

フラワーアレンジメント教室

講師：花教室kapua主宰 馬場 まゆみ さん

季節の花材を使ってイベントアレンジメントをつくります 🌸🌺🌻

生活に潤いをもたらす、フラワーアレンジメントの楽しさを味わいましょう♪

🌸 日 程：月1回

🌸 会 場：赤羽会館 4階 小ホール又は第2集会室

🌸 費 用：4,000円（材料費込、当日集金）

🌸 持ち物：花切り鋏、カッター、ごみ袋、
ホチキス、持ち帰り袋



バックブーケ



お雛様

◆ 室内の定員設定・座席配置、換気等、感染予防対策を講じて実施します

(申込・問合せ先) 赤羽会館 ☎03-3901-8121

申込順定員制

必ず事前にお申し込みください
※申込締切後のキャンセルはお受けできません

【赤羽会館カルチャー・ヘルス企画 開催日程一覧表】

都合により変更する場合があります

2025.02.01

やさしい骨盤ケアとストレッチ基礎編・応用編 定員18名 1000円

開催時間 基本編9:30~10:20 応用編11:00~11:50 第一和室

開催日	受付開始	申込締切	開催日	受付開始	申込締切		
2月4日	火	1月29日	2月3日	4月8日	火	3月26日	4月7日
2月18日	火	2月5日	2月17日	4月15日	火	4月9日	4月14日
2月25日	火	2月19日	2月24日	4月22日	火	4月16日	4月21日
3月4日	火	2月26日	3月3日	2/11・4/1・4/29(火)休講			
3月11日	火	3月5日	3月10日				
3月18日	火	3月12日	3月17日				
3月25日	火	3月19日	3月24日				

フラワーアレンジメント 定員18名 4000円

開催日	受付開始	申込締切	開催時間	制作予定	
2月15日	土	1月19日	2月8日	10:30~12:00	大人 Arrangement
3月15日	土	2月16日	3月8日	10:30~12:00	イースターArrangement
4月19日	土	3月16日	4月12日	10:30~12:00	春のArrangement
5月17日	土	4月20日	5月10日	10:30~12:00	GreenArrangement



～大人アレンジメント～

ドラセナの葉をリボンにして

申込順定員制 ※フラワーアレンジメント講座は申込締切後の

キャンセルは出来ません

「産後ママのための骨盤セルフケア」講座のお知らせ

講座名 産後ママのための骨盤セルフケア

開講日 R7年4月10・24日 5月8・22日 6月5・26日

全6回(各木曜日)午前10時~11時半 受付9時45分~

内容 育児で疲れているココロやカラダのメンテナンスをご自身でケア

出来る「骨盤セルフケア」の講座です

☆ ママ達との情報交換や交流の場としても楽しみましょう！！

対象者 R6年12月1日~2月10日生まれの赤ちゃんとママ

定員 10組(先着順)

費用 1万2千円(全6回分を初回に一括で集金)

申込方法 右記下コード又は往復はがき ~3月20日当日消印可

問合せ先 赤羽会館 〒115-0044(住所不要)

03(3901)8121 自主事業担当 村田



お申込みはこちらから



～申込・参加にあたっての注意事項～

1. 当日発熱や風邪症状が有る場合はご参加いただけません
2. 申込をしたご本人以外は参加できません

注) 申込受付時間は10:00~18:00です (定員になり次第締め切ります)

お問合せ 2階管理事務所 03(3901)8121 担当 村田