

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 ボ 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 单 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 執務係

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。 | | |