

# 光市生涯学習サポートバンク登録講師セミナー

## 良い人生は、良い睡眠から

6/17  
(水)

その知識、実は間違っているかも！？  
睡眠に関する正しい知識を、〇×クイズを交えながら楽しく  
学習します。

講師 山本 智子氏(上級睡眠健康指導士)  
開催時間 10時～11時30分  
会場 地域づくり支援センター  
募集人員 30名  
受講料 300円



## 「作る楽しみ」「使う楽しみ」を 感じましょう

7/23  
(木)

粘土をこねて自分の好きな器、オブジェを作りませんか。  
市販品では味わえない手作りの温もりを感じます。初心者、  
お子様も大丈夫です。体験してみませんか。  
作品の引き渡し予定は8月30日(日)です。

講師 陶芸クラブ 松濤窯(しょうとうがま)  
開催時間 10時～11時30分  
会場 松濤窯(光市スポーツ公園内)  
募集人員 12名(小学生から大人)  
受講料 1,000円(材料費含む)



昨年度の受講者作品

申込み・お問合せ 受講希望の方はセンター窓口・電話・FAX・メールにてお申込みください。

光市生涯学習センター 〒743-0063 光市島田四丁目14番3号 地域づくり支援センター内

TEL 0833-72-3447

FAX 0833-72-8133

メール manabing@sweet.ocn.ne.jp

応募フォームはこちら⇒

