

みなさんのご応募を  
お待ちしております!

## プラザ講座のご案内

◎特に記載が無い場合は市内在住の18歳以上の方が対象です。  
◎定員を超えた場合は初めての方を優先させていただきます。

### 講座①

## 初級英会話

9月1・8・15・22日(金)

【全4回】10:00~11:30 講師…濱野恵子 さん



先生とコミュニケーションをとりながら、楽しく英語を学びます。和気あいの楽しい講座です。

★ Study English!!

### 講座②

## ハワイアン体操

9月5・12・26日・10月3日(火)

【全4回】10:30~12:00

講師…大久保ゆかり さん

フラダンスの動きを取り入れたリラクゼーション体操。過度な動きはありませんので、どなたでもご参加いただけます♪



### 講座③

## 食育講座 ◇ 給食に学ぶ

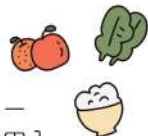
9月29日(金)

【全1回】10:00~11:45

会場…横須賀市学校給食センター

講師…施設職員 [参加費 380円]

横須賀市学校給食センターの施設見学・給食のお話・試食がセットの講座です!



メニューは  
お楽しみ♪



### 講座④

## すくすく教室

10月4日(水)

【全1回】10:00~11:30

保育士…豊田ひろみ さん



小さなお子さんを子育て中の方。親子で参加してみんなで楽しく遊びながら交流しましょう♪

◎保護者1名とお子様 (対象:0~3歳 [未就園児])  
◎大広間(和室)で行います。



## 講座のお申し込み方法はこちら

往復ハガキに加えスマホなどからもお申し込みいただけます。ぜひご利用ください。

①初級英語 申込締切 8月20日迄  
②ハワイアン体操  
③食育講座給食に学ぶ

④すくすく教室 申込締切 9月20日迄

※申込締切後、定員に空きがある場合は追加でお申し込みいただける可能性があります。ご相談ください。

こちらから  
どうぞ



往信面

~お申し込み記入例~

返信面

63 往信	2380035	横須賀市池上4-6-1	池上市民プラザ	※この面には 何も書きません	63 返信	□□□□□□	①希望の講座名 ②郵便番号 ③住所 ④お名前(フリガナ) ⑤電話番号 ⑥年齢 ⑦性別
----------	---------	-------------	---------	-------------------	----------	--------	--

※お申込の際にお伺いいたしました個人情報(連絡先など)は本講座の連絡以外の目的に使用することはありません。



## 無料相談



### 健康相談

8月9日(水)・9月13日(水) 10:00~12:00 ◎予約不要

### なんでも相談

8月15日(火)・9月26日(火) 10:00~12:00 ◎予約不要

### 社会保健労務士相談

8月8日(火) 9:30~12:30 ※要予約 空きがある場合は当日でも可。

【お問い合わせ】

池上コミュニティセンター

プラザ講座担当

☎046-853-1051

◎感染症の拡大状況によって予定の変更や休館する場合がございます。