

ゆる活 体験会

2026. 10. 7 水
13:30~16:50

会場：原村社会体育館・原村中央公民館

問い合わせ先：原村教育委員会生涯学習課

Tel.79-7940

**参加
無料**

一部材料費負担あり

詳しくは裏面を CHECK !

1

民謡を踊ろう！

村登録有形文化財「エーヨー節」「コ
チャかまやせの節」を習得し、伝統を継
承していきましょう！

指導：原村民謡保存会



スポーツ吹き矢体験

腹式呼吸を使って
矢を的に当ててみよう！

指導：原村スポーツ推進員



2

ZUMBA

世界各地の音楽で体を動かす
「ダンス系フィットネスエクササイズ」

指導：ZIN インターナショナルグループ

フィットネスインストラクター
(承認No.39265)



ニュースポーツ体験

「いつでもどこでもだれでも気軽に
楽しめる」ニュースポーツをやってみよう！

指導：地域おこし協力隊



今回の種目はこちら！

レッツ クッキング！

今回は、原村のセロリを使った
おいしいスイーツを作ります！

(材料費別途 200 円)

指導：学校応援団



ヨガでリラックス

ゆったりとした呼吸で心と体を
心地よく整えましょう

指導：YSC



6

※第一希望の講座には必ずご参加できるよう調整しますが、希望者が多い場合
は**中学生優先**とさせていただきます。保護者や地域住民の皆様は第一希望の
活動に参加できない場合もありますのでご了承ください。

申込はこちら

締切 10/4(日)

持ち物:運動をできる服装、上履き、タオル、水筒、

着替え(必要な人)、材料費(必要な人)



・レッツクッキング！の材料費は自己負担となります。当日現金をお持ちください。

・中学生には会場行きバスが出ます（原山ペンション方面のみ）。帰りは、通学通勤支援便を利用するかお
迎えをお願いします。利用希望者は申し込みの際に、「送迎バス利用する」にチェックを入れてください