

平成21年度主催(定期)講座受講生募集

平成21年5月～22年3月

区分	講座名	講師	曜日・時間	内容	【別途教材費(予定額)】	定員
A (料理)	ヨーロッパの食卓	林 千代	第1土曜日 9:30～12:00	イタリアやフランスの家庭料理とお菓子作りを楽しみましょう。	【材料費月1,000円】	15
	しあわせごはん	婦人の家講師 (野菜ソムリエ他)	第2金曜日 9:30～12:00	野菜ソムリエをはじめ複数の料理研究家による楽しいレシピの紹介です。	【材料費月500～1,300円】	20
	はじめてのパン	井上満代 ほか	第1水曜日 18:30～21:00	初心者のためのパン教室です。バラエティ豊かで、まるでパンの宝石箱です。	【材料費1回1,500円】	12
B (文化・教養)	はじめての中国語	田 哲	第1・2・3水曜日 19:00～21:00	今、東洋が注目されています。中国文化に触れながら楽しく中国語をマスターしましょう。	【テキスト1,000円】	15
	楽しい英会話 (トラベル編)	ジェームズ・バックナー	第2・4土曜日 10:00～12:00	ネイティブスピーカーによる楽しい英会話レッスン。仕事や旅行に活かしましょう。	【テキスト年間5,000円】	15
	すてきなクラフト	戸田 純一	第2・4月曜日 10:00～12:00	木の素材を活かした工芸教室です。マイスプーンなど盛りだくさん。	【月1,000円年教材(彫刻刀)3,500円】	15
	写真のすすめ	長野 良市	第1土曜日 13:30～15:30	デジカメ写真講座入門編。世界に1つだけの写真集を作ります。目からウロコの写真講座です。	【年間経費3,500円】	15
	華道(小原流)	渡邊由利恵	第2・4水曜日 19:00～21:00	初心者限定です。基本を守りながらも自由に变化していける生け花です。	【1回1,000円12月は3,000円】	15
	茶道(肥後古流)	森 千鶴子	第1・2水曜日 10:00～12:00	和気あいあいと一期一会を楽しみましょう。	【1回あたり200円年教材(ふくさ等)1,000円】	15
C (健康・運動)	ママにごほうび	婦人の家講師	第2・4火曜日 10:00～12:00	ピラティスを中心に金融学習やお料理などを楽しんで学びます。	【料理時1,000円】	15
	リフレッシュ・ピラティス	岩野満喜代	第3土曜日 9:30～11:30	リハビリのために開発されたエクササイズです。体のゆがみを矯正し、筋肉を強化すると言われています。		20
	フラダンス・ポリネシアンフラ	相津 美幸	第2・4土曜日 10:00～12:00	タウスカートでなくジャージではじめるフラダンスです。2時間、良い汗かいてみませんか。		20
	骨盤エクササイズ	菅田ゆみ ほか	第2・4火曜日 19:00～21:00	骨盤のゆがみ、肩こり、腰痛を解消するエクササイズです。	【道具代2,000円】	30
	ゴルフ	井手 友一	第1・3土曜日 10:30～12:30	ゴルフをはじめて人との出会いを楽しみませんか。まずはルールから。	【打ち直し1回800～1,500円コース代は別途】	15

申込期間 4月18日(土)～24日(金)※19日は休館

- 月～金曜日…午前9時00分～午後9時
 - 土曜日…………午前9時00分～午後5時
- 24日(金)は午後5時まで

受講料 1講座につき1,000円(年間)

申込み時に徴収します。

※受講料とは別に、1人につき1,000円を婦人の家利用者連絡協議会費として後日徴収します。

※教材費等は個人負担となります。金額は講座ごとに異なります。

申込 ●家窓口で申込書に記入してください。

(電話での受付は、いたしません)

- 申込受付順とし、定員になり次第締め切ります。

(定員に満たない講座は開講しないこともあります)

- 表左の区分の同じものを複数申し込むことはできません。
- 過去に、同一講座(定期)を受講済みの方は申し込みをご遠慮ください。

開講式 平成21年5月9日(土)午前10時からの予定です。皆さまの出席をお願いします。

問い合わせ先 益城町働く婦人の家『輝(き)らめき館』

☎286-6665 FAX286-6927