

資料室



HOME | 資料室 | 一般教養 | 教育カリキュラム | たいそ〜教室・出張レッスン

労働組合

労働者福祉・共済

一般教養

社会保障

労使トラブル法律相談Q&A

労働関係法

経営全般

人間関係とコミュニケーション

ライフプラン

男女共同参画

公務員関係法

日朝の歴史

7つの習慣

中東の歴史

ボランティア活動

環境活動

社会貢献活動

自己啓発

生涯学習

外交・防衛問題

資本論

教育カリキュラム

日本国憲法

たいそ〜教室・出張レッスン

富士コミュニティーカレッジ **〈イベント開催!!〉** たいそ〜教室・出張レッスン

体を動かしたいけれど、なかなか機会のない方
運動するきっかけを作ませんか
仲間が集まったらやってみましょう!!

開催日：ご相談に応じます

内容：リズムウォーキング
立って座って寝転んでのびのびストレッチング
椅子やボールを使ったストレッチング
音楽にあわせてリズムダンス・スローエアロビック
インナーマッスルエクササイズ ピラテス など



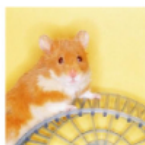
会場：運動のできる空間（内容によっては畳の上でも可）
（参加される人数が動ける広さで）

「例」 * 婦人会の健康イベント、参加者10人、公民館で
* 気のあった仲間3人、Aさんのお宅8畳間で

必要な物：上履き・タオル・敷物（バスタオル・キッチンマット等）



申込・問合せ：
（公財）富士社会教育センター
〒412-0047 御殿場市市場646
電話：0550-89-2530 FAX：0550-89-2516
担当：吉田昌代



傾聴

語り部スキル

🔍 キーワード検索はこちら

資料に関する解説やサイト内ブックマーク、簡単なクイズもできる無料会員登録のお申し込みはこちらになります。

Worker's Library 会員登録
お申し込みはこちらです。

>>一覧へ戻る

🔍 サイトマップ 🔍 このサイトについて 🔍 個人情報保護の取組みについて

🔍 ページTOPへ

TOP page

資料室

イベント情報

講師を探す

Worker's広場

関連リンク

Worker's Library 静岡で働く人のための資料閲覧サイト
JAPANESE TRADE UNION COFEDERATION DB SITE **【ワーカーズ・ライブラリー】**

Copyright© WORKER'S LIBRARY All rights reserved.