

平成 29 年度いわき市勿来勤労青少年ホーム短期講座

フレッシュ講座

受講生募集

講座日程

第 1 回 1/19 (金) 18:00~20:00	「かねやまごはん」料理講習室 (1 階) 季節感あふれる食材を使用した手軽にできる調理法を習得する講座です。 ★材料費 2,000 円 (2 回分) ※持参物→エプロン、筆記用具、三角巾	講師 堀 慶子 定員 15 名
第 1 回 11/11 (土) 18:00~20:00	「Kaneyama flow yoga」 娯楽談話室 (1 階) 琉球ソングとヨガの流れる動きにエイサーも取り入れながら体を動かす講座です。 ※持参物→シューズ、動きやすい服装、バスタオルかマット	講師 高木 正子 定員 15 名
第 2 回 12/9 (土) 18:00~20:00		
第 1 回 11/14 (火) 18:00~20:00	「バドミントン」 軽運動室 (1 階) 職場での疲れをスポーツで発散しながら明日の活力を担うとともに、体力増進を図る講座です。 ※持参物→バドミントンラケット、シューズ、動きやすい服装	講師 石井 美恵 定員 15 名
第 2 回 12/14 (木) 18:00~20:00		

- 場 所：いわき市勿来勤労青少年ホーム
- 対 象：近隣事業所の新入社員
- 募集定員：各講座 15 名 (各事業所 5 名 ※複数講座の受講可能)
- 募集期間：平成 29 年 10 月 16 日 (月) ~ 11 月 6 日 (月)
- 申込方法：「講座申込書」に必要事項を記入の上、直接持参、F A X のいずれかの方法で下記受付先まで提出願います。

いわき市勿来勤労青少年ホーム

開館時間 9 時~21 時 (日曜は 17 時まで)

いわき市金山町朝日台 1 番地 TEL・FAX 0246 (63) 2879