

南飛騨健康増進センター 四美の森と里山の健康教室

令和8年度

お申し込み、お問い合わせ

南飛騨健康増進センター TEL. 0576-55-0010

受付時間 9:00から17:00

募集締め切り 各回開催日の1週間前です

ただし、「手ごね石けん作り」と「自然を生かしたリース作り」は2週間前



5/6水	楽しく弾もうバランスボール	親子で楽しめるバランスボールエクササイズ、バランスボールに座って音楽に合わせて弾みます。 バランスボールレンタル(大人500円・子供300円) (大人のみの参加も可能です)	定員	15名
9:30~10:30			実費	無料
5/23土	手ごね石けん作り (香りを楽しむ石けん作り)	アロマオイルを使って香りを楽しみながら石けんを作ります。 ※対象者:小学生以上 親子 (大人のみの参加も可能です)	定員	20名
10:30~12:00			実費	1人800円
5/31日	バードウォッチング ・森の生き物さがし	春風の香りの中、鳥のさえずりや羽ばたきの音に耳を傾けゆったりした時間を過ごします。また、森の生き物を探し自然と触れ合います。	定員	15名
9:00~11:00			実費	1人500円
11/28土	自然素材をいかした リース作り	四美の森の自然素材を使ったリースを作ります。 (クリスマス用・お正月用どちらかを選択)	定員	20名
13:00~14:30			実費	1,000円
12/12土	はなもちづくり	飛騨地方の正月を飾る「はなもち」を作ります。	定員	15名
10:30~12:00			実費	600円
1/31日	お菓子作り体験	四美の素材を使った洋菓子を作ります。	定員	8名
13:30~16:30			実費	1,500円

- ・これらの講座は、岐阜県保健医療課が開催する「親子で楽しむ健康体験講座」事業での講座です。
- ・講座の内容は令和8年4月のものであり、内容や開催日時など、予告なく変更又は中止することがあります。
- ・申し込み締め切りは、各回開催日の1週間前です。
(ただし、「手ごね石けん作り」と「自然を生かしたリース作り」は2週間前となります。)
- ・会場や持ち物については、ご予約の時にお知らせします。
- ・参加いただく際は感染症対策にご協力ください。

本講座の申し込み、問い合わせ先 岐阜県南飛騨健康増進センター

休館日 毎週火・水曜日(祝日及び5/2、8/15、16は除く)
〒509-2502

岐阜県下呂市萩原町四美1557-3

TEL 0576-55-0010

岐阜県の
公式HPでの
ご案内は
こちらから →

