

参加無料

消費生活セミナー

地元で活躍する企業から生活の知恵を学ぼう!

第1回

「姿勢美人になる やさしいピラティス」

- 姿勢が変わると、見た目もココロも軽やかに! 初心者の方でも安心して参加できる、やさしいピラティス講座です。

日時 11月27日(金) 10:00~11:30

会場 クロスパル高槻6階 多目的スタジオ

講師 risa pilates 山口 里紗 さん

定員 25名(申込順)

★ 持ち物・服装 ★

バスタオル(ヨガマット)、フェイスタオル、飲み物
伸縮性のある動きやすい服装
※裸足で行います



第2回

「人生後半を快適にする 住まいと整理収納」

- 人生後半の暮らしを、もっと快適に、もっと自分らしく。
片づけやすい収納の工夫から、住みやすい空間づくり、プチリフォームのポイントまで、毎日を心地よく整えるヒントをお届けします。

日時 12月4日(金) 10:00~11:30

会場 クロスパル高槻5階 視聴覚室

講師 ファヴォリインテリアワークス

代表・インテリアコーディネーター 清水 初美 さん

定員 36名(申込順)



1回のみの受講も可能です

【申込方法・連絡先】

11月4日(水)から簡易電子申込もしくは、電話か直接、消費生活センターまでお申し込みください。

高槻市立消費生活センター

〒569-0804

高槻市紺屋町1-2 クロスパル高槻2階

TEL:072-683-0999

※お聞きした個人情報は他の目的には使用しません



★ 健幸ポイント対象講座 ★

健幸パスポートをお持ちの方は
ご持参ください