

# 令和6年度 働く女性の家講座(後期)内容案内

働く女性の家とは	組		A 組				B 組											
	曜日		火		水		木		金		土							
	時間		9:00~10:30		9:30~11:30		10:00~11:30		9:30~11:30		13:30~15:30		13:00~15:00		13:00~15:00		14:30~16:00	
働く女性及び勤労者家庭の女性の生活を、より豊かにするための教養を高め、労働生産性の向上に寄与するとともに社会福祉の増進を図るための学びの場、いこいの場です。	講座名		美ユーティBody Wave		ちぎり絵		やさしいヨガ		カントリークラフト		初心者の手編み		煎茶と礼法		着装とマナー		フラダンス	
	定員		50		10		35		15		10		10		15		15	
	講師		藤川 亜紀		中村 千恵子		吉田 愛		栞島 みどり		黒川 由佳		大塚 律子		中西 寿恵美		今田 富美	
申込受付	1	9/3	背骨のつまりをとる	9/4	牧場高原	9/4	簡単な呼吸法やポーズで体を感じ	9/5	りんごのマグネット	9/5	バケットハット 並太 かぎ針5号	9/6	茶櫃点前	9/6	自己紹介 長襦袢の着方 補正の仕方	9/7	ハーフラール	
	2	9/10	猫背の防止	9/11	"	9/11	ながら整えて いきましょう。	9/12	ハウスのミニキルト 又は バッグ	9/12	"	9/13	"	9/13	普段着の着方 長襦袢の着方	9/14	"	
	3	10/1	ウエストのくびれ	9/18	"	9/18	"	9/19	"	9/19	"	9/20	番茶 点前	9/20	普段着の着方 名古屋帯の結び方	9/21	"	
令和5年8月29日(木)~ 時間:9時~17時 ただし、月曜日と祝日の翌日は休みです。	4	10/8	太りにくい体づくり	9/24	スカイツリー	9/24	"	9/26	"	9/26	"	9/27	"	9/27	"	9/28	"	
	5	10/22	腸内改善	10/2	小物で楽しむ	10/2	"	10/3	"	10/3	"	10/4	二枚茶巾丸盆	10/4	普段着の着方 半幅帯の結び方	10/5	"	
	6	10/29	ハロウィンレッスン	10/9	"	10/9	"	10/10	エンジェル	10/10	"	10/11	"	10/11	"	10/12	ジングルベル	
受講料 1,300円 ※開講途中で中止の場合は 受講料の払い戻しはありま せん。 ※電話でのお申し込み はできません。	7	11/12	あたたためて燃やす①	10/16	"	10/16	"	10/17	"	10/17	"	10/18	二枚茶巾角盆	10/18	正装の着付け 袋帯の結び方	10/19	"	
	8	11/19	あたたためて燃やす②	10/23	初春	10/23	"	10/24	節分の壁飾り	10/24	"	10/25	"	10/25	"	10/26	"	
	9	11/26	あたたためて燃やす③	10/30	"	10/30	"	11/14	"	10/31	"	11/1	二枚茶巾長盆	11/1	他装の着付け	11/2	"	
お問い合わせ	10	12/3	まとめレッスン	11/13	"	11/13	"	11/21	干支ピック	11/14	その他	11/15	大福茶点前	11/15	"	11/16	"	
	持参物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初心者向けです</li> <li>・通気性の良い運動のできる服装</li> <li>・タオル</li> <li>・飲み物</li> <li>・専用バンド(実費)</li> <li>・シューズ (滑りにくいクッション性のあるもの)</li> <li>・筆記用具</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鉛筆、筆</li> <li>・豆クリップ2ケ</li> <li>・糊(フェキ糊チューブ入り) 糊と水の入れ物</li> <li>・名前ペン(油性、極細)</li> <li>・下敷き(台紙)</li> <li>・はさみ、トレーサ、目打ち ピンセット、おしぼり</li> <li>・材料費実費</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨガマット バスタオル等</li> <li>・動きやすい服装</li> <li>・飲み物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・針(縫い針とまち針)</li> <li>・糸(生なり又は白糸黒糸)</li> <li>・ハサミ(布用と紙用)</li> <li>・厚紙(ノートの大きさ位)</li> <li>・のり ・鉛筆</li> <li>・割りばし1本</li> <li>・ごみ入れ</li> <li>・材料費実費</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かぎ針</li> <li>・材料費実費</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・懐紙</li> <li>・楊枝</li> <li>・懐紙入れ</li> <li>・茶巾(さらし巾13cm)</li> <li>・お茶菓子代実費</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具 糸 針</li> <li>・ハサミ</li> <li>・タオル(3~4枚)</li> <li>・ガーゼ等</li> <li>・着物 長襦袢 伊達巻き2 ユーリンベルト2本 腰紐2 足袋 下着</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動きやすい運動しやすい 気軽な服装</li> <li>当日講師よりスカート (ハウスコート練習用)の 教材の説明</li> </ul>									
ご案内	8月29日(木)受付開始																	
	A組 9時より B組 11時より																	