

練馬区立勤労福祉会館の講座

令和4年12月 開催

〈11月1日より受付開始!〉



| 講座名 | 日付 | 時間 | 定員 | 費用 |
|--|----------------------------------|----------------|-----------|--------|
| 働き方改革講座 (多様な働き手と多様な働き方で人手不足の解消を) | 12月9日(金) | 18時~20時 | 30名 | 無料 |
| 知って役立つ労働法 (雇用の契約更新・終了と失業保険講座) | 12月16日(金) | 18時~20時 | 30名 | 無料 |
| 基礎から始めるパソコン教室 (PCの基本・インターネット・メールの使い方 クラウドの利用とWord、Excelの基礎) | 12月7日・14日 21日・28日(水) (全4回) | 14時~16時 | 6名 | 4,000円 |
| 学んで活かそうパソコン教室 (Excelで表計算、関数計算、グラフ作成をしてみよう その1 その2) | 12月4日・11日(日) (全2回) | 18時30分~20時30分 | 6名 | 2,000円 |
| 元気はつらつ生活講座 (若さを保つ!いきいき食生活) | 12月13日(火) | 13時30分~15時30分 | 30名 | 無料 |
| 体に優しい健康料理教室 (おせち料理・お煮しめ・フルーツきんとん ・具たくさんのおすまし汁・おやつ) | 12月4日(日) | 13時~16時 | 16名 | 2,000円 |
| 手ごねふっくらパン教室 (クリスマスパン) | 12月9日(金) | Ⓐ10時~12時30分 | 各回 16名 | 2,000円 |
| | | Ⓑ13時30分~16時 | | |
| 失敗しないお菓子教室 (キャンドル風クリスマスケーキ) | 12月10日(土) | Ⓐ10時30分~12時30分 | 各回 16名 | 2,500円 |
| | | Ⓑ14時~16時 | | |
| 今からはじめるイタリアン (ジプシー風ブカティーニ、マリナーソース 和え・イタリアで有名な焼豚料理アリスタ) | 12月11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 (えびと野菜のオープン焼き《ハーブ風味》・ きのこクリームパスタ・クリスマスの日の前菜 《小さなカプレーゼ等》) | 12月16日(金) | 18時30分~20時30分 | 16名 | 2,000円 |
| 簡単おもてなし家庭料理 クリスマス料理 (ロールキャベツ・レタススープ・フルーツサラ ダ・ハムピラフ・レーズンパウンドケーキ) | 12月18日(日) | 11時~14時 | 16名 | 2,000円 |



裏面に続く

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紙

《申込日》 令和4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。 | |