

# カルチャー教室

会場：コミュニティールーム

お申し込みは、はがき・FAX、または館内インフォメーションで受け付けています。

## 本格派！おいしい珈琲の淹れ方

Aコース

Bコース

2/14(水)

2/14(水)

10:30～12:30

14:00～16:00

対象 16歳以上の女性

定員 各15名(抽選) 受講料 1,000円

講師 (社)日本パスタ協会 五十嵐 佑氏

自宅でお店のような美味しいコーヒーが飲めたらいいなど思ったことはありませんか？豆の違い、淹れ方の違いを知って、ご家庭でも再現できる美味しいコーヒーの淹れ方を学びましょう。

※各コース後半に東北電力仙台営業所によるエネルギートークがあります(約20分)。



講師：五十嵐 佑氏

〈応募締切〉1月31日(水)必着

## のんびり骨盤体操で体の歪みを改善！

Aコース

Bコース

2/21(水)

2/21(水)

10:30～12:00

14:00～15:30

対象 16歳以上の女性

定員 各14名(抽選)

受講料 150円

講師 健康運動指導士 久保 慶子氏



いつもバックを片手で持つ、足をよく組む…など、日常生活の癖から骨盤・背骨が歪み、下半身太りやむくみ、冷え性の原因となります。今回は、寝ながらゆっくりとした動きで、無理なく美しい体に戻すことができる骨盤体操を学びます。この機会に、身に付いてしまった体の癖や骨盤のゆがみを見直してみませんか？

〈応募締切〉2月7日(水)必着

## 親子教室 桃の節句！可愛い和菓子でひな祭り♪

Aコース

Bコース

3/3(土)

3/3(土)

10:30～12:30

14:00～16:00

対象 小学生と保護者(2人1組)

定員 各10組(抽選) 受講料 1,000円(1組分)

講師 御菓子司 玉浦屋 布田 善寛氏



※写真はイメージです。

女の子の健やかな成長と幸せを願う「ひな祭り」。華やかなひな祭りをいっそう彩る可愛い和菓子親子で作りませんか。男の子も大歓迎です。いつもよりも特別な1日に、ぜひご参加ください。

※ご一緒に参加されるお子様の名前(ふりがな)、年齢、性別、学校名、学年もご記入ください。

〈応募締切〉2月17日(土)必着

## もっと輝く自分へ！パーソナルカラー診断

Aコース

Bコース

3/16(金)

3/16(金)

10:30～12:30

14:00～16:00

対象 16歳以上の女性

定員 各15名(抽選) 受講料 150円

講師 イメージコーディネーター あべ 慧告子氏



※写真はイメージです。

パーソナルカラーとは自分に似合い、魅力を最大限に引き出してくれる色のことです。人それぞれ個性があるように、似合う色もそれぞれ違います。この機会にもっと輝くための自分色を見つけてみませんか。

〈応募締切〉3月2日(金)必着

## カルチャー教室・実験教室のお申し込み方法

### 下記のとおり記入の上、はがきまたはFAXでお申し込みください

※はがき・FAXのほかに館内インフォメーションでも受け付けています。

当選はがきは教室開催日の一週間前までにお届けします。なお、連絡がない場合は落選となりますので、ご了承ください。

●A・Bコースがある場合は、A・Bのいずれかをお選びください。

●親子カルチャー教室、実験教室のお申し込みは、参加されるお子様の名前(ふりがな)、年齢、性別、学校名、学年をご記入ください。

表 ▼

裏 ▼

980-0811

仙台市青葉区一番町 3-7-1  
東北電力グリーンプラザ  
「カルチャー教室(R)」係  
「実験教室(R)」係

① 希望教室名

※1教室につきはがき1枚に記入

② 参加希望日・コース

③ 〒

④ 住所

⑤ お名前(ふりがな)

⑥ 年齢・性別

⑦ 電話番号

⑧ 職業

⑨ 「オアシスを見た」とお書きください

FAX 022-225-3007

応募締切を過ぎている場合でも、定員に余裕があればご参加いただけます。ぜひお問い合わせください。

※グリーンプラザの施設利用および各種教室、イベントにお申し込みいただいた方の個人情報は、適正かつ厳重に保護・管理し、グリーンプラザの施設利用および各種教室、イベントにかかわる諸連絡および実施に関する範囲内で利用します。また、ご応募いただいた方の個人情報は、各種教室の実施にかかわる範囲内で、各種教室の講師に情報提供する場合があります。