小学校・中学校・高校のみなさんへ

リユース

制服 募集・販売中！

大垣自動車学校・Café へれんけらあにて小・中・高の制服・ランドセルのご寄付をいただきました。

SDGsに積極的に取り組んでいます

リユースの制服は全てクリーニング済みです

ランドセル 数万円のものがこの価格 無料！

制服（上・下）各2,000円

raimu CLEANING ライムクリーニングさんに協賛していただきました

売り上げ金は「障がい者の就労支援」「子ども食堂」などの支援に使わせていただきます。

9:30～16:00
土・日・祝日も販売しています
TEL.0584－78－6771

10月カルチャー講座のご案内

会場／オカサンホテル4F カルチャー室
お申し込み／各講師まで 講座当日の3日前までに
ドリンク（ランチ）は必ずお召し上がりください。

ことばの四方山 朗読講座
10/1(水) 10/15(水)

脳に活力を！ 心に栄養を！

◆日時／10月1日(水) 15日(水) 10:30～12:00
◆受講料／2,000円
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／筆記用具
◆講師／竹元 真一郎(ことばの会 えくせるしあ)
TEL 090-9911-0428
朗読は、趣味として生涯楽しめ、脳の活性化、呼吸法、表情筋等、健康づくりにも役立ちます

脳トレ発声講座 発声の基本を学び童謡唱歌を楽しく歌いましょう
10/9(木) 10/16(木)

◆日 時／10月9日（木）10:30～11:30
ドリンク代／500円
10月16日（木）12:30～13:30
ドリンク代／500円
◆受講費／1,000円
◆講師／大橋 朝子
TEL 080-5101-7244

脳トレピアノ講座 ピアノを通じて脳の活性化をめざします
10/16(木)

◆日時／10月16日(木) 10:30～11:30
◆受講費／1,000円
◆ドリンク代／500円
◆講師／大橋 朝子 TEL 080-5101-7244

大笑い健康プログラム ※要予約
10/12(日)

笑いたい人 笑いの方法学びたい人どうぞ！ リーダー養成講座 フォローアップ！

◆日時／10月12日(日)
10:00～11:30
◆会費／1,000円
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／汗ふきタオル・水(飲み物)筆記用具
◆講師／
ラフターヨガナショナル
ユニバーシティ認定ティーチャー
西田 あいこ
TEL 090-7436-7587

マネーカフェ ～お金のあれこれ みんなで語ろう～
10/14(火)

◆日時／10月14日(火)
10:00～
◆受講料／300円
◆ドリンク代／500円
◆講師／
ファイナンシャルプランナー
細野 明子
TEL 090-5878-9560

デッサン・スケッチ教室
10/21(火)

初めての方も気軽に楽しく♬

◆日時／10月21日(火) 13:00～15:00
◆受講料／2,000円
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／初回は手ぶらでどうぞ
◆講師／藤原 亜南 TEL 090-6074-4449

ぬり絵でHAPPY ～ありがとう妖怪ぬり絵～
10/23(木)

◆日 時／10月23日（木）10:00～
◆ドリンク代／500円
◆受講費／1,000円
（材料費込み）
◆持ち物／材料費に含まれてます
◆講師／画家 小倉 宗
TEL 080-4306-4949

健康講座＆骨盤調整体験
10/30(木)

肩こり・腰痛などの不調の原因は骨盤の歪みからかも・・・

◆日時／10月30日(木) 10:00～11:30
◆受講費／1,000円
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／フェイスタオル(パンツスタイルでお越し下さい)
◆講師／カイロプラクター
細野 香理
TEL090-8498-1019

プリザーブドフラワー 季節のアレンジメント
10/4(土)

◆日時／10月4日(土) 10:00～11:00
◆受講費／1,000円
◆材料費／2,000円
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／持ち帰り袋
◆講師／足立有子
TEL 080-3649-1366

押し花アート教室 押し花を初歩から学べます。
10/9(木) 10/21(火)

◆日 時／10月9日(木) 10:30～
ドリンク代／500円
◆日 時／10月21日(火) 10:30～
ドリンク代／500円
◆受講費／1,000円
◆持ち物／初回はこちらで用意します
◆材料費／初回 1,000円
（2回目からは実費）
◆講師／押し花インストラクター
渡部洋子
TEL 090-5618-8912

スマートライフ夢工房 高齢者向けスマホ教室

『写真とカメラの使いこなし術』 10/10(金)

◆日時／10月10日(金) 10:00～11:30

『こんな写真撮りたい！！スマホカメラ活用術』 10/24(金)

◆日時／10月24日(金) 10:00～11:30
◆ドリンク代／各500円
◆受講料／各500円
◆持ち物／スマートフォン・筆記用具
パスワードなどのメモ(ある方)
◆定員／10名<ご希望の方は2日前までにお電話もしくはSMSで予約必要>
◆講師／密本 尚美
(デジタル庁 デジタル推進委員 スマホアドバイザー)
TEL 070-8955-8844

はじめての雅・曼荼羅アートト
10/17(金)

友禅和紙を使った雅な曼荼羅アートは、どなたでも簡単にできます。

◆日時／10月17日(金)
10:00～12:00
◆受講料／1,500円(材料費込み)
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／筆筆記用具・はさみ・のり
◆講師／雅・曼荼羅アート
三浦留美子
TEL090-2348-2376

きもの着付教室 ～袋帯・名古屋帯・半巾帯 お出掛着・普段着～
10/22(水) ご希望に応じます

◆日時／10月22日(水) 10:00～11:30
◆受講費／1,000円
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／着物一式・小物一式・帯あげ・帯しめ
◆講師／清水紀子きもの着付教室
清水 紀子 TEL 0584-71-4431

思いの動かし方講座 悩みは克服・夢は達成 人生楽しく 自分らしく！
10/28(火)

◆日時／10月28日(火) 10:00～
◆受講料／ 1,000円
◆ランチ代／1,100円
◆講師／
ライフアドバイザー 髙田 典代
TEL 080-5115-0326

生け花 ～チョット早めのXmas～
10/31(金)

◆日時／10月31日(金) 9:30～11:00
◆受講費／2,800円
（花材費込み）
◆ドリンク代／500円
◆持ち物／はさみ
◆講師／大矢 恵子
TEL080-4690-0452

カルチャー講座開講をご希望の方

会場使用料・電気代／無料！ お電話にてお気軽にご相談ください

Café へれんけらあ
大垣市旭町1丁目5番地 TEL.0584-78-6771 FAX.75-2455