

令和7年度 桃山ふれあいコミュニティセンター講座

開催場所・申込み・問合せ：ふれあいコミュニティセンター（TEL0736-66-1107）

| No | 講座名                | 講座内容                         | 講座回数 | 講師<br>(敬称略) | 開催曜日・開講日<br>開催時間 | 定員  | 受講料             |
|----|--------------------|------------------------------|------|-------------|------------------|-----|-----------------|
|    |                    |                              |      |             |                  |     |                 |
| 1  | 四季を彩るフラワーアレンジ      | 四季折々の生花やブリザードフラワーを使ってアレンジします | 全10回 | 松山 智津       | 第2木曜日（6月12日）     | 10人 | 1,000円<br>+別途必要 |
|    |                    |                              |      |             | 午後1時30分～午後3時     |     |                 |
| 2  | 美姿勢～アンチエイジングストレッチ～ | 身体のしくみを学び、簡単な体操で骨盤や腹筋を鍛えます。  | 全10回 | 淡路 芳久       | 第2木曜日（6月12日）     | 15人 | 1,000円          |
|    |                    |                              |      |             | 午後7時30分～午後8時30分  |     |                 |
| 3  | 季節のお菓子作り           | 地元食材を使用し、SDGsにもつながるお菓子作りです。  | 全9回  | 上岡砂予子       | 第2金曜日（6月13日）     | 6人  | 900円<br>+別途必要   |
|    |                    |                              |      |             | 午後7時～午後8時30分     |     |                 |