

サンライフ袋井にて、令和6年6月に、下記の短期講座を予定しております。
皆様のご参加をお待ちしております!!

講座名	日	時間	定員 (先着順)	受講料 (材料費含む)	内容
ひまわりの 飾り巻き寿司 (全1回)	6月27日 (木曜日)	10:00~ 12:00	10名	1,500円	飾り巻き寿司を作る。 (講師:落合裕子さん) 持ち物: エプロン、三角巾、スリッパ、 ふきん、持ち帰り用容器(おにぎり 4個が入る程度)、保冷バッグ、 保冷剤
呼吸トレーニング (全2回)	6月 7日・14日 (金曜日)	10:00~ 11:00	10名	1,000円	呼吸を意識して、体を動かすためのトレー ニングをする。 (講師:加茂衣未さん) 持ち物: ヨガマットまたは大きめのバスタ オル、飲み物
ディンプル アート (全1回)	6月13日 (木曜日)	10:00~ 12:00	16名	1,500円	車のフロントガラスの廃材で作った絵の具を 使い、アクリル板に塗り絵をする。 (講師:沼田晶子さん) 持ち物: エプロン、汚れてもいい服装



ひまわりの飾り巻き寿司



呼吸トレーニング



ディンプルアート

※ 図・写真はイメージです。

◆◇ 申し込みについて ◇◆

- 申込開始日: 令和6年5月14日(火)から、受付時間: 午前9時~午後8時30分
- サンライフ袋井の受付まで直接、もしくはお電話にてお申し込みください。
- いずれの講座も先着順となります。定員に達し次第募集終了となります。
- 申し込み人数が少ない場合、教室が開講しないことがあります。

◆◇ サンライフ袋井 連絡先 ◇◆

電話 : 0538-43-5051 (毎月第4月曜日休館)
ホームページ : <https://sunlife-fukuroi.jp>

**5月14日(火)から、
申込開始です。**