

2024年度 かるかむ広場



吹矢体験教室

～挑戦！スポーツウェルネス吹矢～

ゲーム感覚で楽しめて、健康にも良く、体も頭もスッキリします。

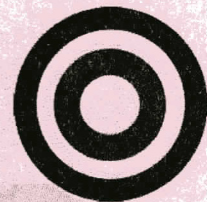
集中力も身につけて、いいこといっぱい！

近頃運動不足だな～と感じている方、大勢のご参加をお待ちしております！！

日程

6/13
(木)

6/20
(木)



6/27
(木)

7/4
(木)

7/11
(木)

場所：朝陽公民館 体育館

時間：14:30～16:00

材料費：200円 ※当日集金します

(マウス代：1回の購入で何度も使用可能)

講師：朝陽吹矢同好会の皆さん

持ち物：上履き・マウス(ある人)

※軽運動のできる服装でご参加ください。

※事前のお申し込みは不要です。

予告

～食を学ぼう～

ときめき講座

おやき&冷汁

日時 令和6年7月31日(水)9:30～13:00

場所 朝陽公民館本館 調理室

献立 おやき(二種の皮)、冷汁、芋の煮ころがし

久々のお料理教室では「おやき&冷汁」を作ります。

詳細は7月の回覧にてお知らせいたします。お楽しみに！

お問合せ 朝陽公民館 ☎243-7251