



1月7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♪



1月12日(土) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 1,500円 持ち物不要

創って楽しい♪【フラワーアレンジメント】教室



1月21日(月) 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】

1月26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



2月2日(土) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 1,500円 持ち物不要

創って楽しい♪【フラワーアレンジメント】教室

2月4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♪



2月16日(土) 10:00~11:30 追加の資料・材料費 500円 持ち物不要

こんなモノまでできる!? 感動の【折り紙教室】

2月23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。  
 ※お申込は FAX または直接「城東コミュニティプラザ HapiSpo」までお持ちください。  
 ※パソコン講座の定員は5名、それ以外は教室毎に異なります。申込期限前でも定員になり次第締切ります。

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)

1/7 (月) フット ・ 1/12 フラワー ・ 1/21 (月) パソコン ・ 1/26 ヨガ 第1部 ・ 第2部  
 2/2 フラワー ・ 2/4 (月) フット ・ 2/16 折り紙 ・ 2/23 ヨガ 第1部 ・ 第2部