

勤労青少年ホーム ニュース

2024.4月号
No.51



◆募集中の主催講座◆

☆ZUMBA GOLD 1

講師: 米加田 久美 先生

期 日: 5/10~6/28

毎週金曜日 全8回

時 間: 午後8時~9時

受講料: 無料

準備するもの: 運動できる服装、室内シューズ

飲み物(水分補給用)

タオル(汗ふき用)

定員: 20歳以上の方20人

(応募者多数の場合は抽選)

◇申し込みめきり: 4/15(月)



☆着物着付け講座

講師: 湯本 麗子 先生

期 日: 5/13、5/20、5/27、

6/3、6/10、6/17

毎週月曜日 全6回

時 間: 午後7時~9時

受講料: 無料

準備するもの: 着物、着物用下着、長襦袢、腰ひも、
襟芯、伊達じめ、衿止め、名古屋帯、
帯板、帯枕、帯揚げ、帯締め、足袋、
タオル

定員: 女性の方10人

(応募者多数の場合は抽選)

◇申し込みめきり: 4/15(月)



☆リンパケア体操

講師: B-smile派遣講師

期 日: 5/15、5/29、6/12、6/26

5月~6月の隔週水曜日 全4回

時間: 午後7時~9時

受講料: 無料

準備するもの: 運動できる服装、タオル(汗ふき用)

飲み物(水分補給用)

ヨガマット(なるべくご持参下さい。)

定員: 20歳以上の女性13人(初受講者(初心者)優先)

(応募者多数の場合は抽選)

◇申し込みめきり: 4/15(月)



ご応募お待ちしております!



☆講座のお申込は ①往復ハガキ②メール③
窓口で受付けます☆

◎申込の際は、『講座名・ご住所・お名前・
年齢・電話番号』をご記入ください。

◎①②の場合はしめきり日必着、③の場合は
しめきり日までに連絡用の郵便ハガキ(63
円)をご持参ください。

◎往復ハガキの場合は、返信面ウラには
何も記入しないでください。

返信面にも切手63円分を貼付してください。

※メールでお申込みの方へ

迷惑メール設定をされている場合は、こちらから
のご返信が届かない場合がありますので、お申込
み後、数日経っても受付メールが届かない場合は、
設定を確認の上ご連絡ください。

☆リラックスヨガ1

講師: 福田 仁美 先生

期 日: 6/6、6/20、7/4、7/18、8/1、8/29

6月~8月の第1・第3木曜日 全6回

時間: 午後7時半~9時

受講料: 無料

準備するもの: 運動できる服装、タオル(汗ふき用)

飲み物(水分補給用)

ヨガマット(なるべくご持参下さい。)

定員: 20歳以上の方13人(初受講者(初心者)優先)

(応募者多数の場合は抽選)

◇申し込みめきり: 5/15(水)

☆姿勢改善ピラティス

講師: 福田 仁美 先生

期 日: 6/13、6/27、7/11、7/25、8/8、8/22

6月~8月の第2・第4木曜日 全6回

時 間: 午後7時半~9時

受講料: 無料

準備するもの: 運動できる服装、タオル(汗ふき用)

飲み物(水分補給用)

ヨガマット(なるべくご持参下さい。)

定員: 20歳以上の方13人

(応募者多数の場合は抽選)

◇申し込みめきり: 5/15(水)

カウンセラーと一緒に考えてみませんか？

◆ 勤労者のための職業相談 ◆

自分らしい生き方働き方ってなんだろう

これから就職を希望している

再就職や転職を考えている

今の仕事を充実させるためにはどうしたらいいんだろう

自分の強みは何だろう

履歴書作成や面接指導

もっと専門的な技術や知識を身につけたい

職場の人間関係や仕事で悩んでいる

勤労青少年ホームでは、毎月第2・4木曜日に勤労者のための職業相談を開催しています。

◇対象者：15歳～おおむね45歳の方

◇時 間：①19:00～②19:40～③20:20～

(各回1名、事前予約が必要)

◇場 所：勤労青少年ホーム2階 音楽室

※ご希望の方は、勤労青少年ホームまでお問い合わせください。

主催講座開催状況

ZUMBA GOLD 2



ゆかた着つけ



リラックスヨガ3



リンパケア体操2



ピラティス



着物着付け



令和6年度(2024年度)の利用登録のご案内

◇登録対象者：15歳～45歳までの方

◇有効期間：毎年4月1日～3月31日までの1年間

◇施設使用料：免除

◇登録料：無料

主催講座の受講やサークル活動などで勤労青少年ホームのご利用を希望される方は手続きが必要です。

令和6年度の利用登録の受付は4月1日(月)からです。

詳しくは事務所までおたずねください。

※利用登録をされない場合でも、有料で午前(9:00～12:00)・午後(13:00～17:00)に施設を利用することができます。

ご登録お待ちしております！



熊本市勤労青少年ホーム

〒861-5517熊本市北区鶴羽田2-13-10

TEL:096-343-8878

メール:kinrouseishounen@city.kumamoto.lg.jp

(月～金)9:00～21:00 (土)9:00～17:00 (日・祝日)休館

◇Facebookもご活用ください。

(<https://www.facebook.com/KINROU.KUMAMOTOCITY/> または、熊本市ホームページ(しごと・産業・事業者向け⇒就労支援⇒就労支援⇒勤労青少年ホーム))



(メール用)



(Facebook用)