



わかもののための職場定着支援講座

ジョブセンターまえばしでは平日の18：30～講座を開催しています。

料理・手芸・ダンスなど、仕事のリフレッシュ・仲間づくりにぜひご参加ください。

※すべて初心者向けの講座内容です

【対象】 在職中または就職活動中の 45歳未満の若者 【時間】 平日18：30～20：30

【申込】 3/15（日）～4/10（金）まで ホームページからお申込みください

ホームページ→イベントセミナーカレンダー→各講座の開講日を選択→必要事項を入力の上、お申し込みください。

抽選結果は後日、メールでご連絡します。

☆日程は変更の場合有 ☆受講料は保険料込 ☆定員を越えた場合は抽選となります。

曜日	講座名（講師）	日程	回数	受講料	内容
月	クラフトバック (狩野 眞栄美)	6/15,22,29,7/6,13,20	6回	2,100円	エゴで丈夫で軽いバック。今回は夏向きのバックを作ります。
	カルトナージュ (中澤 輝子)	5/11,18,25,6/1,8	5回	2,800円	好きな柄の生地を使って小物入れやブックスタンドを作ります。
火	生け花 (田原 香春)	5/12,19,26, 6/9,16,23	6回	6,600円	初心者の方でも大丈夫！楽しみながら季節の花を美しく飾る基本が学べます。（器付き）
	作り置きレシピ (齋藤 和子)	5/19,6/2,16,30, 7/7,21	6回	4,300円	作り置きで気を付けるポイント・手軽でおいしいレシピでお弁当作りも楽しくなります。
水	英会話 (齋藤 利香)	5/13,27,6/10,24, 7/8,22	6回	3,100円	一人一人に合わせたレベルで行います。気軽に英会話を楽しみましょう。
	水引アクセサリー (中澤 輝子)	6/17,24,7/1	3回	1,900円	基本的な結び方を学ぶほか、ゆかたに似合うヘアアクセサリーも作ります。
	料理 (高野 令子)	5/13,20,27,6/3,17,24, 7/1,8,15,22,29	11回	10,000円	料理が苦手、色々な料理をしてみたいなど、初心者向けの内容です。
木	茶道 (小林 かずみ)	5/14,21,6/4,11,18, 7/2,9,16,30	9回	5,600円	はじめての方でも丁寧に教えます。袱紗をお持ちでない方は別途購入も可能です。
	ピラティス・ヨガ (ANNY (アニー) 田中 隆国)	5/14,21,28,6/4,11,18, 25,7/2,9,16,30,8/6	12回	2,100円	無理なく運動不足を解消＆ストレッチ・トレーニングで美ボディを目指そう。
	メイクアップ (新井 いづみ)	調整中	3回	2,600円	肌のお手入れ方法や夏でも崩れにくいメイクを学びましょう。
金	写真 (森下 齊)	6/5,12	2回	2,100円	カメラやスマホを使ったインスタ映えする写真の撮り方＆撮られ方を学びます。
	ゆかたの着付け (林 洋子)	6/19,26,7/3	3回	1,000円	ワンランク上の美しいゆかたの着付けを学びましょう。
	HIPHOPダンス (DANCE SPACEQ講師 JIMA)	5/15,22,29,6/5,12,19, 26,7/3,10,17,31	11回	2,100円	気軽に楽しくリフレッシュ！曲に合わせてダンスの振付と基本のステップをレクチャーします。

