

各ワークショップ案内

津軽の手しごと こぎん刺し

- 受講料 各1500円 ※材料費別途500円
- 時間 10:00~12:00
- 曜日 木曜日
- 対象 一般男女 ●定員 20名
- 講師 辻森 桜子
- 開催日・申込み期間



開催日	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
	5月12日	5月19日	6月2日	6月16日	6月30日	7月14日
申込み期間	4/12~	4/19~	5/2~	5/16~	5/31~	6/14~
	5/7	5/14	5/28	6/11	6/25	7/9

羊毛フェルト絵

- 受講料 各1500円 ※材料費別途500円
- 時間 10:00~12:00
- 曜日 木曜日
- 対象 一般男女 ●定員 20名
- 講師 奥田 千絵里
- 開催日・申込み期間



開催日	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
	5月26日	6月9日	6月23日	7月7日	7月21日	7月28日
申込み期間	4/26~	5/9~	5/23~	6/7~	6/21~	6/28~
	5/21	6/4	6/18	7/2	7/16	7/23

簡単においしく薬膳料理

- 受講料 各3500円 ※材料費込
- 時間 10:00~12:30 ●定員 10名
- 曜日 毎月第2木曜
- 対象 一般女性
- 講師 河合 美和
- 開催日・申込み期間



* 各月メニュー *

- 5月 春のイライラ解消メニュー
- 6月 梅雨を乗り切ろう！メニュー
- 7月 暑さに負けない、夏バテ解消メニュー
- 9月 木枯らし吹いても体の中から乾燥させないメニュー
- 10月 食事で若返り！アンチエイジングメニュー

開催日	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目	9回目	10回目
	5月12日	6月9日	7月14日	9月8日	10月13日	11月10日	12月8日	1月12日	2月9日	3月9日
申込み期間	4/12~	5/9~	6/14~	8/8~	9/13~	10/10~	11/8~	12/12~	1/9~	2/9~
	5/7	6/4	7/9	9/3	10/8	11/5	12/3	1/7	2/4	3/4

西宮ストークス・チアダンススクール

- 受講料 各1500円
- 時間 開催日による
- 曜日 開催日による
- 対象 年中~小学6年生 ●定員 30名
- 講師 西宮ストークス チアリーダーズ
- 開催日・申込み期間



開催日	1回目	2回目
	5月15日	6月25日
開催時間	13:30~15:00	
申込み期間	4/15~	5/25~
	5/10	6/20

※4/1現在の日程となります。追加日程あれば随時アップいたします。