

コミカレ短期講座案内

10/15広報とくしま

10月28日（水）	親子ミニ運動会	定員：20組	内 容	親子で一緒にミニ運動会で楽しみませんか。 玉入れや綱引きなどいろんな運動遊びをします！ 広いホールの中で元気いっぱい楽しみましょう！
10:00～11:15		受講料：600円	準備物	運動できる服装・水分補給
講 師	保育士 米田 奈津	材料費：500円	対象者	ハイハイができるお子さまから未就学児親子
11月9日（月）	りんごと クリームチーズの スティックパン	定員：各12名	内 容	ホームベーカリーを使ってパンを作ってみませんか。 りんごとクリームチーズを包んだスティックパン！ 甘酸っぱいりんご煮も手作りします。
①10:00～12:00 ②13:30～15:30		受講料：600円	準備物	エプロン・布巾2枚・三角巾・マスク・ 持ち帰り袋・筆記用具
講 師	パン教室KohiRo Bread &... 村川 宏子	材料費：2,000円(4本分)	対象者	どなたでも
11/10(火)・11/24(火) 12/8(火)・12/22(火)	ベビーとママの ファーストサイン	定員：15組	内 容	言葉が出る前の赤ちゃんとは様々なサインを使いながら親子のやり取りを楽しんでみませんか？ レッスン後は、子育ての悩み相談の交流や保育士フォトグラファーでもある講師が、親子写真をプレゼント！
13:00～14:15		受講料：2,400円(4回分)	準備物	特になし
講 師	ロイヤルセラピスト協会認定講師 米田 奈津	材料費：2,000円(4回分)	対象者	生後3ヶ月～1歳6ヶ月の子どもと保護者
11月15日（日）	自然物を使って クリスマスリースを 作ろう	定員：20名	内 容	自然物や豪華なりぼんを使ってオリジナルのクリスマスリースを作りましょう！
13:30～15:00		受講料：600円	準備物	お手拭き・持ち帰り袋
講 師	ボランティアサークル 「友達友達いいな」	材料費：900円	対象者	どなたでも
11月21日（土）	大皿の ポーセラーツ 食器作り	定員：20名	内 容	丸皿や角皿に好きな転写シールを貼ってオリジナル食器を作りましょう！ 食器の大きさによって教材費は変わります。（大きさ：約20cm～25cmの丸皿・角皿）
10:00～12:00		受講料：600円	準備物	はさみ・ティッシュ
講 師	松本 みづる	材料費：1,500円～2,400円	対象者	どなたでも
11月22日（日）	大人のコーヒー講座 「カフェラテ編」	定員：各15名	内 容	家にある道具や簡単に手に入る道具を使って、 コーヒーのプロと一緒にカフェラテを作り楽しみましょう。
①10:00～11:30 ②13:30～15:00		受講料：600円	準備物	エプロン・布巾・筆記用具
講 師	自家焙煎コーヒーASANO 浅野 欣也	材料費：1,400円	対象者	どなたでも

【 申 込 方 法 】

講座申込は電話か館内に置いている申込用紙またはハガキ(1枚1講座)に住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・希望の講座・電話番号を記入し、開催日10日前まで(必着)にふれあい健康館へお申し込みください。また、電子申請での申し込みも可能。応募者多数の場合は抽選となります。なお、受講希望者が少ない講座は中止することがあります。

お問い合わせ ふれあい健康館（徳島市生涯福祉センター）

〒770-8053 徳島市沖浜東2丁目16番地 TEL 088-657-0194