

城東プレミアムカルチャー JPC 11月号

気軽に楽しい HapiSpo 講座！今回も充実のラインナップ♪



10月21日(土) 追加の資料・材料費 500円 持ち物不要

日々の生活を豊かにする、ムリしない【ヨガ教室】

第1部 9:00~10:25

第2部 10:35~12:00



10月28日(土) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 500円 持ち物不要

美容と健康をご自分で【フェイシャルマッサージ】 **NEW**

【フェイシャルマッサージをご自分で。後半はメイク講座もつきます。
お化粧品道具を持ってこなくても大丈夫♪ 先生がご用意くださいます。】



11月4日(土) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 1,500円 持ち物不要

晩秋を彩る【フラワーアレンジメント】教室

11月11日(土) 10:00~12:00 追加の資料・材料費 500円 持ち物不要

仕事に使わない楽しむための【パソコン教室】



11月13日(月) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 500円

★膝まで上がるズボンで★ 持ち物：バスタオル、普通のタオル2本

【セルフ フットケア】健康は足から！自分で回復♪

11月18日(土) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 500円 持ち物不要

美容と健康をご自分で【フェイシャルマッサージ】

11月25日(土) 追加の資料・材料費 500円 持ち物不要

日々の生活を豊かにする、ムリしない【ヨガ教室】

第1部 9:00~10:25

第2部 10:35~12:00



※ 受講料はいずれも 1,000円
です。「社会福祉法人静和会の
地域貢献事業」対象の方は 500
円引となります。

※ 申込期限前でも定員になり
次第締め切ります。

※ 各講座の日程、タイトルは
変更になる場合がございます。
予めご了承ください。

お問い合わせ **TEL 207-9546 (城東コミュニティプラザ HapiSpo)**

— — — — — 切り取り — — — — —

【お申込書】 FAX の場合はこちらへ FAX 207-8529

お名前 _____ お電話番号 (_____) _____

ご住所 _____ 申込期限 各講座開催日の3日前まで
ご参加を申し込みされる講座 (いくつでも OK です。ご希望の講座を○で囲んでください)

10/7 フラワー・10/10 (火) フット・10/14 折り紙・10/21 ヨガ 第1部・第2部・10/28 フェイシャル
11/4 フラワー・11/11 パソコン・11/13 フットケア・11/18 フェイシャル・11/25 ヨガ 第1部・第2部