

健康

E 17

たなか ゆきこ

田中 由希子

産後ストレッチ

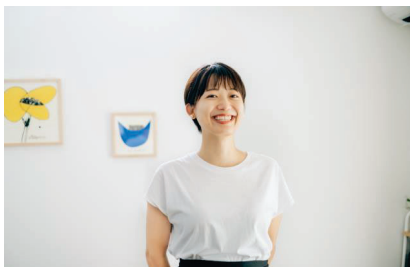
☐ 披露 ☐ 講演 ☒ 指導

活動内容:

産後のママに向けて自宅でもできるストレッチを指導し、正しい姿勢でストレッチをすることの重要性を体験いただきます。

対象者: ☒ 一般 ☐ 高齢者 ☐ 障がい者
☐ 小・中学生 ☐ 未就学児

定 員: 7人



健康

G 10

むらかみ つよし

村上 剛

親子で学ぶ論語コミュニケーション

☐ 披露 ☒ 講演 ☒ 指導

活動内容:

子どもの心に道徳心を育むことを目指し、家庭教育の中でも活用できるように親子で学ぶ論語塾です。
講座では、論語の代表的な章句を素読し、意味を解説した後に意見交換しながら理解を深めていきます。

対象者: ☒ 一般 ☒ 高齢者 ☐ 障がい者
☒ 小・中学生 ☒ 未就学児

定 員: 20人

