

# 練馬区立勤労福祉会館の講座

令和8年7月 開催

〈6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 (半幅帯で、蝶々、文庫、一文字、貝ノ口)	7月2日(木)	10時~11時30分	各回 20名	各回 1,000円
	7月16日(木)			
天然酵母パン教室 (玄米ロールパン)	7月10日(金)	㊤ 10時~12時30分	各回 16名	2,500円
		㊦ 13時30分~16時		
失敗しないお菓子教室 (ブルーベリームース)	7月11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)		
スピードクッキング教室ビギナーズ (オイルサーディンと野菜のおしゃれなパスタ・ズッキーニポト (くりぬいて詰め物してピザ風にします)・夏の爽やかサラダ)	7月17日(金)	18時30分~20時30分	16名	2,500円
就労支援講座 (自分の強み、自分らしさを発見しよう!)	7月17日(金)	18時~20時	30名	無料
ライフプラン講座 (人生100年時代、知って得する年金講座)	7月18日(土)	14時~16時	50名	200円 (資料代)
簡単おもてなし家庭料理 (チキンピラフで作るオムライス・ツナとブロッコリーのサラダ・スープ・みかんの牛乳かん)	7月26日(日)	11時~14時	16名	2,500円
発酵教室 (金山寺味噌)	7月31日(金)	10時30分~12時30分	16名	2,500円



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をお願いします。	