令和7年度　上名和公民館　10月講座予定

10月		午前						午後						夜間					
		講座名	開始時間	対象	参加費	申込	備考	講座名	開始時間	対象	参加費	申込	備考	講座名	開始時間	対象	参加費	申込	備考
1日	水	パン教室	9:45～	一般	700円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾2枚、お茶												
2日	木	健康マージャン教室	9:00～	一般	無料	必要													
2日	木	お菓子教室	10:00～	一般	1000円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾、持帰り用入れ物、お茶												
3日	金	親子スキンシップ	10:00～	未就園児と保護者	年間2000円	必要	持ち物:チラシ3枚												
3日	金	お菓子教室	10:00～	一般	1000円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾、持帰り用入れ物、お茶												
4日	土																		
5日	日																		
6日	月	休館日						休館日						休館日					
7日	火																		
8日	水	パン教室	9:45～	一般	700円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾2枚、お茶												
9日	木							ゴムバンド体操	13:30～	高齢者	無料	不要	持ち物:お茶、ゴムバンド(貸出あり)						
9日	木							フレイル予防講話	14:30～	高齢者	無料	不要							
10日	金																		
11日	土																		
12日	日																		
13日	月	休館日						休館日						休館日					
14日	火																		
15日	水	パン教室	9:45～	一般	700円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾2枚、お茶												
16日	木																		
17日	金																		
18日	土																		
19日	日																		
20日	月	休館日						休館日						休館日					
21日	火																		
22日	水	パン教室	9:45～	一般	700円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾2枚、お茶												
23日	木							ゴムバンド体操	13:30～	高齢者	無料	不要	持ち物:お茶、ゴムバンド(貸出あり)						
24日	金	トールペイント教室	10:00～	一般	1000円	必要	持ち物:エプロン、お茶												
25日	土																		
26日	日																		
27日	月	休館日						休館日						休館日					
28日	火																		
29日	水	パン教室	9:45～	一般	700円	必要	持ち物:エプロン、三角巾、マスク、布巾2枚、お茶												
30日	木							ハーバリウム教室	13:30～	一般	1000円～	必要	持ち物:ハサミ、お茶、ピンセット(あれば)						
31日	金																		