

女性活躍推進委員会企画講座 **第2弾**

たのしいメイクレッスン

講師：後藤 千枝 先生

簡単、楽しいメイクであなたにぴったりのメイクを学びましょう。

日時 令和7年2月13日(木) 10:00~12:00

持ち物 鏡と化粧品は講師が準備しますが、ご自身のを使いたい場合はご持参ください。

定員 女性会員15名



申込締切 2月4日(火)

60歳からの健康ダンス

講師：八島 玲奈 先生 YAYOI DANCE STUDIO Cats9

年齢を問わず、伸び伸びと手・足・腰のストレッチができます！

日時 令和7年2月17日(月) 13:30~15:00

持ち物 室内シューズ、運動しやすい服装、タオル、水分

定員 女性会員15名



申込締切 2月6日(木)

キムチ作り

講師：ちよん・ひよんすく 先生

FUKUKANいやしカフェオーナーが韓国伝統製法でヤンニョム(キムチの液体)作りを教えます。白菜漬け1/4カットお持ち帰り付き。

日時 令和7年2月27日(木) 13:30~15:30

材料費 1,100円(当日徴収)

持ち物 エプロン、タオル、三角巾、筆記用具、包丁、まな板

定員 女性会員15名



申込締切 2月18日(火)

特別企画！「再発見!! 福島観光スポット」

~福島交通の人気バスガイドが県内観光スポットをご案内!~

日時 令和7年2月20日(木)

10:00~11:30

講師 八巻ひろえさん

定員 会員40名(男性会員もOK!)



申込締切
2月10日(月)

< 講座概要 >

会場 シルバー人材センター 多目的ホール
受講対象 福島市シルバー人材センター女性会員
(「再発見!! 福島観光スポット」は男性も対象)
受講料 無料(材料費等自己負担。当日徴収します。)
申込方法 受講希望の方は電話にてお申し込みください。
申込多数の場合は抽選とさせていただきます。

