

～ ちょっぴり幸せ じぶん時間♪ ～

折戸レディース

9月19日(水) 10:00～12:00

開講式

今から備える 老後資金対策講座

～自分や子ども・孫のために～

知っていて損はない！将来の為の資産運用方法を学びます。

ファイナンシャル・プランナー
安藤 絵理 先生

10月17日(水) 10:00～12:00

運動講座

簡単！イスヨガ

～ゆがんだカラダを解きほぐそう～

いつでもどこでも誰でも出来る椅子に座ったままできるヨガでリラックス♪

ヨガインストラクター
原川 ひとみ 先生

受講生
募集！
20名

お友達と
一緒に
どうぞ！

11月21日(水)

10:00～12:00

もの作り講座 秋の植物で スワッグ作り



スワッグとは好きな花や植物を合わせて束ねた壁飾りです。ドライフラワーになるまで楽しめます。

Sano庭

佐野 政子 先生
佐野 友哉 先生

12月12日(水)

10:00～12:00

料理講座

フッシュ・ド・ノエル

木の丸太をモチーフにしたクリスマスケーキ「フッシュ・ド・ノエル」を作ります。

※写真はイメージです。



料理教室講師

石谷 晃子 先生

1月16日(水)

10:00～12:00

閉講式

生活講座

防災お片付け講座

～お片付けは防災に

繋がる第一歩～

地震大国の日本。お部屋を少し工夫するだけで防災に繋がります。安全なお部屋作りを学びます。

整理収納アドバイザー

堀 恵 先生

※写真はイメージです

- 期間** 平成30年9月19日(水)～平成31年1月16日(水) (全5回)
時間 おおむね 10:00～12:00
会場 折戸生涯学習交流館 ※駐車場あります
対象 女性 20人 【申込順】
会費 1人 1,500円 ※もの作り講座は別途材料費徴収あり
申込 電話または窓口申込み 8月1日(水) 9:30～ 受付開始

申込先
問合せ先

折戸生涯学習交流館

〒424-0902 静岡市清水区折戸4丁目8-60

TEL 054-335-6470 担当 岩崎