

初めての 資産運用とNISA

丹波
6/29(土) PM1:30 - PM3:30
丹波新聞社3F ホール

日本証券業協会
金融・証券インストラクター
久保 朋子

定員
20名

資産運用の基礎を学んでいただく初心者向けの講座です。投資の基本からNISAの活用方法まで将来の資産形成に役立つ知識を身につけたい方におすすめです。

子どもの発達講座

ー凸凹のある子どもたちと共にー

丹波
7/27(土) PM1:30 - PM3:00
丹波新聞社3F 会議室

医療法人社団清風会 香良病院
児童思春期外来 医師

定員
20名

藤田 卓文

障害と才能は背中合わせです。広い視野で子どもをみていくことができるよう、子どもの才能を伸ばすコツなどをお話します。子どもの発達が気になりな保護者の方や、子どもに関わる仕事をされている方、援助者の方はどうぞご参加ください。

- ◆臨床で行われる検査の説明
- ◆表現アートセラピー体験

お!書きそ! こども作文入門

丹波
8/10(土) AM10:00 - AM11:30
丹波新聞社3F 会議室

丹波新聞社 編集部員
古西 純

定員
10名

ワークシートでアイデアをつなげて文章を作ろう。作り方のちょっとしたコツをお伝えします。作文で自分のココロと話そう!

写真で見る丹波の自然

丹波
9/7(土) PM1:30 - PM3:00
丹波新聞社3F ホール

丹波新聞社 編集部員
太治 庄三

定員
30名

丹波、丹波篠山の両市で撮影した動植物を紹介。地域の自然の奥深さに気づくことで郷土の魅力の再発見につながります。また、どのように撮影したのかも解説します。

Tanbashiun 100th Anniversary Workshops!

悔いなく生きるための 終活セミナー

丹波篠山
7/6(土) AM10:00 - AM11:30
丹波篠山市民センター 研修室

丹波
8/24(土) PM1:30 - PM3:00
丹波新聞社3F 会議室

終活ライフケアプランナー

田邊 由記子

定員
各20名

最後まで自分らしく人生を全うするための準備として、エンディングノートを紹介します。

※両日とも同じ内容ですのでいずれかの日程をお選びください

初心者向け スマホの基礎

丹波篠山
7/20(土) AM10:00 - AM11:30
丹波篠山市民センター 研修室

丹波
9/14(土) AM10:00 - AM11:30
丹波新聞社3F 会議室

芦田集学校

下村 海

定員
各10名

スマホの基礎知識や基本操作について学んでいただきます。詐欺被害等のトラブルに遭わないための心得についても解説します。

※両日とも同じ内容ですのでいずれかの日程をお選びください

丹波人物伝

丹波篠山
7/14(日) PM1:30 - PM3:00
丹波篠山市民センター 催事場

丹波篠山の生んだ巨人『下中弥三郎』

丹波
8/3(土) PM1:30 - PM3:00
丹波新聞社3F ホール

日本のスポーツの礎を築いた丹波人
『三崎省三と西川政一』

丹波新聞社 会長

荻野 祐一

定員
各30名

やさしいヨガ

丹波篠山
7/13(土) AM10:00 - AM11:30
丹波篠山市民センター 多目的ルーム

丹波
8/31(土) AM10:00 - AM11:30
丹波新聞社3F ホール

全米ヨガアライアンス認定
RYT200取得・管理栄養士・栄養教諭

垣内 英里香

呼吸に意識を向けながらゆっくりとした動きのヨガを行います。体の状態と向き合うことで、体と心の健康作りにつながります。ヨガが初めての方でも参加できます。当日は動きやすい服装で、ヨガマットとお飲み物をご持参ください。

定員
各15名

※両日とも同じ内容ですのでいずれかの日程をお選びください

フラワー アレンジメント教室

申込締切:6月末日 丹波篠山
7/13(土) PM1:30 - PM3:00
丹波篠山市民センター 多目的ルーム

申込締切:8月末日 丹波
9/21(土) PM1:30 - PM3:00
丹波新聞社1F ホール

フラワー装飾技能士1級
公益財団法人日本フラワーデザイナー
協会本部講師

菊川 裕幸

鮮やかな季節の花々を使い、SDGsの観点から播州織りの端切れをアクセントに使ったおしゃれなフラワーアレンジメントを楽しみます。

定員
各20名

材料費1000円

※両日とも同じ内容ですのでいずれかの日程をお選びください

太極拳

丹波篠山
8/3(土) PM1:30 - PM3:00
丹波篠山市民センター 多目的ルーム

丹波
9/21(土) AM10:00 - AM11:30
丹波新聞社3F ホール

日本武術太極拳連盟公認
A級指導員・太極拳4段

小島 睦

定員
各15名

ゆったりとした動きでココロとカラダの健康づくりにチャレンジ! 初めての方もこの機会にぜひご体験を。当日は動きやすい服装で、運動シューズとお飲み物をご持参ください。

※両日とも同じ内容ですのでいずれかの日程をお選びください