

令和5年度 高椋東部コミュニティセンター講座

コミュニティセンター講座

講座名	日時	講師	定員	受講料	コメント
パーソナル トレーニング 講座	毎月第2・4 木曜日 13:30～ 14:30 (初回 5/11)	パーソナルトレーナー 坪川 明子	15名	3,200円 (全16回) ※16回前納にて 集金します	全身の筋肉を内側から鍛え、体の歪みから生じる痛みや不調を改善します。運動の苦手な方も大丈夫ですよ！
「食べたーい！」 韓国おうち ごはん講座	10:00～ 12:30 5/19(金) 6/16(金) 7/21(金) 8/25(金)	韓国料理講師 キム ウンチエ	10名	5,600円 (全4回) 材料費1,200円 受講料200円 ※4回分前納にて 集金します	おうちで韓国料理食べたいな！作り方わからないなあとってらっしゃる方、興味のある方は是非参加してみませんか！

★お申込みは、坂井市から配布されるチラシの申込書をご持参いただくか、お電話にてお願いします。また、右のQRコードからメールでも受け付けます。

こちらのQRコードからも申込できます。後日コミセンより返信いたします。返信がない場合はご連絡ください。



高椋東部子ども教室

※小学生の児童が対象となります

講座名	日時	協働活動支援員	定員	材料代	コメント
子ども煎茶 教室 (文房流)	毎月第2土曜日 14:00～ 16:00 (開講式は後日連絡)	野口 美知子	10名	5,500円 (11回)	煎茶を通して学ぶおもてなしの心。四季を感じながら楽しく礼儀作法を身につけましょう。

この事業は、放課後子ども教室の一環として実施しています。



コミセンだより

令和5年4月12日 発行

高椋東部コミュニティセンター/たかとの郷づくり協議会 丸岡町板倉 45-47 Tel/Fax66-4422

高椋東部コミセン自主講座・サークル

講座・サークル名	講師・指導者	活動日	時間
ヨガクラブ	坪田 充代	第2・4 月曜日	13:30 ~ 14:30
たんぽぽ民謡クラブ	南出 繁和	第1・3 火曜日	19:30 ~ 21:30
3Bクラブ	山本 キミ子	毎週 水曜日	19:30 ~ 21:30
高齢者健康教室	石田 正美	毎週 火・金曜日	9:00 ~ 11:30
ホーム洋裁	東 真知子	毎週 金曜日	13:30 ~ 16:30
生花 ほおずきの会(文房流)	野口 美知子	第2・4 土曜日	10:00 ~ 12:00
たかとり龍神太鼓	川上 智美	第2・4 土曜日	18:30 ~ 20:30
煎茶 悠の会(文房流)	野口 美知子	第3 土曜日	14:00 ~ 16:00
オカリナアンサンブル ドルチェ	—	第1・2・3・4 木曜日	17:30 ~ 20:30

随時、会員募集中です!!

お問合せは、高椋東部コミセンまで。

TEL 66-4422

