

- ・第99回／2月28日（水）ゆったり椅子ヨガ vol.10
- ・第98回／2月22日（木）声に出して読む 第2章
- ・第97回／2月17日（土）朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.18
- ・第96回／2月16日（水）happy ママ room vol.11
- ・第95回／2月10日（土）六条山カフェウォーキング部 vol.4
- ・第94回／2月6日（火）六条山カフェアナログゲーム部 vol.7
- ・第93回／2月3日（土）呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.14
- ・第92回／1月27日（土）第2回新春わたぼうし山焼きコンサート
- ・第91回／1月26日（金）happy ママ room vol.10
- ・第90回／1月24日（水）ゆったり椅子ヨガ vol.9
- ・第89回／1月20日（土）朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.17
- ・第88回／1月13日（土）六条山カフェウォーキング部 vol.3
- ・第87回／1月6日（土）呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.13
- ・第86回／12月20日（水）ゆったり椅子ヨガ vol.8
- ・第85回／12月16日（土）六条まちくさ物語 vol.1
- ・第84回／12月15日（金）happy ママ room vol.10
- ・第83回／12月9日（土）朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.16
- ・第82回／12月5日（水）六条山カフェアナログゲーム部 vol.6
- ・第81回／12月2日（土）呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.12
- ・第80回／11月22日（水）ゆったり椅子ヨガ vol.7
- ・第79回／11月19日（日）六条山カフェウォーキング部 vol.3
- ・第78回／11月18日（土）朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.15
- ・第77回／11月17日（金）happy ママ room vol.9
- ・第76回／11月4日（土）呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.11
- ・第75回／10月27日（金）happy ママ room vol.8
- ・第74回／10月25日（水）ゆったり椅子ヨガ vol.6
- ・第73回／10月22日（日）六条山カフェウォーキング部 vol.2
- ・第72回／10月14日（土）朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.14
- ・第71回／10月7日（土）呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.10
- ・第70回／10月3日（火）六条山カフェアナログゲーム部 vol.5
- ・第69回／9月30日（土）六条山カフェウォーキング部 vol.1
- ・第68回／9月27日（水）ゆったり椅子ヨガ vol.5
- ・第67回／9月16日（土）朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.13
- ・第66回／9月15日（金）happy ママ room vol.7
- ・第65回／9月2日（土）呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.9
- ・第64回／8月23日（水）『ゆったり椅子ヨガ』

- ・第 63 回／8 月 19 日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう』
- ・第 62 回／8 月 15 日（火）『わたぼうし大文字送り火コンサート』
- ・第 61 回／8 月 5 日（土）『呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体』
- ・第 60 回／8 月 4 日（金）『好きな〇〇を語ろう』
- ・第 59 回／8 月 1 日（火）『六条山カフェアナログゲーム部 vol.4』
- ・第 58 回／7 月 29 日（土）『呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体』
- ・第 57 回／7 月 26 日（水）『ゆったり椅子ヨガ』
- ・第 56 回／7 月 15 日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう』
- ・第 55 回／7 月 7 日（金）『happy ママ room』
- ・第 54 回／7 月 8 日（土）『木と錫（すず）のワークショップ』
- ・第 53 回／6 月 28 日（水）『ゆったり椅子ヨガ vol.2』
- ・第 52 回／6 月 24 日（土）『歩いてしゃべって元気になろう with ここなら vol.6』
- ・第 51 回／6 月 23 日（金）『saTomah さとまいの会 vol.1～食養生編～』
- ・第 50 回／6 月 16 日（金）『Happy ママ room vol.4』
- ・第 49 回／6 月 15 日（木）『アイシングクッキー教室 vol.9』
- ・第 48 回／6 月 10 日（土）『好きな〇〇を語ろう 第一回テーマ：インスタントラーメン』
- ・第 47 回／6 月 10 日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう vol.10』
- ・第 46 回／6 月 6 日（火）『六条山カフェアナログゲーム部 Vol.3』
- ・第 45 回／6 月 3 日（土）『わたぼうし夏越し（なごし）コンサート Vol.2』
- ・第 44 回／6 月 3 日（土）『呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 vol.6』
- ・第 43 回／5 月 26 日（金）『Happy ママ room Vol.3』
- ・第 42 回／5 月 25 日（木）『アイシングクッキー教室 Vol.8』
- ・第 41 回／5 月 20 日（土）『呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 Vol.5』
- ・第 40 回／5 月 19 日（金）『薬を使わない月経痛のセルフケア～病気がなくても痛む方へ～』
- ・第 39 回／5 月 17 日（水）『ゆったり椅子ヨガ Vol.1』
- ・第 38 回／5 月 13 日（土）『歩いてしゃべって元気になろう with ここなら Vol.5』
- ・第 37 回／3 月 25 日（土）『アイシングクッキー教室 Vol.8』
- ・第 36 回／3 月 18 日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.9』
- ・第 35 回／3 月 15 日（水）『Happy ママ room Vol.2』
- ・第 34 回／3 月 5 日（日）『歩いてしゃべって元気になろう with ここなら Vol.4』
- ・第 33 回／3 月 4 日（土）『呼吸ストレッチ 呼動（バランス）操体 Vol.4』
- ・第 32 回／2 月 22 日（水）『アイシングクッキー教室 Vol.7』
- ・第 31 回／2 月 18 日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.8』
- ・第 30 回／2 月 15 日（水）『Happy ママ room Vol.1』
- ・第 29 回／2 月 7 日（火）『六条山カフェアナログゲーム部 Vol.2』
- ・第 28 回／2 月 5 日（日）『歩いてしゃべって元気になろう with ここなら Vol.3』

- ・第27回／2月4日（土）『呼動（こどう）身体バランス操体法 Vol.3』
- ・第25回・26回／1月28日（土）『西の京高校地域創生コース企画！山焼きの日のミニコンサート』
- ・1月25日（水）「happy ママ」 ＊中止
- ・第24回／1月21日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.7』
- ・第23回／1月14日（土）『アイシングクッキー教室 Vol.6』
- ・第23回／1月8日（日）『歩いてしゃべって元気になろう with ここなら Vol.2』
- ・第22回／1月7日（土）『呼動（こどう）身体バランス操体法 Vol.2』
- ・第21回／12月17日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.6』
- ・第20回／12月10日（土）『呼動（こどう）身体バランス操体法 Vol.1』
- ・『コーヒーの淹れ方教室』 ＊中止
- ・第18・19回／12月3日（土）『アイシングクッキー教室 Vol.4-5』
- ・第17回／11月26日（土）『木工部 Vol.2 家具職人とつくるミニチェア』
- ・第16回／11月20日（日）『歩いてしゃべって元気になろう with ここなら Vol.1』
- ・第15回／11月19日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.5』
- ・第14回／11月16日（水）『六条山カフェアナログゲーム部 Vol.1』
- ・第13回／11月15日（水）『アイシングクッキー教室 Vol.3』
- ・第12回／10月19日（水）『アイシングクッキー教室 Vol.2』
- ・第11回／10月15日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.4』
- ・第10回／9月24日（土）『羊毛フェルトで、もこもこかわいい羊を作ろう』
- ・第9回／9月17日（土）『アイシングクッキー教室 Vol.1』
- ・第8回／9月17日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.3』
- ・第7回／9月3日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.2』
- ・第6回／8月27日（土）『おいしいコーヒーの淹れ方教室』
- ・第5回／8月20日（土）『朝日を浴びて、座ってできる気功をしよう Vol.1』
- ・第4回／7月23日（土）『木工部 Vol.1 吉野杉で木のスプーンを作ってカレーを食べよう WS』
- ・第3回／6月25日（土）『いすの脚カバーを編んでくださいワークショップ』
- ・第2回／5月28日（土）『骨盤体操』
- ・第1回／5月14日（土）『声に出して読む』