

# 教室・講座のご案内

申込期間 2023年9月15日(金)まで  
・各教室1人1通まで ※応募多数の場合は抽選となります。

## ワード入門教室(全6回)

10/14(土)・21(土)・28(土)  
11/11(土)・18(土)・12/2(土)

🕒 13:00～15:00

受講料 **8,500円**

全くの初心者の方を対象に、ワードの最も基本的な機能の習得を目指します。  
定員 15名



## エクセル入門教室(全6回)

10/15(日)・22(日)・29(日)  
11/12(日)・19(日)・26(日)

🕒 13:00～15:00

受講料 **8,500円**

全くの初心者の方を対象に、エクセルの最も基本的な機能の習得を目指します。  
定員 15名



## 陶芸教室(全8回)

10/11(水)・18(水)・25(水)  
11/1(水)・15(水)・22(水)  
12/6(水)・13(水)

🕒 13:30～16:00

受講料 **13,000円**

陶芸の基礎を学びます。

定員 16名



## ヨガ教室(全9回)

10/19(木)・26(木)  
11/2(木)・9(木)・16(木)・30(木)  
12/7(木)・14(木)・21(木)

🕒 9:15～10:30

受講料 **7,500円**

ヨガを通して、リフレッシュし  
毎日をいきいきとした状態へ  
導きましょう。定員 15名



## フラダンス教室①(全10回)

10/11(水)・18(水)・25(水)  
11/1(水)・8(水)・15(水)・11/22(水)  
11/29(水)・12/20(水)・1/10(水)

🕒 15:15～16:30

受講料 **7,000円**

初心者の方を対象にフラダンスに  
おける腰と足の使い方や基本  
ステップを習得します。  
定員 20名



## フラダンス教室②(全10回)

10/6(金)・13(金)・20(金)・27(金)  
11/3(金)・10(金)・17(金)  
12/22(金)・1/12(金)・19(金)

🕒 15:15～16:30

受講料 **7,000円**

Kahaloとkaoのベーシックが  
できる人。

定員 20名



## 苔テラリウム体験教室

10/15(日)

🕒 10:30～12:30

受講料 **4,850円**

ガラス容器の中で育てる  
小さな苔の世界。室内で  
自然を楽しむことができ、  
育てやすいので人気です。  
数種類の苔や石を使って、  
自分だけの小さな世界を  
作りましょう。定員20名



### 【申込方法】

・往復はがき・下記のEメール

※FAX受付はできません

### 【記載事項】

- ・教室名・郵便番号と住所・氏名・性別・電話番号
- ・勤務先及び住所(市内、市外のみで可)
- ・うえるびい奈良会員の方は会員番号  
(会員家族の方は会員番号とその旨)  
Eメール(予約専用)  
yoyaku@wellby-nara.or.jp

奈良市勤労者総合福祉センター

TEL:0742(71)2444

ホームページ <https://www.wellby-nara.or.jp/>

Eメール(予約専用) yoyaku@wellby-nara.or.jp