

## <家庭生活>

### 【美容・健康】

<b>江頭 真由美</b>	<対象者> 成人・高齢者	<曜日> 随時
健康生活に関する知識の啓蒙、ハーブに関する講話、クラフト等実技及び知識の普及		
<b>坂下 あゆ</b>	<対象者> 全市民	<曜日> 随時
リフレクソロジーやハンドリフレクソロジー・ヘッド・フェイシャル・肩のセルフケア・ベビーマッサージ・認知症予防ケア等		
<b>辻 綾子</b>	<対象者> 乳幼児、青少年、女性、成人、高齢者	<曜日> 随時
脳の活性化メソッドであるシナプソロジーを取り入れた脳と身体のいきいき体操（笑顔の時間を過ごしましょう）		

### 【料理】

<b>汲田 喜美子</b>	<対象者> 青少年・女性・成人・高齢者	<曜日> 随時
パン・お菓子についての基礎を指導		
<b>森川 寿恵</b>	<対象者> 女性・成人	<曜日> 随時
地元野菜、旬の野菜を取り入れた家庭料理、カフェ風もてなし料理やお菓子を指導		

### 【地球環境】

<b>安達 寛</b>	<対象者> 全市民	<曜日> 随時
地球環境の変動についての調査活動。永久凍土・サンゴ等のサンプリングから見る環境の変化		