

練馬区立勤労福祉会館の講座

令和7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
着 付 け 教 室 (袋帯で、二重太鼓、本角出し)	12月 4日(木)	10時~11時30分	各回 20名	各回 1,000円
	12月18日(木)			
失 敗 し な い お 菓 子 教 室 (ショートケーキ)	12月 6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)		
簡 単 お も て な し 家 庭 料 理 (クリスマス料理: タンドリーチキン・ハム ときのこのピラフ・ミニトマトとチンゲンサイ のソテー・ラ・フランスのコンポート)	12月 7日(日)	11時~14時	16名	2,500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 9日(火)	13時30分~15時30分	30名	無料
天 然 酵 母 パ ン 教 室 (シュトレン)	12月12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 (ターゲットの白いボール目指し、ボールを投げ合い、勝敗を競うゲームです。)	12月12日(金)	13時30分~15時30分	30名	無料
働 き 方 改 革 講 座 (~人生100年時代に向けて~ 聞いて得する定年後就労のポイントと 注意点)	12月12日(金)	18時~20時	30名	無料
スピードクッキング教室ビギナーズ (アクアパッツァ《イタリアンを楽しもう》 クリスマスバージョン・甘酢テリヤキチキン・クリスマスサラダ・クロスティーヌ)	12月19日(金)	18時30分~20時30分	16名	2,500円
知 っ て 役 立 つ 労 働 法 (雇用契約の更新・終了と失業保険講座)	12月19日(金)	18時~20時	30名	無料



申込フォームは裏面に

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 7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。		