



## 超簡単！

自分でできる  
体ほぐし・ゆがみ直し  
はじめての  
操体法講座

体を気持ちよくゆるく動かすだけで、筋肉をほぐす方法を学べます。冷え、コリ、固さを改善して、温かくて、しなやかで軽やかな体をつくります。

- ◇日時 9月12日、26日、  
10月10日、31日  
の木曜日(全4回)  
19時～20時30分
- ◇場所 中部公民館2階 和室
- ◇定員 10名
- ◇対象 小学生以上  
(小学生は保護者同伴)

◇講師 野田順子氏

◇参加費 400円

◇持ち物 動きやすい服装、タオル、  
飲み物

【操体法】  
申込み  
専用  
二次元コード



# 秋の文化教室 参加者募集

## 基礎化粧品の 選び方講座

美容の基本は、正しい基礎化粧品の選び方からスタート！最適な基礎化粧品やメイクカラーを見つけましょう。

- ◇日時 9月14日、28日、  
10月12日、26日  
11月16日の土曜日  
(全5回)  
10時～12時
- ◇場所 中部公民館2階 研修室
- ◇定員 10名
- ◇対象 一般
- ◇講師 高須広子氏
- ◇参加費 500円
- ◇教材費 2,000円

【基礎化粧品】  
申込み  
専用  
二次元コード



### お申し込み方法

8月2日(金) 10時～8日(木) 17時 ※先着順ではありません  
中部公民館窓口 または インターネット

詳しくは次ページへ



# 中部公民館 秋の文化教室



## 受講までの流れ

### (1) 事前申込み

- ・以下の①②のいずれかの方法で申込みください

#### (先着順ではありません)

- ①中部公民館窓口にて申込書を記入・提出
- ②碧南市電子申請・届出システムから送信  
(表面の二次元コードからインターネット申込み)

### (2) 受講決定

- ・8月9日(金)に決定します。
- ・申込者が定員を超える場合等は抽選となります。

### (3) 受講可否結果発送

【受講可の場合】『抽選結果・受講決定通知書等』が郵送で届きます。

【受講不可の場合】『抽選結果』が郵送で届きます。

(8月9日(金)にホームページ上でも結果を発表します。)

### (4) 受講手続き ※受講可の場合

- ・『受講決定通知書』持参の上、公民館窓口で受講費を納入  
(8/23(金)17:00まで)

### (5) 受講日

- ・各講座で必要な持ち物を持参してください。

### お願い

- ・秋の文化教室は1人何講座でも申込み及び受講できますが、同一講座への重複申込みは無効となります。ご注意ください。
- ・申込者が定員を超える場合等は、抽選となります(先着順ではありません)。定員に達しない場合は、中部公民館窓口で随時募集を行います。
- ・講座が1回も開催されず中止となった場合は、参加費は返金します。1回以上開催された場合は返金できません。材料費については、既に購入した分については返金できません。その場合は材料をお渡しします。