

練馬区立労働福祉社会館の講座

令和7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
学んで活かそうパソコン教室 (インターネットやクラウドサービスを活用しよう。パソコンのセキュリティーを考えよう)	3月2・9日(日) 全2回	18時30分~20時30分	6名	2,000円
基礎から始めるパソコン教室 (PCの基礎・インターネット・メール(Gメール)の使い方・クラウドの利用とWord、Excelの基礎)	3月5・12・19・26日 水曜日 全4回	14時~16時	6名	4,000円
着付け教室 (着物は袴、下着、補正、長襦袢、着物を丁寧に!帯は袋帯、名古屋帯、半幅帯、今までの結び方の復習)	3月 6日(木) 3月 20日(木)	10時~11時30分	各回 20名	各回 1,000円
天然酵母パン教室 (抹茶パン)	3月 7日(金)	Ⓐ 10時~12時30分 Ⓑ 13時30分~16時	各回 16名	2,500円
失敗しないお菓子教室 (いちごのスコップケーキ)	3月 8日(土)	Ⓐ 10時30分~12時30分 Ⓑ 14時~16時(小5以上はお子さんだけでも、小4以下保護者同伴で)	各回 8名	2,500円
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 14日(金)	18時~20時	30名	無料
ライフプラン講座 (一度きりの人生、終わり良ければ全て良し!~「終活支援アドバイザー」の役割とは?~)	3月 15日(土)	14時~16時	50名	200円 (資料代)
簡単おもてなし家庭料理 (ポークジンジャー・春野菜のソテー・豆ご飯・汁物・バナナのむしパン)	3月 16日(日)	11時~14時	16名	2,000円
スピードクッキング教室ビギナーズ (鶏肉とカラフル野菜のハーブオーブン焼き・鮭のムニエル・白菜とわかめのスープ)	3月 21日(金)	18時30分~20時30分	16名	2,000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 廉務係

勤労福祉会館講座申込用

《申込日》 令和 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。		