

# 練馬区立勤労福祉会館の講座

令和8年3月 開催

＜ 2月1日より受付開始！＞



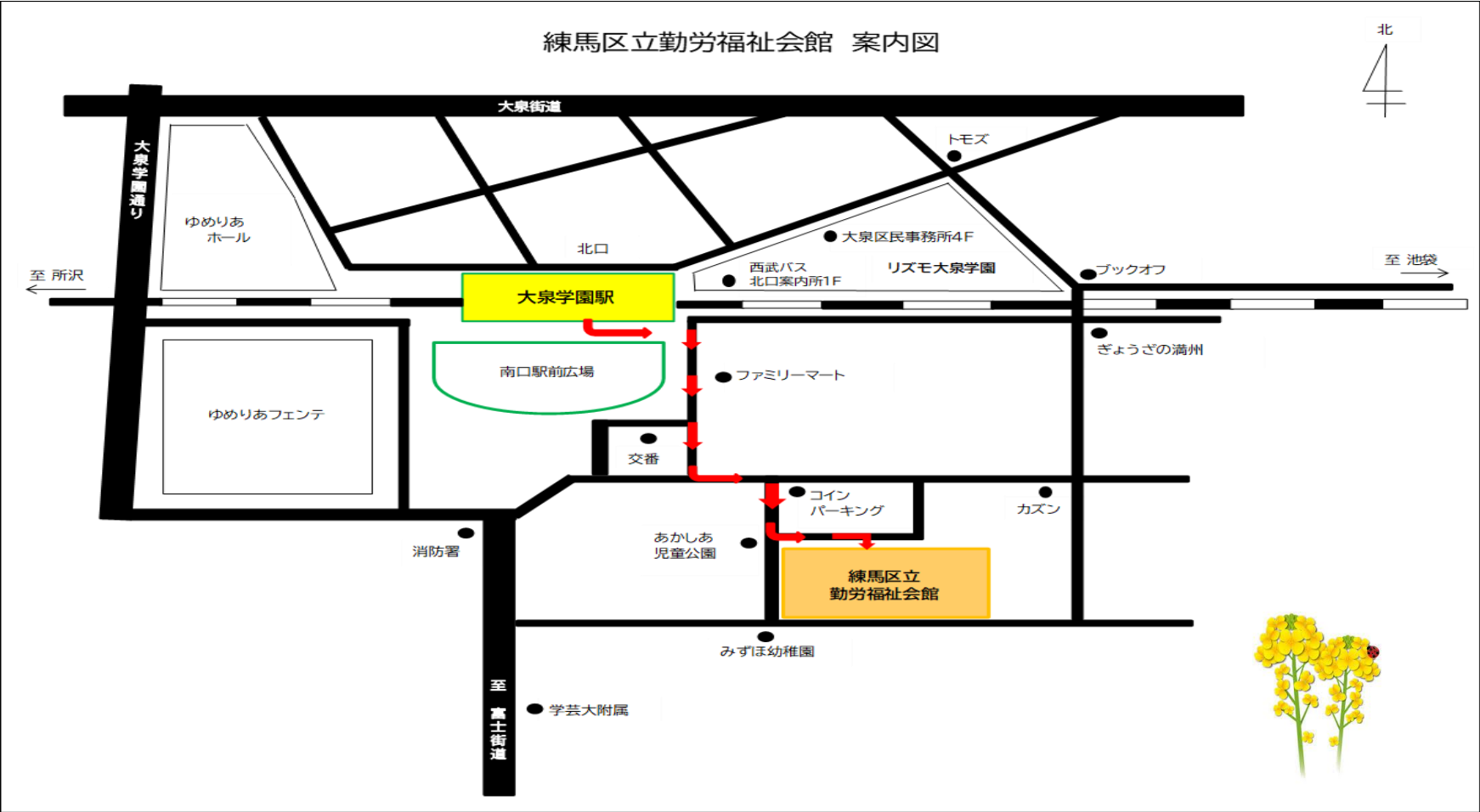
講 座 名	日 付	時 間	定員	費 用
着 付 け 教 室 (名古屋帯、袋帯で今までの結び方の復習)	3月 5日 (木)	10時～11時30分	各回 20名	各回 1,000 円
	3月19日 (木)			
天 然 酵 母 パ ン 教 室 (よ も ぎ あ ん ぱ ん )	3月13日 (金)	㊤ 10時～12時30分	各回 16名	2,500 円
		㊦ 13時30分～16時		
勤 福 ポ ッ チ ャ 体 験 会	3月13日 (金)	13時30分～15時30分	30名	無料
就 労 支 援 講 座 (セカンドキャリアに向けて準備しよう！)	3月13日 (金)	18時～20時	30名	無料
簡 単 お も て な し 家 庭 料 理 (基本のミートパスタ・カリフラワーの甘酢サラダ・チーズパン粉の卵スープ・簡単バナナマフィン)	3月15日 (日)	11時～14時	16名	2,500 円
スピードクッキング教室ビギナーズ (ガパオライス《目玉焼きをのせて》・ソムタム《タイ風サラダ》・スープ)	3月20日 (金)	18時30分～20時30分	16名	2,500 円
失 敗 し な い お 菓 子 教 室 ( ソ フ ト ク ッ キ ー )	3月21日 (土)	㊤ 10時30分～12時30分	各回 8名	3,000 円
		㊦ 14時～16時 (小学生以上)		
ラ イ フ プ ラ ン 講 座 (「エンディングノート」～なぜかくの？～)	3月21日 (土)	14時～16時	30名	200 円 (資料代)



申込フォームは裏面

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（9：00～21：00）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、なさら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

《申込日》 令和 8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お願いします。		