令和８年度　沼田町教育委員会主催　第７回生きがい講座



# だれでもカンタン手品教室

【講師紹介】



奇術師
わたるんるん　先生

プロマジシャン・催眠術師
北海道を拠点に活動、マジック歴２４年
２０２５年北海道マジックコンテスト優勝
北海道観光応援隊・現役看護師



【開催要項】

♦ **12月12日（土）** ♥

♠　１３：００受付　１３：３０開始　♣

♥　生涯学習総合センターゆめっくる　２階　研修室３　♦

♣　参加無料、持ち物不要　♠

**もうすぐ忘年会・新年会シーズンですね。**
**余興として手品（マジック）はいかがですか？**
**小学生でも簡単にできるマジックを教えます。**
**ミニマジックショーも開催！**





QR コードからの
申込も可能！

＜参加申込書＞　１２月１１日（金）申込期限／当日参加も可能

| 氏　名（全員分） | 電　話（代表者のみ） |
|---|---|
| | |

令和８年度　沼田町教育委員会主催　第６回生きがい講座

リラックス効果抜群!

# アロマテラピー教室

【募集要項】
日　時　１２月１２日（土）　１０：００～１１：３０
場　所　生涯学習総合センター ゆめっくる
対　象　沼田町民の方
定　員　１０名
参加料　無料
担　当　沼田町教育委員会　木次（0164-35-2132）



■講師■
増田　さおり 先生
介護福祉士、アロマテラピーアドバイザー、アロマハンドセラピスト

■アロマテラピーとは？■
植物由来のエッセンシャルオイルを使った自然療法です。心身のリラックスに効果があります。



■実施内容■
①　アロマオイルを使用したハンドマッサージ
②　ルームスプレーづくり
③　消臭剤（芳香剤）づくり

申込はこちらからでも！

＜参加申込書＞　１２月１１日（金）申込期限／当日参加も可能

| 氏　名（全員分） | 電　話（代表者のみ） |
| --- | --- |
| | |