

# 4月受付講座

## はじめてさんのスマホ教室

4/1(水)9:00～受付開始

日時:4/13(月)10:00～12:00

対象:18歳以上 10名

受講料:無料

## 肩こりすっきり 「からだバー®」

4/1(水)9:00～受付開始

日時:4/16(木)13:00～15:00

対象:18歳以上 15名

受講料:無料

## ママ＆ベビーの3B体操教室 ～産後のストレスふきとばそう!～

4/3(金)9:00～受付開始

日時:4/17,24(金)10:00～12:00

対象:4～10ヶ月の赤ちゃんとその母親

受講料:無料 10組

## 食命人のパン作り教室 ～春～

抽選※4/13(月)～15(水)まで受付

日時:4/29(水)9:30～13:00

対象:中学生以上 8名

受講料:800円

## カラダにやさしいお料理教室 ～無添加ソーセージ～

抽選※4/21(火)～23(木)まで受付

日時:5/9(土)10:00～12:00

対象:高校生以上 16名

受講料:2,000円



ARAKAWA.SHIMIN.CENTER

## ファミリーフィットネス ～家族で楽しく運動しよう!～

4/23(木)9:00～受付開始

日時:5/10(日)10:00～11:00

対象:小学生以下の子供とその家族

受講料:無料 10組

## はじめての陶芸教室 ～カップ＆ソーサー～

4/27(月)9:00～受付開始

日時:5/13,20,6/17,7/8(水)

18:30～20:30

対象:高校生以上 10名

受講料:1,500円

◆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。