

昨年度の 50歳・60歳以上のかた対象の講座 一覧

...平成22年度 第1期

...平成22年度 第2期

...平成22年度 第3期

60歳以上のかた対象の講座

はじめての家庭菜園 ~野菜をプランターで育ててみよう~

あなたが主役の自分史を書く

60歳からはじめるかんたん日曜大工 ~住まいのお直し術~

太極拳

若々しいからだと脳をつくる ~筋トレ・脳トレ・リフレッシュ体操~

はじめての家庭菜園



50歳以上のかた対象の講座

おしゃれを楽しむ ~私自身が輝き、そしてまわりの人へ~

おしゃれを楽しむ ~私自身が輝き、そしてまわりの人へ~

太極拳



若々しいからだと脳をつくる
~筋トレ・脳トレ・リフレッシュ体操~

