

1DAY講座受講生大募集



高浜市総合サービス（株）

健康で長生き 音楽でリフレッシュ！

～笑顔で長生き、今日からできる音楽習慣～

日 時： 1 月 21 日【水】 10時～11時

受講料： 300円

定 員： 20名程度

対 象： どなたでも

会 場： 女性文化センター 会議室A・B

持ち物： 飲み物



動きやすい服装でご参加下さい



エンディングノートで考える これからのこと

～想いを整理し、安心の未来をつくる時間～

日 時： 1 月 20 日【火】 14時～15時

受講料： なし

定 員： 30名程度

対 象： どなたでも

会 場： 女性文化センター 会議室A・B

持ち物： 筆記用具

自分らしい **終活**



ゆるピラティスで 心と身体にエネルギーチャージ

呼吸で整うやさしいピラティス
～エネルギーとやすらぎを～

日 時： 1 月 29 日【木】 14時～15時

受講料： 300円

定 員： 10名程度

対 象： どなたでも

会 場： 春日庵

持ち物： ヨガマット バスタオル 飲み物



動きやすい服装でご参加下さい

まちのケーキ屋さんと おやつづくり



～プロのコツで、手作りがもっと楽しく～

日 時： 2 月 11 日【水】^祝 13時～15時

受講料： 1,300円（材料費込）

定 員： 10名程度

対 象： お子さん（小学生未満は保護者同伴）

会 場： 吉浜交流館 実習室

持ち物： エプロン マスク 上履き 飲み物



【募集期間】： 12月15日(月)～12月26日(金) 9時から17時

【申込場所】： 女性文化センター（高浜市湯山町六丁目6番地4）

： 吉浜交流館（高浜市屋敷町五丁目12番地8）

【申込方法】： 講座受講申込書に必要事項を記入の上提出して下さい

【注】申し込み多数の場合は抽選となります

受講料及び教材費は、開講日に徴収します

【問合せ先】： 高浜市総合サービス施設管理課 TEL0566-52-5564

（高浜市女性文化センター内） （平日のみ）

