

枝光南 なごみ本舗

受付開始4月8日（月）9：00～

	日時	内容	講師	定員	備考
①	6/4 (火) 13時～ 14時	いつまでも元気に 歩き続けよう！ 腰痛と膝痛の 予防と対策	製鉄記念八幡病院 整形外科部長 末永 賢也 先生	30 名	元気に外出できるアド バイスを 頂きます。 
②	6/11(火) 10時～ 12時	食べて知る！ チーズの世界 	 チーズプロフェッ ショナル協会 認定講師 広岡ちさと 先生	16 名	何気なく食べている チーズ。チーズの奥深 さを学びましょう。 (材料代 1,000円) 
③	6/18 (火) 10時～ 12時	自然に親しむ 苔玉作り	ガーデニング プロデューサー 御園 和穂 先生	20 名	育てて楽し める苔玉 作りをしましょう。 (材料代 1,500円)
④	6/27 (木) 13時～ 14時30分	お肌のトラブルに 注意！紫外線と汗 の匂い対策 	花王グループカスタ マーマーケティング ンク株式会社 所属講師	30 名	暑い季節を迎えます。 気になる紫外線と汗の 匂い対策を伝授。
⑤	7/6 (土) 10時～ 11時30分	琉球民謡と 沖縄芸能の 魅力 	琉球民謡 二代目定総合 師範 林 輝美 先生	40 名	沖縄の歴史と文化を、 琉球民謡の音楽と共に 学びます。