

きれいに片付けたのに  
気付いたらまた  
散らかっている…



誰でも簡単！

## 整理収納

## の コツ

どんな収納グッズを  
使ったらいいの？



何から手をついたら  
いいのかわからない…



必要なもの・不要なもの  
の仕分け方を知りたい！



講座名	講座情報	講師	内容	受講料 教材費	持参物等
囲碁を楽しもう	4/1~7/29 全8回 9:30~11:30※ 第1・3木 定員26名	囲碁講師 信里 博司	手筋の研究や詰碁の問題、対局等を行います。囲碁を楽しみながら友情の輪を広げましょう！	1,200円 なし	※対局の関係で、終了時刻が延びる事があります。
はじめてのワード	4/2~7/16 全8回 9:30~11:30 第1・3金 定員10名	パソコン講師 高橋 功	初心者向けの講座です。ワード(文書作成ソフト)の使い方を基礎から学習し、写真の小冊子を作成します。	1,200円 なし	パソコン(持参必須) (Word2010以降のバージョン限定)、写真データなど
親くなれる韓国語	4/3~2/5 全18回 9:30~11:30 第1・3土 定員35名	韓国語講師 崔 瑞玟	文字の仕組みや読み書き、簡単な会話などの基礎から楽しく韓国語を学びます。	2,700円 ※	※初受講者はテキスト代2,300円
中国健康体操「練功」	4/10~7/24 全8回 13:30~15:30 第2・4土 定員35名	中国健康体操 インストラクター 藤原 照恵	心地よい音楽に乗せて腹式呼吸を導き、体の各部位のストレッチや筋力強化を行います。	1,200円 なし	マット(敷物)
笑って元気！ 笑いヨガで免疫力 アップ	4/11~7/25 全8回 13:30~15:30 第2・4日 定員30名	笑いヨガインストラクター 万代京央子	笑いで脳を活性化させ、心と体を元気に！笑いたいあなた、笑えないあなたも一緒に！	1,200円 なし	
気軽に作れる 男性料理教室	4/13~7/13 全4回 9:30~12:30 第2火 定員12名	料理研究家 宮尾 美苗	基礎から料理を学びましょう。和洋中、色々作ります(酒の肴も!?)。初心者の方大歓迎です！	600円 2,800円	男性対象
英語 de 楽しく コミュニケーション	4/15~8/5 全8回 9:30~11:30 第1・3木 定員15名	英会話講師 ジェニー・花田	英語をたくさん聞いたり話したりして、楽しくコミュニケーションしましょう！	1,200円 なし	
大人かわいい ハンドメイド教室	4/16~12/17 全8回 9:30~11:30 第3金 定員15名	ハンドクラフト インストラクター 戸川由美子	アートプリントでマスクをかわいくアレンジするなど、人気のハンドクラフトが色々体験できます♪	1,200円 実費※	※教材費1作品1,500円から
家カフェを もっと美味しく	4/17~7/17 全4回 9:30~11:30 第3土 定員12名	焙煎士 牧 浩市	コーヒーの雑学や美味しく淹れる秘訣を学んだり、色々な産地のコーヒーを飲み比べたりします。	600円 2,500円	
はじめての寄せ植え	4/21~2/16 全10回 10:00~12:00 第3水 定員24名	グリーンアドバイザー 宮尾 忠昌	季節の草花で寄せ植えを作ります。植物の基礎知識も学べるのでご家庭でのお手入れに役立ちます。	1,500円 1,500円/回	教材費は毎回集金
やさしい パステルアート	4/22~12/23 全8回 9:30~11:30 第4木 定員15名	パステル和アート インストラクター 難波生弥子	絵が苦手な方でも大丈夫！ふんわりやさしいオリジナルパステルアートの世界に触れてみませんか。	1,200円 4,000円	
«New» 誰でも簡単！ 整理収納のコツ	5/25 全1回 10:00~12:00 火曜日 定員20名	整理収納アドバイザー 堀井 紘子	片付けの色々な悩みを解決！片付けの具体的な方法やコツを学んで、片付け上手にならしましょう♪	150円 なし	