

# 練馬区立勤労福祉会館の講座

令和5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<br>(財務諸表等の読み方を学ぶ)   | 6月2・9日(金)<br>全2回        | 18時~22時        | 50名       | 無料            |
| 太極拳でいきいきライフ<br>(中国健康運動法で生き生きライフ)                                     | 6月3・10・17<br>・24日(土)全4回 | 10時~11時30分     | 35名       | 3,000円        |
| 学んで活かそうパソコン講座<br>(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)                | 6月4・11日(日)<br>全2回       | 18時30分~20時30分  | 6名        | 2,000円        |
| 骨盤のゆがみ改善エクササイズ   | 6月5日(月)                 | 10時~12時        | 30名       | 無料            |
| 基礎から始めるパソコン教室<br>(PCの基礎・インターネット・メール(Gメール)の使い方・クラウドの利用とWord、Excelの基礎) | 6月7・14・21<br>・28日(水)全4回 | 14時~16時        | 6名        | 4,000円        |
| 着付け教室<br>(単衣・名古屋帯)   | 6月8日・22日(木)             | 10時~11時30分     | 各回<br>20名 | 1,000円        |
| 働き方改革講座<br>(従業員が定着する職場を目指す)  | 6月9日(金)                 | 18時~20時        | 30名       | 無料            |
| 元気はつらつ生活講座<br>(物忘れが気になったら?<br>~脳を若く保つヒント!~)                          | 6月13日(火)                | 13時30分~15時30分  | 30名       | 無料            |
| 知って役立つ労働法<br>(働く人、雇う人の労働法の基本ルール講座)                                   | 6月16日(金)                | 18時~20時        | 30名       | 無料            |
| ライフプラン講座<br>(後悔しない介護施設の選び方)  | 6月17日(土)                | 14時~16時        | 30名       | 200円<br>(資料代) |
| 手ごねふっくらパン教室<br>(チーズパン)   | 6月9日(金)                 | ㉠10時~12時30分    | 各回<br>16名 | 2,500円        |
|  |                         | ㉡13時30分~16時    |           |               |
| 失敗しないお菓子教室<br>(レアチーズ グレープフルーツジュレのせ)                                  | 6月10日(土)                | ㉠10時30分~12時30分 | 各回<br>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<br>(ドライカレー・モロヘイヤのスープ・四色ピクルス)                        | 6月16日(金)                | 18時30分~20時30分  | 16名       | 2,000円        |



申込フォームは裏面

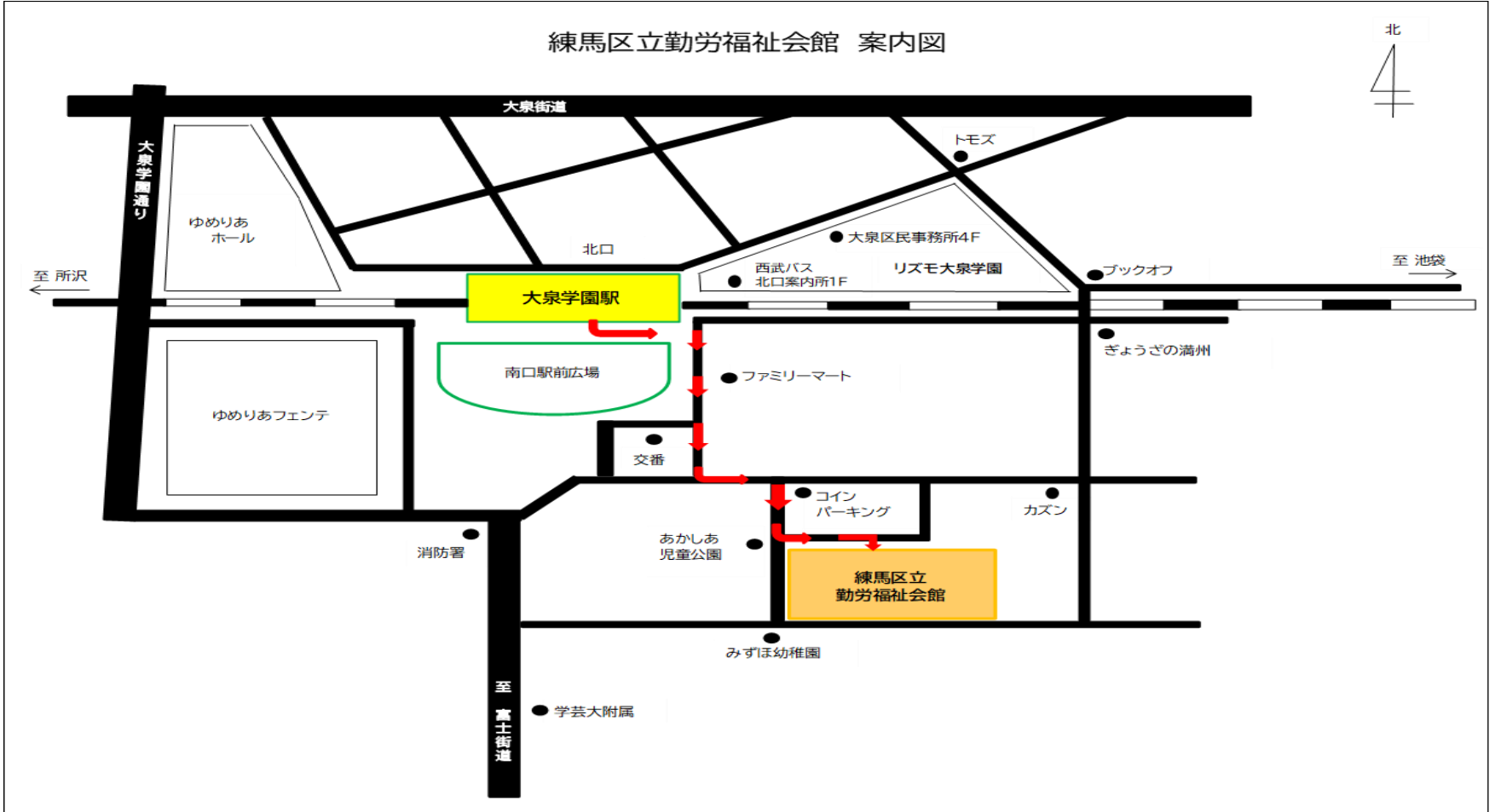
## お申込み方法

- 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。 |  |