

参加者を募集します

輝くあなた

ちょっと素敵に、ちょっと知的に

発売中

会場 三次市民ホール きりり
無料託児あります

受講料 6回通し(限定60セット)
4,000円

単発(1講座のみ) 1,000円
※ただし2回目以降の単発チケットは5月11日(木)から販売します。

素敵な女性を応援します!

第1回 5/11(木)
13:30~15:30
暮らしの中に
香りをプラス

アロマテラピーとは芳香療法という意味を持っています。日々の暮らしに香りを取り入れる方法や、お掃除に活用する方法をお伝えします。ハーブティーを飲みながら、香りと共にゆっくりとした時間を過ごしましょう。



講師 Spica 代表
ナード・ジャパン認定
アロマイストラクター 滝口 季里花

第2回 6/8(木)
13:30~15:30
さいねい龍二
スイーツ男子トークショー

ドラマや舞台など全国で活躍され、現在は広島を中心に活動されている「スイーツ男子」でおなじみの、さいねい龍二さんが三次へ! おすすめのお店や取材のエピソードを中心に語ってくださいます。



講師 タレント さいねい 龍二

第3回 7/13(木)
13:30~15:30
癒しの
フィットネスフラ

優雅でやさしい見た目と違い、全身運動により、体のさまざまな筋肉を鍛えることができるのがフィットネスフラです。年齢関係なくhulaはとても人気の高いプログラムです。



※運動のしやすい服装、履物、飲み物、タオルをご持参ください。

講師 JWIジャパンウエルネスバージョン
fitness hula 検定ベシヤリスト 貝谷 万里子

第4回 9/14(木)
13:30~15:30
みんなを笑顔にする
話しかた

笑顔あふれる会話のヒントをお伝えします。家事や仕事、子育てそして介護など忙しい毎日の中にもみんなが笑顔になれる瞬間があります。何気ない会話をより楽しく前向きに…。ケーブルテレビ「あっちこっち三次」の裏側も少しだけお話しします。



講師 三次ケーブルビジョン
キャスター 竹岡 睦美

第5回 10/5(木)
13:30~15:30
インテリアが劇的に変わる
明かりのレシピ

照明は建築空間に味わいと彩りを添える最高の調味料です。インテリアで活躍する簡単でおいしい明かりのレシピを紹介します。照明のさじ加減1つで変わる空間の様子をご覧ください。



※協力(公社)インテリア産業協会中国支部

講師 ティカティカ 代表取締役
照明デザイナー 小田 綾子

第6回 11/9(木)
13:30~15:30
Guten Tag! パンの愉しみかた
~ドイツで私が学んだこと~

現地で10年間学んだ、ドイツパンの美味しい食べ方を紹介します。天然酵母・無添加といった、健康的で安心なパンへのこだわりについてお話ししますよ。そして、食事・仕事・出産・子育てなど、ドイツの文化にも触れてみませんか。



講師 ドイツパンの店
ベッカライナガヤ 村上 洋子

申し込み
問い合わせ

三次市立図書館 TEL0824-62-2639 FAX0824-63-2861
三次市民ホール TEL0824-62-2222 FAX0824-62-2230

月曜日休館 市内全図書館でも受付
水曜日休館

くらし文化セミナー 2017

『輝くあなた』参加申込書

ご住所 (〒 -)						
フリガナ お名前		年齢 歳	電話番号			
			F A X			
・6回通し	・第1回	・第2回	・第3回	・第4回	・第5回	・第6回 ※○で囲んでください。

《託児》 有 ・ 無	お名前	歳	ヶ月
------------	-----	---	----

暮らしサポートみよしからの各種ご案内を希望されない方はチェックをいれてください。

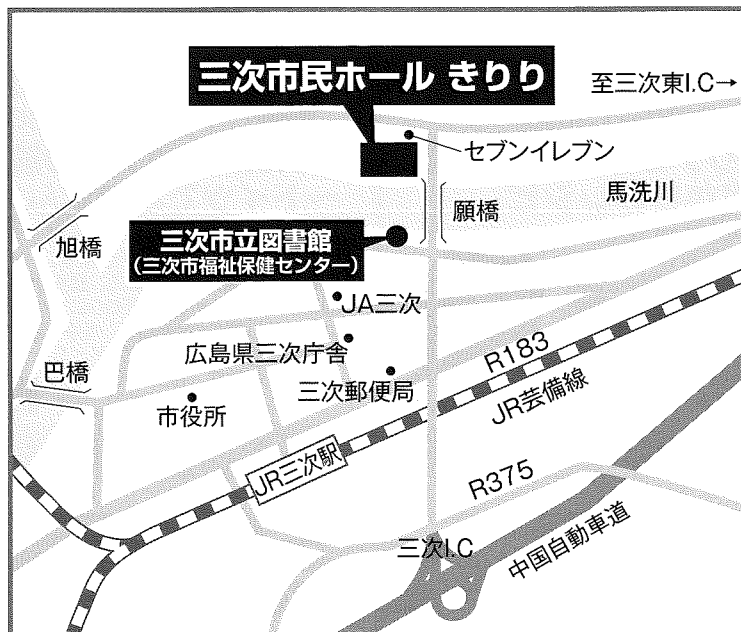
お知らせを希望しません

※この申込書に記載された個人情報は、当事業のためにのみ使用し、第三者に提供することはありません。

----- 切り取り線 -----

参加のご案内

- 会場** 三次市民ホール きりり
- 対象** どなたでもご参加いただけます。
(託児をご希望の方は申し込みの際に事前にお申し付けください)
- 定員** 100名 (申込先着順。定員になり次第締め切りますのでご了承ください)
- 受講料** 6回通し(限定60セット) **4,000円** / 単発(1講座のみ) **1,000円**
 ※申し込みと同時にお支払いください。
 ※電話・ファックスでお申し込みの方は、3日以内にご持参ください。
 ※ただし2回目以降の単発チケットは5月11日(木)から販売します。
- 申込方法** 三次市内全図書館、三次市民ホール きりりにて受け付け致します。
 上記申込書にご記入の上、ご持参ください。電話・ファックスでも申し込みいただけます。



【受付/会場】
三次市民ホール きりり
 〒728-0021 三次市三次町 111-1
 TEL.0824-62-2222 FAX.0824-62-2230

【受付】
三次市立図書館
 (三次市福祉保健センター)
 〒728-0013 三次市十日市東 3-14-1
 TEL.0824-62-2639 FAX.0824-63-2861