

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
- 🌸 費 用：5,000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



R8.0718 ひまわり



R8.09.22ドライフラワーになる生花のスワッグ

◆ 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 2026.08.01

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
8月4日	火	7月29日	8月3日	10月6日	火	9月30日	10月5日
8月18日	火	8月5日	8月17日	10月13日	火	10月7日	10月12日
8月25日	火	8月19日	8月24日	10月20日	火	10月14日	10月19日
9月1日	火	8月26日	8月31日	10月27日	火	10月21日	10月26日
9月8日	火	9月2日	9月7日	8月11日・9月22日(火)は休講 ※ 骨盤ケア講座は申込順定員制です			
9月15日	火	9月9日	9月14日				
9月29日	火	9月16日	9月28日				

フラワーアレンジメント 定員18名 5000円 小ホール				
開催日		受付開始	申込締切	開催時間
8月22日	土	7月19日	8月15日	10:30～12:00
開催場所が第2集会室に変更				ドライフラワーになる 生花のArrangement
9月19日	土	8月23日	9月12日	10:30～12:00
				基本のキのArrangement
10月17日	土	9月20日	10月10日	10:30～12:00
				秋色Arrangement

申込往復はがき記入例

オモテ(返信用)	ウラ(往信用)	オモテ(往信用)	ウラ(返信用)
☐ 〒123-0000 返信 住所 申込者の氏名	1. 講座名 2. 郵便番号・住所 3. 氏名(ふりがな) 4. 年齢 5. 電話番号	☐ 〒115-0044 往信 赤羽会館 管理事務所 宛	※何も書かない ください (赤羽記入欄)

問合先 赤羽会館自主事業担当 村田

〒115-0044 北区赤羽南1-13-1 電話番号 03-39001-8121

注) 申込受付時間は10:00～18:00です

～ 第8回 産後ママのための骨盤セルフケア ～

開 講 日 時 9月3・24日 10月8・22日 11月12・26日 (各木曜日)
 午前10時～11時30分 (受付開始 9時45分)
 場 所 3階第一和室 定員10名 (先着順)
 参 加 料 ¥12,000 (全6回分 初回に一括で集金)
 対 象 者 R8年4月1日～ R8年7月1日生まれの赤ちゃんともママ
 申込方法 往復はがき又は右下QRコードで申込 (締切 8月28日)
 内 容 育児で疲れている心と身体のメンテナンスをご自身で出来る ～ 骨盤セルフケア ～ の講座です
 定 員 10名



お申込みはこちらから

～ R8年9月歌声ひろば ～

開催日時 R8年9月30日(水)
 午後1時30分～3時15分(受付開始 1時～)
 場 所 赤羽会館 4階 大ホール
 内 容 カラオケ機器を使い、司会者の話を交え、童謡、唱歌、歌謡曲、フォークソング等様々な曲を合唱します
 定 員 180名(抽選)
 参 加 料 500円
 申込方法 往復はがき
 (記入例参照 1通で2人まで、参加者全員の氏名記入)
 8月1日(土)～21日(金) (当日消印有効)まで

