

# 大人のためのいきいき講座 お手玉で遊ぼう

日本の伝統文化のお手玉は、脳トレ&ストレス解消に最適と脳科学者から絶大な評価を受けています。  
一人でも楽しめるお手玉ですが、人とかかわることでさらに楽しさが広がります。ぜひ体感してみてください。

令和5年 **7月4日(火)・11日(火)**

午後1時30分～午後3時30分



申し込みはQRコード  
からも可能です

場 所 八王子市市民活動支援センター

募集人数 8名

参加費 1000円(4日・11日・2回講座です)

内 容 お手玉遊びの基本をマスターし、遊びを楽しむ  
2回目はMyお手玉作り(材料費実費)



主催 日本のお手玉の会八王子支部

八王子お手玉の会

申し込み・問い合わせ 090-3593-4047(久保)

