

# 練馬区立勤労福祉会館の講座

令和3年5月 開催

〈4月1日より受付開始!〉

講座名	日付	時間	定員	費用
体に優しい健康料理教室 (若竹煮・サラダ・あえ物・ご飯・スープ・おやつ)	5月2日(日)	13時~16時	14名	2,000円
学んで活かそうパソコン教室 (Wordで文書作成、編集、写真を入れた案内状)	5月2日・9日(日)	18時30分~20時30分	9名	2,000円
着付け教室 (裕、体型補正と長襦袢、名古屋帯で一重太鼓ほか)	5月6日・20日(木)	㊤10時~11時30分	各回 20名	1,000円
		㊦13時30分~15時		
スマホ(iPhone)の使い方を学ぼう	5月5日12日19日 26日(水)(全4回)	14時~16時	15名	4,000円
手ごねでふっくらパン教室 (チーズパン)	5月7日(金)	㊤10時~12時30分	各回 14名	2,000円
		㊦13時30分~16時		
楽しさ一杯お菓子教室 (クッキーの載ったシュークリーム)	5月8日(土)	㊤10時~12時30分	各回 14名	2,000円
		㊦13時~15時30分		
楽しく学ぼう英会話 (道案内・電車内のアナウンス)	5月8・22日(土)	10時~12時	10名	3,000円
今からはじめるイタリアン (チカティエッリ、バジルソース和え・ ひき肉ソースを乗せたズッキーニのチーズ焼き)	5月9日(日)	11時~14時	14名	2,000円
ライフプラン講座 (お薬手帳と「人生会議」の密やかな関係)	5月15日(土)	14時~16時	15名	200円 (資料代)
簡単おもてなし家庭料理 (春野菜を使った料理)	5月16日(日)	11時~14時	14名	2,000円
勤福落語会	5月16日(日)	14時~16時	80名	500円
地産地消でおいしい料理 (鶏砂肝の八角煮・ほうれん草のサラダ・カリフラ ワーとニンニクのスープ)	5月19日(水)	11時~14時	14名	2,000円
就労支援講座 (自己肯定感を高めよう!)	5月21日(金)	18時~20時	15名	無料



裏に続く

## お申込み方法

- 1 申込み用紙に必要事項を記入の上、窓口受付またはTEL（9：00～17：00）にてお申し込み下さい。
- 2 各講座とも申込順に受け付けます。定員になり次第締め切ります。
- 3 費用のかかる講座は当日集金します。  
 ※受講申込後、都合が悪くなった場合は、早めにキャンセルの連絡をお願いします。  
 無断・直前キャンセルのないようにお願いします。  
 特に料理教室の当日キャンセルは、材料調達の関係がございますので、なさないようお願いいたします。



**【講座内容のお問い合わせ、お申し込み】**

練馬区立勤労福祉会館  
 〒178-0063 練馬区東大泉5-40-36  
 TEL 03-3923-5511  
 FAX 03-3923-5512

練馬区役所 経済課 庶務係

## 勤労福祉会館講座申込用紙

《申込日》 令和 3 年 月 日

講座名			
受講希望日	月 日	希望時間帯	
ふりがな			
名前			
住所			
電話	自宅・携帯	留守番電話か、連絡のつきやすい番号を記入をお願いします。	