

12月講座版

# 北山田地区センター

横浜市都筑区北山田 2-25-1 ☎045-593-8200

12/7

## 初めてのお灸 +椅子ヨガ ~腰痛編~

症状に合わせたお灸のポイント、椅子ヨガも併せ、身体をスッキリさせてみませんか。

時間：10:00～ 参加費：1,500円(お土産お灸付)  
講師：宋順姫・今野朋美

12/13

## 初めての金継ぎ

今話題の“金継ぎ”を体験してみませんか。  
欠けた器が蘇る・元の器より味が出る♪

時間：①9:30～ ②12:30～  
講師：柳澤綾佳 参加費：3,000円

12/9～1/27(4回)

## 四柱推命+フラワーエッセンス

四柱推命で自分を知ってみませんか。同時にフラワーエッセンスの力を学び、2023年 New Year 迎えましょう。

時間：13:00～ 参加費：3,600円(全回分)  
講師：鑑定士ゆーみん♡・木島加恵

12/16

## クリスマスパン～シュトレン～

クリスマス恒例、ドイツの伝統的な菓子パン“シュトレン”。これさえあれば、あとはクリスマスを待つのみ。

時間：9:30～ 参加費：1,800円  
講師：藤崎美穂(チュチュのパン)

12/21

## しめ縄スワッグ

お正月はもちろん！その後もおしゃれに飾れます。当地区センターでは初の作品になります。

時間：10:00～ 参加費：2,500円  
講師：宮原勇貴(株)for-yuu



申込みは講座開始日  
1か月前の10時～電話・窓口

※材料のある講座に関しましては、キャンセルは1週間前までとさせていただきます。

<https://www.tsuzuki-koryu.org/kitayamata>



特定非営利活動法人 つづき区民交流協会  
<http://www.tsuzuki-koryu.org>

※いただいた個人情報は施設利用管理の目的以外には利用いたしません。