

11月受付講座

11/1(金)9:00~受付
心を整える
写経と心にひびく法話
日時:11/14(木)10:00~12:00
対象:18歳以上 20名
受講料:無料

11/6(水)9:00~受付
ママ&ベビー・キッズ
フィットネス
日時:11/19(火)10:00~12:00
対象:3歳以下の乳幼児と
保護者 20組
受講料:無料

11/7(木)9:00~受付
缶詰王国あおもり
~缶詰の歴史と食文化~
日時:11/21(木)13:30~15:30
対象:18歳以上 30名
受講料:無料

11/7(木)9:00~受付
癒しのヨガ教室
日時:11/22(金)13:30~15:00
対象:18歳以上 20名
受講料:無料

11/12(火)9:00~受付
気軽に楽しむ椅子ヨガ
日時:11/26(火)13:30~15:30
対象:18歳以上 20名
受講料:無料

11/12(火)9:00~受付
初心者向けエアロビクス
日時:11/27(水)10:00~12:00
対象:18歳以上 30名
受講料:無料

抽選:11/8(金)~10(日)まで受付
食命人のパン作り教室
~冬~
日時:11/24(日)9:30~13:00
対象:18歳以上 8名
受講料:800円

抽選:11/11(月)~13(水)まで受付
ハマカレーが教える
スパイスカレー
日時:11/26(火)10:00~12:00
対象:18歳以上 16名
受講料:700円

抽選:11/27(水)~29(金)まで受付
青森のローカルごはん
ごま赤飯
日時:12/12(木)
10:00~12:00
対象:18歳以上
16名
受講料:800円

抽選:11/29(金)~
12/1(日)まで受付
わら細工教室
手作りの正月飾り
日時:12/14(土)10:00~12:00
対象:中学生以上 20名
受講料:500円

抽選:11/22(金)~24(日)まで受付
梅ちゃん先生のお料理教室
~親子でお肉料理~
日時:12/7(土)10:00~13:00
対象:小学生と保護者 6組
受講料:無料



ARAKAWA.SHIMIN.CENTER

◆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。