

# 女性セミナー

女性に役立つ講座です!体験しながら  
楽しく学習してみませんか?

第1回学習会  
5月24日(金)  
心と体を整える運動  
「コンディショニング」  
講師:西坂三枝子

第2回学習会  
6月21日(金)  
午前・午後の2部制  
「手作り味噌」  
講師:千葉恵美  
材料費2,000円

第3回学習会  
7月19日(金)  
「フラワー  
アレンジメント」  
講師:春浪絹子  
参加費1,000円

第4回学習会  
9月20日(金)  
「燃焼系ジャズダンス」  
講師:佐々木早苗

第5回学習会  
10月15日(火)  
または18日(金)  
調理実習  
「キッシュを作ろう」  
講師:伊藤豊子  
参加費1,000円

第6回学習会  
11月6日(水)  
移動研修(平泉方面)  
◎移動学習参加費あり。  
詳細は後日お知らせ  
いたします

第7回学習会  
11月15日(金)  
「アロマとハーブの  
快眠講座」  
講師:齋藤良恵  
参加費1,000円



対象 : 一般女性  
定員 : 32名  
場所 : 増田公民館  
時間 : 10:00~11:30 第2回のみ午前・午後の2部制。  
申込期間 : 4月8日(月)~4月12日(金)  
申込方法 : 増田公民館窓口または電話(022-384-2432)でお申込みください。応募者多数の場合は抽選となります。