

サンレディー大田主催講座

平成 29 年度後期受講者募集

主 催 サンレディー大田(大田市働く女性の家)
 参加費 無料と有料があります(但し、材料代等は受講者負担)
 会 場 サンレディー大田
 募集期間 平成 29 年 10 月 4 日(水)午前 9 時～10 月 25 日(水)
 (火曜、祝日の翌日は休館日/定員になり次第締め切らせていただきます)
 申込先 サンレディー大田 電話 0854-82-6700(ご来館、またはお電話でお申込みください)



講座名	講師	日時	必要経費	対象	定員	回数	備考
椅子を使った やさしい トレーニング	健康運動実践指導者 大田総合体育館館長 近藤隆久 先生	11 月～翌年 3 月 (第 1・2・3 金) 13:30～15:00	参加費 2,000 円	一般	35 人	15	つつい家の中にこもりがち なあなた、仕事はしていても あまり身体を動かさないなあ と感じているあなた、年齢を 重ねる毎に、適度なトレーニ ングで健康寿命をのばしまし ょう。
いきいき大田市 地域資源を生かそう	東京農業大学名誉教授 農学博士 高橋 悟 先生	11 月～翌年 3 月 (第 3 金) 10:00～11:30	無 料	一般	20 人	5	私たちが生活しているこの土 地について考えたことがあり ますか。この土地の風土と自然 を生かし、大田市の活性化を考 えるきっかけにしませんか。
きものの着付け =着物を着てイベントに 参加しましょう= 協力:大田商工会議所女性会	着物講師 松下繁美 先生	11 月～翌年 3 月 (第 1・3 日) 9:30～11:30	参加費 2,000 円	女性	10 人	10	「きものを着る機会がない」 と言う人のために、この度は 最終回にきものを着て、商工 女性会のひな祭りに行きます。 いつもよりおしゃれをして、 着物姿を美しく決めて!
筆ペンを使って 年賀状と実用習字	書家 松井汲月 先生	11 月～翌年 3 月 (第 2・4 木) 13:30～15:00	参加費 2,000 円	一般	20 人	10	筆ペンで、御祝、御見舞、御 香料…などの金封の表書きや 年賀状を書く場合、美しく書 くコツを学びましょう。
小原流 お正月用生け花 (昼)	小原流石見支部家元 一級教授 柿田壽子 先生	12 月 28 日(木) 14:00～15:30	材料代 1,700 円位	一般	10 人	各 1	何かと気忙しい年末は、あれも しなければ、これもしなければ と気持ちだけが焦ってしま いがち。そんな時、お正月用のお 花が活けてあるだけで、ちょっ と安心できますね。
小原流 お正月用生け花 (夜)		12 月 28 日(木) 19:00～20:30					
もっと知りたい ケーキ作り	陽だまり工房代表 野原智美 先生	11 月～翌年 3 月 (第 4 水) 14:00～16:30	材料代 3,000 円 (全回分)	一般	20 人	5	ケーキ作りに挑戦したい方、 いろいろなケーキを作ってみ たい方、家庭で作れる、家族 もビックリするケーキ作りの コツを手に入れましょう。
ときには優雅に 英国式アフタヌーン ティータイム	石見銀山とポルトガルを むすぶ会代表 フードコーディネーター 和上陽子 先生	11 月 25 日(土) 13:00～16:00	材料代 1,000 円	一般	20 人	1	おいしい紅茶の入れ方を学び ます。午後のひととき、紅茶と 軽食でリラックスしましょう。 日頃、忙しいと感じているあ なた、ときには、優雅に英国式 アフタヌーンティータイム。
美を求めて 魅力アップセミナー	美アップライフサポーター 松井江津子 先生	11 月 18 日(土) 10:00～11:30	無 料	女性	20 人	1	美しさは内面から滲み出るも のですが、第一印象は、6 秒で 決まると言われています。外 面の魅力をアップして美しく 年齢を重ねていきましょう。

✿ トークサロン開催中！ どなたもお気軽にどうぞ ✿

トークサロン (よろず話… 気軽にどうぞ)	あなた & サンレディー大田職員	毎月第 1 水曜日 13:30～15:30	無 料	一般	10 人	毎月 1 回	お茶を飲みながらお話ししま しょう。どんなお話でも OK。 遊び感覚 OK。気晴らし OK。 おしゃべり OK。まずは、サン レディー大田へ GO。
-----------------------------	---------------------	--------------------------	-----	----	------	-----------	--

・受講申込み時にいただいた個人情報は、本講座実施に必要な事務のために使用いたします。法令等により例外と認められた場合を除いて、他の目的に使用することはありません。
 ・講座開催日時等については、都合により変更する場合があります。あらかじめご了承ください。