

市内在住者対象

# 2019年度 市民学園講座

## 託児付き子育て応援講座



～健康・物づくり、料理等の講座を通して生活を豊かにしませんか～（講座ごとの申し込みです）

講座	月・日(曜日)	時間	内容・定員	講師	会場・受付開始・費用
1	① 5/14(火) ② 5/21(火) (全2回)	10時～ 11時30分	ボディリメイク ヨガ (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	ヨガインストラクター グッド 智仁氏	4階 和室 4/17(水)～ 受講料 270円×2 =540円(2回分)
2	5/29(水)	10時～ 13時	パンづくり教室 おいしいイーストドーナツ (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	製菓衛生師 山本 若恵氏	6階 クッキングスタジオ 4/24(水)～ 受講料 270円+材料費 500円 =770円
3	6/12(水)	10時～ 11時30分	癒しのハーバリウム講座 (15名)(1歳～4歳児の託児付き)	ハーバリウム講師 加賀 麻紀氏	7階 学習室 704 5/15(水)～ 受講料 270円+材料費 1,000円 =1,270円
4	6/26(水)	10時～ 13時	おもてなし料理教室 パエリア 他 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	ANAクラウンプラザ ホテル釧路総料理長 楡金 久幸氏	6階 クッキングスタジオ 5/22(水)～ 受講料 270円+材料費 730円 =1,000円
5	① 7/17(水) ② 7/24(水) (全2回)	10時～ 11時30分	美姿勢・ひきしめ ピラティス (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	ピラティス インストラクター 米木 萌氏	4階 和室 6/18(火)～ 受講料 270円×2 =540円(2回分)
6	① 8/21(水) ② 8/28(水) ③ 9/ 4(水) (全3回)	10時～ 12時	入園グッズ スモックづくり (15名)(1歳～4歳児の託児付き)	裁縫講師 高山 玉恵氏	6階 学習室 601 7/23(火)～ 受講料 270円×3 =810円(3回分)
7	9/17(火)	10時～ 11時30分	健康と美容に ゆるゆるリンパケア講座 (20名)(1歳～4歳児の託児付き)	リンパケア インストラクター 石井 真由美氏	4階 和室 8/20(火)～ 受講料 270円
8	9/25(水)	10時～ 12時30分	おやつづくり教室 シフォンケーキ 他 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	自然の味をとり戻そう会 代表 小林 良雄氏 小林 昌子氏	6階 クッキングスタジオ 8/27(火)～ 受講料 270円+材料費 500円 =770円
9	10/ 2(水)	10時～ 12時	子どもと楽しむお片付け 整理収納講座 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	整理収納アドバイザー 前田 志津氏	6階 学習室 602 9/3(火)～ 受講料 270円
10	10/16(水)	10時～ 11時30分	身体の軸を整えて日常の疲れをリセット 体幹トレーニング教室 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	カボエイラ流 体幹トレーニング講師 大和田 秋秀氏	2階 多目的ホール 9/18(水)～ 受講料 270円
11	11/27(水)	10時～ 13時	クリスマス料理教室 スタッフドチキン 他 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	ハートンツリー オーナーシェフ 服部 佐知子氏	6階 クッキングスタジオ 10/23(水)～ 受講料 270円+材料費 1,000円 =1,270円
12	12/11(水)	10時～ 11時30分	嗅覚の反応から自分に合った アロマセラピー (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	釧路アロマセラピー スクール代表 川内 ゆかり氏	7階 学習室 704 11/13(水)～ 受講料 270円+材料費 560円 =830円

### 2019年度

### 「託児付き子育て応援講座」開設要項



- 申し込み：各講座ごとに受付をいたします。  
(受付時期は生涯学習センターまたは「広報くしろ」で確認)
- 対象：釧路市内在住者で未就学児童(6歳まで)がいらっしゃる保護者の方
- 託児：開設の時間帯で、1歳から4歳児をお預かりします。
- 募集定員：各講座15名から24名
- 受講料等：受講料は1回270円で、材料費等は講座ごとに異なります。
- 日程：講師の都合などにより日程が変更になる場合があります。

### -講座申込み-

一般財団法人 釧路市民文化振興財団

釧路市生涯学習センター

釧路市幣舞町4-28

☎ 0154-41-8181

電話または窓口で受け付けます。

受付時間 8:50

～20:30

(月曜日休館)