

レディースセミナー

◆講座予定表◆

★全5回(月1回)です。
講座日をお忘れにならないよう ご注意ください。

★欠席される場合は、必ず公民館までご連絡ください。

期日	10/17 (木)	11/21 (木)	12/19 (木)	1/16 (木)	2/20 (木)
内容 (予定)	学校では教えて くれないお金の話 ～時代に合った 賢いお金の選択～ 楽しく学ぶマネー セミナーです！ 消費税UPの今だからこそ 是非!!	ポディーメイク レッスン 身体のゆがみを整 え、筋力をつけて、 益々美しく ♪	年末年始 きっと役に立つ生 活マナー 訪問する機会が増 えるこの時季。 自分磨きのためにも 楽しく学びませ んか？	音楽で、あなたの 魅力をひきだそう♪ ～音楽療法士が伝える自分UP の方法とは・・・？～ 脳トレ・アンチエイ ジング etc まとめて 解決しましょ!!	顔タイプ診断 第一印象を一番 左右する“顔” この機会に違う自 分の魅力を見つけ てみませんか？
講師 *敬称略	池森 璃枝	宮良 弥誉	松本 文美子	平川 明子	内山 彩子
準備物	・筆記用具 ・給水用具	・動きやすい服装 ・給水用具 ・ヨガマット (バスタオルでも可)	・筆記用具	・筆記用具 ・給水用具	・筆記用具 ・スマートフォン(お持ちの方)
参加費	無料	無料	無料	無料	300円 (リーフレット代)
場所	清水公民館 2階 第1研修室				
時間	午前10時～正午				
対象	女性 (*全講座出席が基本です)				
定員	30人				

★お問い合わせ★
熊本市 清水公民館
電話:096-343-9163