

初回参加費無料！

自由な発想で
手を動かして
脳から若返ろう！

大人の習い事始めませんか？

アート で 脳活

随時見学も受付中！

開催日時・場所

第2・4火曜日
13時～15時

コープみんなの診療所
2階組合員ホール
(岡山市中区乙多見101-4)

テーマは自由！鉛筆画、水彩画、油絵、デッサン等
自由に物作りを行いましょう！講師によるサポート
もあります。楽しく和やかに、アートを楽しみましょう♪

教室の様子



お花や野菜など
自分の書きたいものを
自由に書いてみよう！



講師紹介

脇本 明

岡山県内外の展覧会に
て受賞歴多数あり。
公民館等での個展開催
の実績もあり。



教室内容

13:00～13:15 絵の基本知識について
13:15～14:45 実技
14:45～15:00 講評等

持ち物

ご自身の制作に応じてご持参下さい
(画用紙、鉛筆、水彩絵の具など)

参加費

医療生協組合員500円 一般600円

ご予約・お問合せはこちら

健康づくりセンター大野辻

☎ 086-805-0335

公式LINEからのご予約



みんなで楽しく！ ゆるっと筋トレをしよう！

運動が苦手な方にもおすすめ
椅子を使用した筋トレ初級コースです



11/19(水)

14:00-15:00

場所：コープみんなの診療所
2階組合員ホール

(岡山市中区乙多見101-4)

持ち物：動きやすい服装、飲み物

参加費

岡山医療生協組合員

500円

一般の方

600円

初回限定

参加費無料

公式LINEからの
申し込みはこちら

お問合せ・お申し込み
健康づくりセンター大野辻
086-805-0335

