

2月の

講座開催日

美・ボディラインエクササイズ

19時半～

5日、19日、26日(月曜)

ピラティス 19時半～

7日、21日(水)

ズンバ 19時半～

28日(水)

エンジョイクッキング 19時～

7日、14日、21日(水)

ボクササイズ 19時～

8日、15日、22日(木)

パワーヨガ 19時半～

8日、15日、22日(木)

フラワーアレンジ 19時半～

9日(金)

<短期講座>

グラスアート

2日(金) 19時～

フォトフレーム

ミニティッシュケース

キューブ

壁飾りから選べます!

陶芸(アロマストーン)

16日(金) 19時～



<問い合わせ先>

勤労青少年ホーム

☎925-4801

山崎まで

勤労ホーム通信

NO. 8

後期短期講座報告 (1月)

アート書道講座



2回目のアート書道講座は、書初めと部屋に飾れる文字を書きました。

おもてなし料理講座



おもてなし料理講座が19日(金)に行われました!今回は身体が温まるおもてなしメニューで、キンパ(韓国料理)、キムチスープの味噌仕立てスープ、ツナとキャベツの春巻き、リンゴと白菜のサラダ、チョコレート&マシュマロのスイーツピザでした。

後期講座紹介 ボクササイズ講座

1月から始まりました!
ハードですがしっかりカロリー消費できますよ!!

