 各回15名 **持ち物・服装** 作品を入れる袋、汚れてもいい服装

会場 B棟2階 研修室B

※「臨床美術」「臨床美術士」は日本における(株)芸術造形研究所の登録商標です。

ハーバリウムレッスン

日時 2025 2/24(月・祝) ① 10:00~11:30 ② 13:30~15:00 **申込期限** 2/16(日)

美しいドライフラワーや植物をガラス瓶に詰め込んで、あなただけのオリジナルハーバリウムを作りませんか？ 特別な作品を手に入れるチャンスです。インテリアとしても素敵なハーバリウムは、お部屋に華やかさを加えてくれます。
経験豊富な講師が丁寧に指導しますので、どなたでも安心してご参加いただけます。



講師 川端 理加（ハーバリウム認定講師）

受講料 1,500円 **対象** 小学生以上

定員 各回20名 **服装** 汚れてもいい服装

会場 A棟3階 小研修室

【申込開始】

2024 12/14(土) 10:00~

※電話受付のみ(窓口での受付は行いません。)

※先着順で受付します。

※定員に達し次第、受付終了します。

※お電話でのお申し込み後、1週間以内に事務所窓口にて受講料のお支払いをお願いします。

※お支払い後のキャンセル・払い戻しはできません。

【お申し込み・お問い合わせ】

入間市産業文化センター

☎ 04-2964-8377 受付時間 8:30~21:30
FAX 04-2964-8378

〒358-0001 埼玉県入間市向陽台1-1-7

休館日 月曜日(祝日は通常通り営業)・2/29~1/3

主催:入間市産業文化センター(指定管理者:株式会社ケイミックスパブリックビジネス) 後援:入間市



入間市産業文化センター
http://www.iruma-bunka.jp/