

ふらっと カレッジ

商店ふれあい企画 参加者募集

◆ホットひととき… 香り豊かなコーヒートalk講座

コーヒードの焙煎から豆の挽き方、お湯の注ぎ方まで、コーヒート専門店のコツを習い、プロの味を堪能します。今回は、アイスコーヒートとカプチーノの淹れ方にも挑戦。おいしいデザートとコーヒートで、ホットと一息入れませんか。

とき 4月10日(木) 午前10時～11時30分

ところ ナチュカカフェ(湯山町5丁目)

定員 10人

参加費 500円

企画 杉浦学氏

申込期間 4月3日(木)～8日(火)
午前9時～午後8時45分
(土・日曜日を除く)



オリジナル ここにコラウンジ 参加者募集

◆コッパンとおやつパンを作ってみましょう!

ヘルシーなコッパンと、チョコなどのシートをおり込んだマーブル模様のパンを作ります。

とき

①4月18日(金) 午前10時～午後1時

②4月18日(金) 午後6時30分～午後8時30分

③4月21日(月) 午前10時～午後1時

(③回のうちいずれか1回を選択)

ところ 日本福祉大学高浜専門学校

定員 各12人

参加費 1,300円

持ち物 エプロン、ふきん2枚、タオル、持ち帰り用容器

企画 伊藤奈津子氏、角谷多恵氏

申込期間 4月3日(木)～16日(水)
午前9時～午後8時45分
(土・日曜日を除く)

託児 参加申込とあわせて申し込んでください。

申込方法 電話で申し込んでください。

※申込初日のみ、1回の電話で2人まで受け付けます。

※定員になりしだい締め切ります。

※申込期間内に参加費をいきいき広場受付カウンターへ納めてください。入金後にキャンセルしても返金はできません。

※キャンセルの場合は、必ず連絡してください。

申込・問合せ先

いきいき広場
☎090-6592-1573

◆メイクボランティア養成講座 事前説明会

洗顔の仕方から、ファンデーション、眉の整え方など、初心者でも簡単にできる方法を学び、高齢者にメイクをしてあげませんか。

コミュニケーション力も身に付け、自分も相手も楽しみながら綺麗に。5月～9月まで、月2、3回行う講座です。

興味のある方は、事前説明会にお越しください。

〈事前説明会〉

とき 4月22日(火) 午前10時30分～11時

ところ 日本福祉大学高浜専門学校

参加費 無料

対象 高齢者にメイクをしてあげたいと考えている方。男女

問いません。

申込期間 4月21日(月)までに電話で申し込んでください(平日午前9時～午後8時45分まで)

託児 参加申込と合わせて申し込んでください。

※事前説明会のみのお出席も可能です。都合の悪い方は、ご相談ください。

申込・問合せ先

いきいき広場
☎090-6592-1573



ワンポイント レッスン

サン・ビレッジ衣浦では、4月よりワンポイントレッスンを開催します。

健康増進・体力づくりをお考えの方、ぜひご参加ください。

専門コーチが指導しますので、初心者の方も安心して参加できます。

内容

・水中ウォーキング(第1水曜日)

- ・ヨガ(第2・第4水曜日)
 - ・親子deジャブジャブ(第3水曜日)
 - ・ポールdeエクササイズ(第1金曜日)
 - ・アクアビクス(第2・第4金曜日)
 - ・水中ジョギング(第3金曜日)
- とき
- ・第1・第3水曜日(午後4時から5時まで)
 - ・第2・第4水曜日・第1・第2・第3・第4金曜日(午後7時から8時まで)
 - ※7・8月はお休みします。
- ヨガのレッスン中は、卓球設備の利用ができません。

ところ サン・ビレッジ衣浦

参加費

- ・水中ウォーキング プール入場料(大人400円)
- ・ヨガ プール・浴場いずれかの入場料(大人400円)
- 年齢制限など
- ・ヨガ 15歳以上(中学生を除く)の方で定員20人(予約が必要・電話予約は正午より)、大きなタオルなどをご持参ください。

・親子deジャブジャブ 3歳から6歳までの未就学児とその親

問合せ先

サン・ビレッジ衣浦
☎41-266505