

## 講座

応募要領は24面

## 勤労女性センター第3回短期講座

## ■午前の部(10時～12時)

講座名	期間
初めてのパソコン・ワード①	2月2日～3月16日の毎週火曜日 (全6回。2月23日を除く)
パッチワークの小物2点	
初めてのパソコン・エクセル②	2月3日～3月10日の毎週水曜日(全6回)
フルーツのケーキ(隔週) (10時～12時30分)	2月3日・17日、3月3日の水曜日(全3回)
楽しいパン作り(隔週) (10時～12時30分)	2月4日・18日、3月4日・18日の木曜日 (全4回)
楽しい絵手紙	2月5日～3月12日の毎週金曜日 (全5回。2月12日を除く)
七宝のアクセサリー①	2月6日(土)
★親子でケーキ (10時～12時30分)	3月6日(土)

## ■午後の部(13時30分～15時30分)

講座名	期間
◎パソコンワード応用③	2月1日～3月8日の毎週月曜日(全6回)
春の生け花(隔週)	2月2日・16日、3月2日の火曜日(全3回)
クラフトバンドでバッグ	2月3日～3月10日の毎週水曜日(全6回)
◎パソコンエクセル 応用④	2月4日～3月18日の毎週木曜日 (全6回。2月11日を除く)
生き生き卓球 (14時～16時)	2月5日～3月12日の毎週金曜日(全6回)
七宝のアクセサリー②	2月6日(土)

## ■夜間の部(18時30分～20時30分)

講座名	期間
◎エクセル中級⑤	2月1日～3月8日の毎週月曜日(全6回)
初めてのパソコン ワード&エクセル⑥	2月3日～3月10日の毎週水曜日(全6回)
楽しいペン習字(隔週)	2月3日・17日、3月3日・17日の水曜日(全4回)
生き生き太極拳(隔週)	2月8日・22日、3月8日・22日の月曜日(全4回)
七宝のアクセサリー③	2月10日(水)
★ゆかりん クッキング	2月22日、3月8日・15日の月曜日(全3回)

対市内に住むか通勤している女性(学生を除く)

◎はパソコンの基本操作ができる人、★は男性も可、親子講座は保護者と小・中学生が対象

※託児は1歳6カ月～就学前の子ども。夜間の部は勤労女性を優先

定あり

料無料(材料費など実費負担)

申直接(はがき持参)か往復はがき(第2希望まで)で1月15日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目31-15勤労女性センター☎・FAX255-7039へ

## 健康のための教室・講座

内容	日時	場所
①ロコモ(ひざ痛・腰痛)予防教室 五十峯淳一氏(理学療法士)によるロコモ予防に関する講話と実技	2月18日(木) 14時～15時30分	北部保健センター
②脳活性チャレンジ講座 (1回目)川添悠希氏(認知症疾患医療センター精神保健福祉士)による認知症の基本に関する講話	2月18日(木) 14時～16時	南部保健センター
(2回目)中村幸氏(運動指導員)による脳活などに関する講話と実技	2月25日(木) 14時～16時	

対市内に住む人 定各40人(先着順) 料無料

申電話で①は1月13日から北部保健センター☎244-5693、②は1月18日～2月10日に南部保健センター☎268-2315へ

## 勤労青少年ホーム短期・一日講座

## ①一日講座

講座名	日時	定員
羊毛フェルト講座	2月7日(日)10時～12時	10人
一日茶道講座～表千家～ バレンタインチョコ作り	2月7日(日)13時～15時	7人
郷土料理作り		各18人
多肉植物を使った アンティーク風寄せ植え	2月14日(日)13時～15時	10人
乳幼児期の健やかな 発育・発達支援講座		20人
アイシングクッキー作り	2月28日(日)10時～13時	18人
日本茶を楽しもう	3月14日(日)10時～12時	12人
和スイーツ作り	3月14日(日)13時～15時	各18人
郷土のお菓子作り	3月21日(日)10時～12時	
春のかごしま歴史探訪		3月21日(日)13時～15時
コーヒーをおいしく いれよう		

## ②短期講座

講座名	期間	定員
バドミントン	2月28日、3月14日・28日の 日曜日13時～15時(全3回)	20人
ビジネスマナー講座	3月4日～18日の毎週木曜日 19時～21時(全3回)	10人
イタリア料理3	3月9日～23日の毎週火曜日 18時30分～20時30分(全3回)	18人
基本のメイク	3月10日～24日の毎週水曜日 19時～21時(全3回)	各10人
自分でできるリンパ トリートメント2	3月14日～28日の毎週日曜日 13時～15時(全3回)	

## ①②共

対市内に住むか通勤する15～34歳の人(学生を除く)

定あり(先着順)

料無料(教材費など実費負担)

◇今年度の利用証がない人は身分証明書が必要

申直接か往復はがき、メールで1月13日～26日(必着)に〒890-0063鴨池二丁目32-30勤労青少年ホーム☎255-5771FAX255-5750✉yuyukan@sjcweb.jpへ

同施設  
ホームページ

## フォトコンテスト作品募集

審査を経て選ばれた特選・入選作品を展示して投票を行い、グランプリを決定します。

◇テーマ…キラリ!輝きの瞬間

◇グランプリ(1点):賞状、商品券5000円

特選(10点):賞状、商品券1000円

入選(若干数):賞状

◇展示・投票期間

勤労青少年ホーム…2月15日(月)～2月21日(日)

勤労女性センター…2月22日(月)～2月27日(土)

◇展示・投票場所…勤労青少年ホーム、勤労女性センター

対市内に住むか通勤する人

申直接か郵送で、カラーかモノクロでプリントしたA4サイズ一枚の写真(1人1点)とチラシか勤労青少年ホーム・勤労女性センターにある応募票(両施設のHPからダウンロード可)を1月15日～2月10日(必着)に〒890-0063鴨池二丁目32-30勤労青少年ホーム☎255-5771か〒890-0063鴨池二丁目31-15勤労女性センター☎255-7039へ

