

一緒に楽しく『自分磨き』してみませんか？新しい仲間を作りませんか？



# 女子力アップ講座 下半期の予定

大好評いただいております『女子力アップ講座』ですが、下半期の予定が決まりました。毎月バラエティに富んだ内容ですので、いろいろな角度から「女子力アップ」に挑戦しましょう。ぜひ皆さん気軽にご参加下さい。

- 参加費：1講座1,000円  
(興味のある月にお申し込みください)
- 対象者：18歳以上の女性ならどなたでも
- 申込：スサノオの風へ直接ご連絡ください
- お問合せ：スサノオの風 (担当：藤原 TEL84-0833)

## ～スケジュール～(下半期)

開催日時	講座名	講師	開催場所	持ち物
10月27日(日) 14時～16時	<b>お口いきいきUP! 歯と口の健康について</b>	高橋 悦子氏	スサノオホール 2階視聴覚室	筆記用具、手鏡 歯ブラシ、水分
11月10日(日) 14時～16時	<b>ゆったりヨガ</b>	大國 準子氏	文化練習館	タオル、水分 運動のできる服装
12月1日(日) 14時～16時	<b>アロマで心も体も温まろう! アロマの入浴剤クラフト</b>	アロマセラピー沙羅 多々納 美千代氏	スサノオホール 2階視聴覚室	筆記用具 材料費500円
1月19日(日) 14時～16時	<b>手先美人! ハンドケア&amp;マッサージ</b>	ネイルドヌール シアン 実松 利恵氏	スサノオホール 2階視聴覚室	筆記用具、タオル
2月23日(日) 14時～16時	<b>ちくちく羊毛教室</b>	大國 世津子氏	スサノオホール 2階視聴覚室	筆記用具、ボンド 縫い針、はさみ 材料費1,000円
3月16日(日) 14時～16時	<b>体スッキリ! リンパマッサージ</b>	トータルサロン TASUKAU 小玉 洋華氏 他2名	文化練習館	筆記用具、手足が 出しやすい服装