

# 平成29年度 講座一覧

## 年間講座

いわき市勿来勤労青少年ホーム

講座名	曜日	定員	時間 講座期間	材料費	場所	準備物
まかない料理 堀 慶子 先生	第1月曜	15	18:00～20:00 5月～12月	5,000円(一括前納)	料理講習室	エプロン
華道(池坊) 山崎 警子 先生	第3月曜	15	18:00～20:00 5月～2月	1回 1,000円(翌月前前納)	娯楽談話室	花バサミ
茶道(裏千家) 馬上シヅエ 先生	第4月曜	15	18:00～20:00 5月～12月	4,000円(一括前納)	和 室	ふくさ
着付け 馬上由美子 先生	第2・4火曜	15	18:00～20:00 5月～2月	無 料	和 室	着物 肌襦袢 裾よけ 長襦袢 足袋 腰紐4 伊達2 半巾帯 タオル4
シェイプアップwith Dance 柴藪 典子 先生	第1・3水曜	15	18:00～20:00 5月～2月	無 料	軽運動室	足首に負担のかからないシューズ 動きやすい服装 バスタオルかマット
パッチワーク 菅原 雅美 先生	第1・3金曜	15	18:00～20:00 5月～12月	費用は回ごとに変動	娯楽談話室	裁縫道具一式
バドミントン 石井 美恵 先生	第1・3木曜	15	18:00～20:00 5月～2月	年間 1,000円(前納) シャトル代として	軽運動室	ラケット シューズ 動きやすい服装
ヨガ 高木 正子 先生	第1・3木曜	15	18:15～20:00 5月～2月	無 料	研修室	ヨガマット
フラワーアレンジメント 渡邊 久美子 先生	第4木曜	15	18:00～20:00 5月～2月	1回 1,500円(翌月前前納)	娯楽談話室	花バサミ
バランスボール・ピラティス 高木 正子 先生	第2木曜	15	18:15～20:00 5月～11月	無 料	軽運動室	ヨガマット・ボール(希望者は1,000円前納で購入)
手づくりパン 内ヶ崎 春江 先生	第2土曜	10	10:00～12:00 5月～12月	3,000円(一括前納)	料理講習室	エプロン・三角巾・筆記用具
料理 堀 慶子 先生	第3土曜	15	10:00～12:00 5月～12月	5,000円(一括前納)	料理講習室	エプロン
ビーズアクセサリー 村田 智子 先生	第2月曜	15	18:00～20:00 6月～12月	費用は回ごとに変動	娯楽談話室	はさみ工具等
タヒチアン&エアロビエクササイズ 宮崎 浩子 先生	第2・4水曜	15	18:30～20:00 5月～12月	無 料	娯楽談話室	動きやすい服装(ストレッチパンツ・くるぶしソックス滑止付)

## 短期講座

イベント料理 堀 慶子 先生	土曜	15	10:00～12:00 2回(1月と2月)	2,000円(一括前納)	料理講習室	エプロン・ふきん
かねやまごはん 堀 慶子 先生	金曜	15	18:00～20:00 2回(1月と2月)	2,000円(一括前納)	料理講習室	エプロン・筆記用具・三角巾
Kaneyama flow yoga 高木 正子 先生	土曜	15	18:00～20:00 2回(11月と12月)	無 料	娯楽談話室	シューズ・動きやすい服装・バスタオルかマット
バドミントン 石井 美恵 先生	火曜/木曜	15	18:00～20:00 2回(11月と12月)	無 料	娯楽談話室	バドミントンラケット・シューズ・動きやすい服装

※受講料は無料です。

※詳しい日程については「平成29年度 講座日程表」でご確認ください。

# 平成29年度 講座日程表

いわき市勿来勤労青少年ホーム

区分	講座名	5月		6月		7月		8月		9月		10月		11月		12月		1月		2月		実施回数
		日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	
年間講座	まかない料理	8(第2)		5		3		7		4		2		6		4						8
	華道(池坊)	15		19		22(土)		21		11(第2)		16		20		18		15		19		10
	茶道(裏千家)	22		26		24		28		25		23		27		25						8
	着付け	16(第3)	30(第5)	13	27	11	25	1(第1)	29(第5)	12	26	10	31	14	28	12		16(第3)		13		17
	シェイプアップ	17		7	21	5	19	2	16	6	20	4	18	1	15	6	20	17			7	17
	パッチワーク	19		9	16	7	21	4	18	1	15	6	20	17		1	15					14
	バドミントン	18		1	15	6	20	3	17	7	21	5	19	2	16	7	21	18		1		17
	ヨガ	18		1	15	6	20	3	17	7	21	5	19	2	16	7		18		1		16
	フラワーアレンジメント	25		22		27		24		28		26		30(第5)		28		25		22		10
	バランスボール・ピラティス	11		8				24	31(第5)	14	28	12	26(第4)	9								9
	手づくりパン	13		10		22				9		14		11		9		20				8
	料理	20		17		15		19		2		21		18		16						8
	ビーズアクセサリー			12		31(第5)		14		11		30(第5)		13		11						7
	タヒチアンダイエット	10	31(第5)	14	28	12	26	9	23	13		11		8		13						12
短期	イベント料理																	27		24		2
	かねやまごはん																	19		16		2
	Kaneyama flow yoga													11		9						2
	バドミントン													14		14						2

各講座、上記の日程で実施致しますので講座生の皆様は日程を確認のうえ調整して下さい。

また、材料費を徴収する講座に関しては材料購入の都合上、欠席の3日前の午前中までに施設までご連絡下さい。

【例】5月8日実施予定の「まかない料理」の欠席の連絡は5月5日の午前中までとします。(ただし、5日は祝日のため6日の午前中とします)】

なお、講座の日程はホーム及び講師の都合により変更させていただく事もございますので、予めご了承下さい。