

練馬区立勤労福祉会館の講座

令和5年11月開催

〈10月1日より受付開始!〉



講座名	日付	時間	定員	費用
スマホ (iPhone) の使い方を学ぼう! (iPhone スマホの基本から便利な機能までを学びます)	11月1・8・15・22日(水) 全4回	14時~16時	20名	4,000円
着付け教室 (袴・袋帯《希望があれば名古屋帯も》)	11月2日(木)	10時~11時30分	各回 20名	各回 1,000円
	11月16日(木)			
学んで活かそうパソコン教室 (Wordを使って文書を作成、 編集してみよう その1、その2)	11月5日・12日(日) 全2回	18時30分~20時30分	6名	2,000円
はじめての手話講座 (挨拶など入門レベルです)	11月12・26日(日) 全2回	14時~16時	30名	2,000円
就労支援講座 (対人関係を改善しよう!)	11月17日(金)	18時~20時	30名	無料
ライフプラン講座 (人生90年、100年時代のセカンドライフの充実~健康寿命、資産寿命、エンディングノートの書き方実践~)	11月18日(土)	14時~16時	30名	200円 (資料代)
天然酵母パン教室 (ピーナッツロール)	11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 (モンブランケーキ)	11月11日(土)	Ⓐ10時30分~12時30分	16名	2,500円
		午後のⒷは行いません		
スピードクッキング教室ビギナーズ (肉巻きエリンギのチリソース、秋のきのこの バルサミコ酢マリネ、アルファルファ・スプラウト・トマトのフレッシュサラダ)	11月17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 (タラの甘酢あん、りんごと白菜のサラダ、ゆずの蒸しケーキ、なめこのみそ汁、さつまいも塩昆布の炊き込みご飯)	11月19日(日)	11時~14時	16名	2,000円



申込フォームは裏面

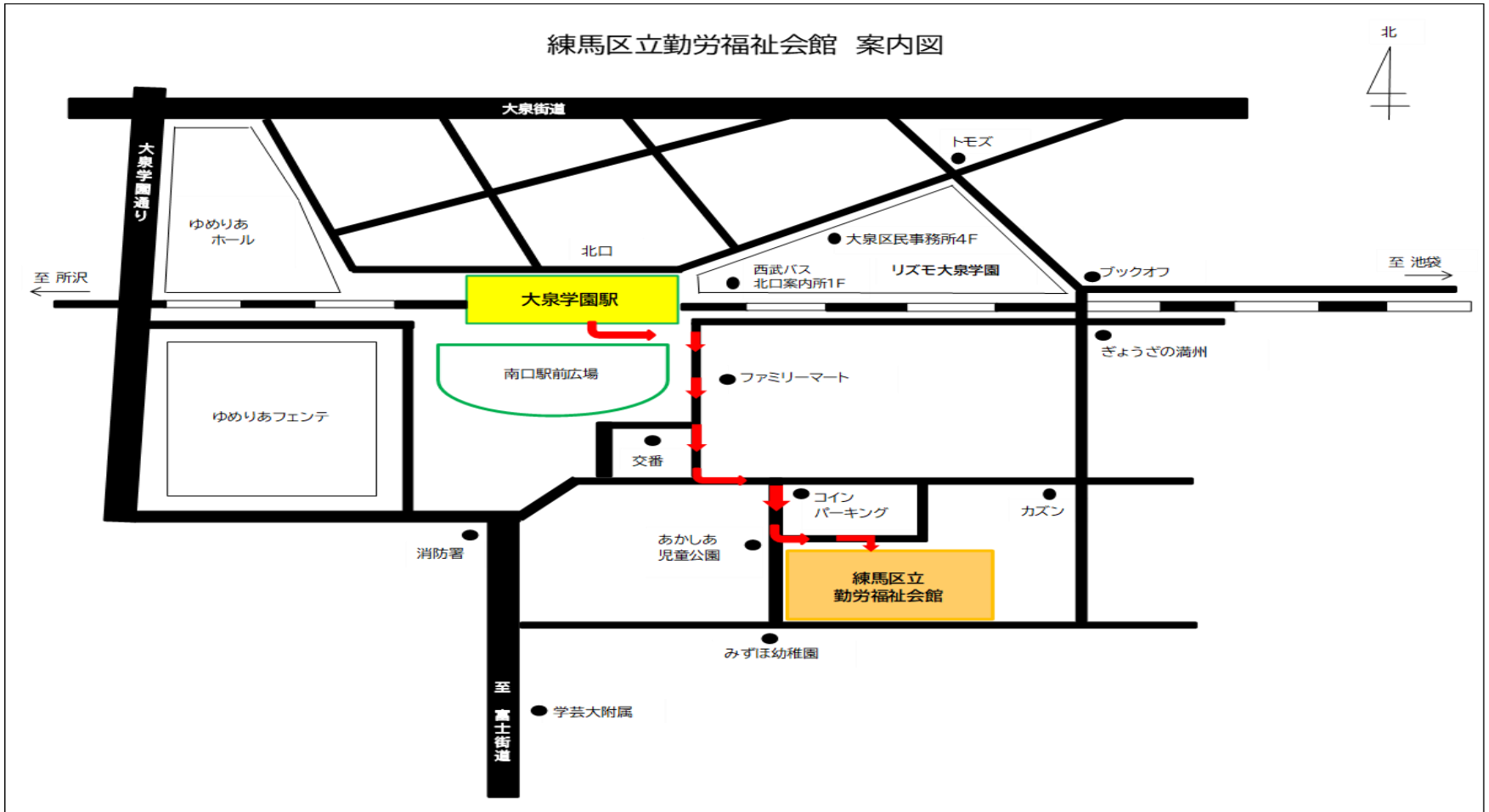
お申込み方法

- 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 庶務係

勤労福祉会館講座申込用

《申込日》 令和 5 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。	