

まなびファミリー～しおりママの場合～



子育ても一段落したし、少し自分の時間を持てるようになったから何か楽しんでできる趣味を見つけないなあ。

まずは、参加費無料の講座で続けてできそうなものを探してみよう！

そんなしおりママが
作った学習プログラムは
こちら↓



わたしのまなび「計画シート」

目標	自分の趣味を見つけよう。	
しおりママのまなびの流れ	講座名	しおりママのコメント
健康維持 体カづくり	楽しいスポーツ教室	健康維持のために。
健康維持 体カづくり	リズムテコンドー	ダイエットや護身術に体を動かしたい。
健康維持 体カづくり	月夜の講座シリーズ 「インド式ヨガ」	最近話題のヨガを体験してみたい。
余暇を楽しむ	ゴスペルワークショップ	ゴスペルを体験しステージに立ってみたい。
余暇を楽しむ	入門二胡講座	東洋のバイオリンを弾いてみたい