

練馬区立勤労福祉会館の講座

令和8年6月 開催

〈5月1日より受付開始!〉



講座名	日付	時間	定員	費用
経営分析講座 (知識ゼロ・数字が苦手でも眠れないほど面白い経営分析)	6月3・10・17日(水)	18時30分~21時30分	30名	無料
着付け教室 (名古屋帯で一重太鼓)	6月4日(木)	10時~11時30分	各回 20名	各回 1,000円
	6月18日(木)			
骨盤のゆがみ改善エクササイズ (骨盤の中から整え、ゆがみ改善、若さを保つ)	6月8日(月)	10時~12時	35名	無料
元気はつらつ生活講座 (物忘れが気になったら~脳を若く保つヒント)	6月9日(火)	13時30分~15時30分	30名	無料
天然酵母パン教室 (レモンクリームチーズパン)	6月12日(金)	Ⓐ 10時~12時30分	各回 16名	2,500円
		Ⓑ 13時30分~16時		
知って役立つ労働法 (労働者のための労働法の基本ルール)	6月12日(金)	18時~20時	30名	無料
失敗しないお菓子教室 (ビスコッティ)	6月13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 (鱈のピカタ(野菜2種を添えて)・サルサ風サラダ・色々野菜のスープ)	6月19日(金)	18時30分~20時30分	16名	2,500円
働き方改革講座 (労働契約の基礎知識と兼業・副業・隙間バイトの注意)	6月19日(金)	18時~20時	30名	無料
キャリア開発講座 (スマホで簡単!気軽に使おうAIを!~ちょっとしたコツでAIはあなたの召使いになります)	6月20日(土)	14時~16時	50名	200円(資料代)
簡単おもてなし家庭料理 (豚カツを作ろう!大葉の豚カツ、トマトサラダ豆腐とネギのみそ汁 あずきかん)	6月21日(日)	11時~14時	16名	2,500円
勤福ポツチャ体験会 (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)	6月26日(金)	13時30分~15時30分	30名	無料
発酵教室 (発酵あんこの作り方・発酵スイーツ)	6月30日(火)	Ⓐ 10時30分~12時30分	16名	2,500円
		Ⓑ 13時30分~15時30分		



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。

特に料理教室の前日当日キャンセルは、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。	