

府中発ファシリテーターが贈る



学び返し実践スクール



音楽やダンスでやればやるだけ 楽しくなるって本当？

初めてでも大丈夫！だって体験なんです！！
「リズム感が悪いから踊れないかも・・・」「踊りながらなんて歌えない」という方も大丈夫。自然と身体も動いて歌も歌えちゃう！！
(2022年度ファシリテーター養成講座卒)

No.1 日時：2月10日(土) 10:30~12:00

対象：小学3年~中学生(歌って踊ってみよう！)
費用：500円
定員：10名
講師：ミュージカルアクター

No.2 日時：2月10日(土) 13:30~15:00

対象：18歳以上(ポップスのダンスを踊りたい方)
費用：500円
定員：10名
講師：スカラト音楽講師

ちょっとしたアイデアであなたも 美術家？「五感で感じるアート」

「カラフルコレクション」 長方形のボードに、自分の好きな色を集めてみましょう。マスキングテープで区切られた一つ一つの世界に、オイルパステルで着色し、割りばしペンを使ってスクラッチをしていきます。

No.3 日時：2月17日(土) 10:30~12:00

対象：18歳以上
費用：1000円
定員：10名
講師：谷いづ美・長谷川麻帆(2023年度ファシリテーター養成講座修了)



パソコンの知識で キャラクターを作ろう！

PCやタブレット、スマホを使ってLINEスタンプにトライ！
4コマ漫画にも挑戦 ※アイビスペイントをダウンロード

No.4 日時：2月18日(日) 10:30~12:00

対象：小学生以上
費用：500円
定員：10名
講師：磯谷公也(2023年度ファシリテーター養成講座修了)

どこでも誰でも、椅子でも寝て でも出来る身体よろこびヨガ

呼吸に意識を向けて身体を動かし、心と身体に寄り添う心地よさを感じてみよう！運動が苦手な方も安心して参加できます。

No.5 日時：2月24日(日) 10:30~12:00

対象：18歳以上
費用：500円
定員：10名
講師：村瀬松子(2023年度ファシリテーター養成講座修了)



主催：府中市生涯学習センター

<https://fuchu.shogaigakushu.jp>

お問い合わせ先042-335-5700

(受付時間：9:00~20:30)

申込方法：右記の2次元コードより申込

※No.1~5の重複申込は不可

締め切り：2024年1月10日

定員を超えた場合は抽選となります。

当落結果はメールにてお知らせいたします。

