

練馬区立勤労福祉会館の講座

令和5年5月 開催

〈4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 (Wordを使って文書を作成、編集してみよう その1 その2)	5月7・14日(日) 全2回	18時30分~20時30分	6名	2,000円
スマホ(iPhone)の使い方を学ぼう (iPhoneの基礎から始めるスマホ教室)	5月3・10・17 ・24日(水)全4回	14時~16時	20名	4,000円
エアロビクス教室(初級) (ダイエット効果や体力アップ、代謝アップ)	5月9・16・23・30日 6月6・13・20・27日 毎週火曜日 全8回	㊤ 14時~14時45分	各回 20名	4,000円
		㊦ 15時~15時45分		
就労支援講座 (自己肯定感を高めよう!)	5月19日(金)	18時~20時	30名	無料
ライフプラン講座 (老後のマネープラン~年金制度改正等により年金生活や働き方がどうなる?)	5月20日(土)	14時~16時	30名	200円 (資料代)
手ごねふっくらパン教室 (バターロール)	5月12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 (フィナンシェ)	5月13日(土)	㊤ 10時30分~12時30分	各回 16名	2,500円
		㊦ 14時~16時		
スピードクッキング教室ビギナーズ (豚ロース肉のねぎ塩包み・チンゲン菜のミルク煮 ・パプリカピーマンのカラフルマリネ)	5月19日(金)	18時30分~20時30分	16名	2,000円



申込フォームは裏面に

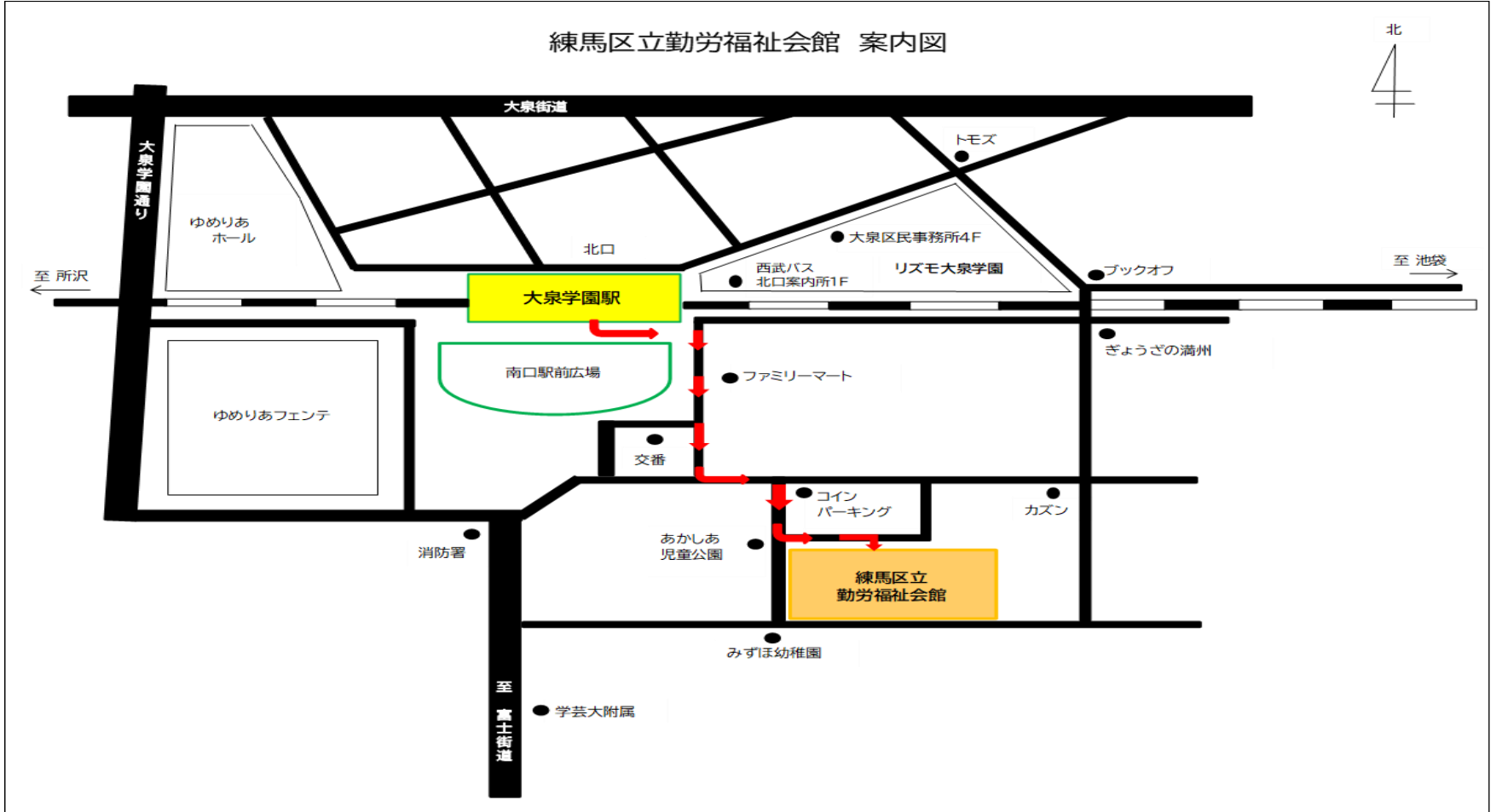
お申込み方法

- 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 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。	