





上溝公民館女性学級 学級生募集

楽しく自分を磨こう

アフターコロナドアを開け 新たな自分へ出発しよう

7月18日(木)～9月26日(木) <全10回> 午前10時～正午

回	開催日	学習内容
1	7月18日(木)	「仲間づくり」開級式、オリエンテーション、アイスブレイク
2	7月25日(木)	「人との接し方を学ぶ」 ●講師：国際コーチング連盟 認定コーチ 歌田 なぎさ氏 
3	8月1日(木)	「心と部屋の片づけ」 ●講師：整理収納アドバイザー 中山 有美氏 
4	8月8日(木)	「これまでの学習を振り返ろう」 ●学級生同士によるフリートーク
5	8月22日(木)	「自分だけのアクセサリ創ろう① 
6	8月29日(木)	「基本のスキンケアとメイクアップ方法」※公開講座 ●講師：資生堂ジャパン ソーシャルエリアパートナー 阿部 洋子氏 
7	9月5日(木)	「自分だけのアクセサリ創ろう② 
8	9月12日(木)	「マイアクセサリを着け、楽しくリズムダンスを踊ろう 
9	9月19日(木)	「学級を振り返ろう」 ●学級生同士によるフリートーク 
10	9月26日(木)	「学習記録のまとめ・閉級式」

対象：上溝公民館区内在住の成人女性20名

募集：6月1日(土)から定員に達するまで

会場：上溝公民館 大会議室

参加費：第5回目第7回目の教材費合計500円(第1回目に徴収)

保育：2歳以上未就学までのお子さん先着2名まで保育します。

※上溝公民館区内の成人の方であれば、この回のみ参加が可能
(事前申込み、先着10名まで、保育対応なし)。

申込み・問合せ：公民館まで電話か直接窓口へ 上溝公民館 電話 042-761-2288

