

◆お申込み、お問い合わせは  
荒川市民センターまで 739-2343

◆講座内容は変更になる場合があります。  
広報あおもりも併せてご覧ください。

# 6月 受付講座



ARAKAWA.SHIMIN.CENTER

羊毛フェルトで  
ハンドメイド  
～ 夏 ～

6/1(月)9:00～受付開始

日時:6/13(土)10:00～12:00

対象:中学生以上 10名

受講料:1,500円

ファミリーフィットネス

～家族で楽しく運動しよう!～

6/1(月)9:00～受付開始

日時:6/14(日)10:00～11:00

対象:小学生以下の子供と  
その家族 10組

受講料:無料

骨盤まわりもすっきり  
「からだバー®」

6/4(木)9:00～受付開始

日時:6/18(木)13:00～15:00

対象:18歳以上 15名

受講料:無料

男の料理教室

～お酒にあう韓国料理～

6/5(金)9:00～受付開始

日時:6/19(金)10:00～13:00

対象:20歳以上の男性 12名

受講料:1,200円

食命人のパン作り教室  
～ 夏 ～

抽選:6/8(月)～6/10(水)まで受付

日時:6/24(水)9:30～13:00

対象:18歳以上 8名

受講料:800円

座って気楽に  
いすヨガ

6/11(木)9:00～受付開始

日時:6/25(木)13:30～15:30

対象:18歳以上 20名

受講料:無料

癒しのヨガ教室

6/12(金)9:00～受付開始

日時:6/26(金)13:30～15:00

対象:18歳以上 20名

受講料:無料

梅ちゃん先生の  
お料理教室  
～大人のお肉料理～

抽選:6/12(金)～6/14(日)まで受付

日時:6/27(土)10:00～13:00

対象:18歳以上 15名

受講料:無料

カラダにやさしい  
お料理教室  
～醗酵ドリンク～

抽選:6/22(月)～6/24(水)まで受付

日時:7/4(土)10:00～12:00

対象:高学生以上 16名

受講料:2,800円

手作り  
石けん教室  
～夏のせっけん～

6/23(火)9:00～受付開始

日時:7/7(火)10:00～12:00

対象:18歳以上 16名

受講料:2,000円

ファミリーフィットネス  
～家族で楽しく運動しよう!～

6/26(金)9:00～受付開始

日時:7/12(日)10:00～11:00

対象:小学生以下の子供と  
その家族 10組

受講料:無料