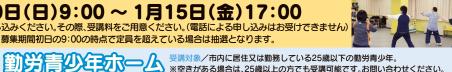
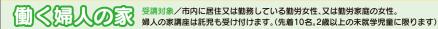
定 員/20名

平成27年度 受講生募集

募集期間/平成28年1月10日(日)9:00 ~ 1月15日(金)17:00 申込方法/・募集期間内に直接来館してお申し込みください。その際、受講料をご用意ください。(電話による申し込みはお受けできません) ・受付は先着順となります。ただし、募集期間初日の9:00の時点で定員を超えている場合は抽選となります。





場 所/働く婦人の家 講習室(1F)

計算を中心に学びます。

パソコンExcel教室(短期集中講座)

期 日/2/8(月)~2/10(水)【3日間のコース】

力が可能な方が対象です。Excelを使った基本的な表

- 定 量/20名
- 時 間/10:00~15:00(休憩1時間、最終日は12:00まで) 時 間/10:00~12:00
- 場 所/働く婦人の家 料理実習室(1F) 内 容/パソコン使用の経験者で基本的な日本語・数字の入 内 容/さんま、いわし、さばなどを使って和食・洋食・中華な・
 - 基本も身につけレパートリーを増やしましょう。 受講料/3.800円(材料費5回分)

受講料/2.160円(テキスト代含む) 講師/(有)ジャパンウィング ITスクール ユアPC インストラクター 2名講師/食育指導士 久家雅子 先生

福島市働く婦人の家·福島市勤労青少年ホーム(福島市入江町1-1 TEL,024-531-6221) お問い合わせ

初級ボクササイズ教室

所/働く婦人の家 軽運動室(2F)

講師/野宮フィットネスボクシング コーチ2名

内 容/日頃の運動不足とストレスの解消にいかがでしょうか?

です。時にはあんな思いやこんな思いをパンチにこめて!!

初級ボウリング教室

- 定 量/12名
- 日/ 1/28 2/4,11,18,25【毎週木曜日の5回コース】 期 日/ 1/29 2/5,12,19,26【毎週金曜日の5回コース】 時間/19:00~21:00
 - 場 所/からしまボウル福島(福島市本内)※現地集合・解散
 - 内容/はじめての方から経験者までボウリングの基礎を学びます。一度は経験のある。
 - ボウリング、もう少しうまくできれば・・・、やってみたいけどチャンスがない、健康
 - 初心者でも経験者でも楽しく気持ちよく体を動かすことが目的

のためになど、どんな理由でも構いません。ボウリングを楽しみましょう。

受講料/500円(傷害保険)※ただしレーン使用料、シューズ代1,000円がその都度かかります。

師/福島市ボウリング協会 齋藤 憲治 先生、鈴木 英子 先生

●音楽堂コンサート等の行事と重なるときなどは日程の変更があります。

魚を使った料理教室

期 日/2/3.10,24 3/2,9[毎週水曜日の5回コース(2/17除く)]。

. 時間/19:00~20:30

ど幅広い料理を学びます。魚のおろし方など魚料理の

受講料/500円(傷害保険)