



皆様こんにちは！

紫陽花がきれいな季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。  
ところで紫陽花には、種類によって葉に毒があるのを皆様ご存知ですか？  
カタツムリが紫陽花に乗っている絵を見かけますが、自然界では毒をさけるので乗ることはないそうです。念のために料理の飾りには使わないようにしましょう！



## 7～10月健康趣味教室

☆募集期間 6/11～6/15☆

- ★フラ入門レッスン (2017年11月スタート)  
第1・2・3水曜 14:30～15:45  
受講料：4か月12回分 12,000円
- ★フラ75分レッスン (2015年11月スタート)  
第1・2・3水曜 13:00～14:15  
受講料：4か月12回分 12,000円



## 7～9月健康体操教室

☆募集期間 6/11～6/15☆

9～12回分 4,500円～6,600円

- ★ルーシーダットン  
(月)10:00～11:00 or 11:30～12:30  
7/1～9/30 3か月11回 5,500円
- ★肩こり改善体操 (月)19:00～20:15  
7/1～9/30 3か月11回 6,600円
- ★大人のリトミック&ヨガストレッチ体操  
(火)10:00～11:00 or 11:15～12:15  
7/2～9/24 3か月12回 6,000円
- ★リラクゼーションヨガ75  
(水)19:00～20:15  
7/3～9/18 3か月11回 6,600円
- ★リズム&バランス体操  
(木)10:00～11:00 or 11:30～12:30  
7/4～9/26 3か月9回 4,500円



## 勤労・労働者支援講座

参加費無料

※先着順の受付です。  
定員になり次第、募集締切となります

- ★個別キャリアカウンセリング 定員各1名・50分間  
あなたと職業のマッチングを一緒に考え、仕事を見つけるお手伝いをします

6/29(土)・7/24(水)・8/24(土)・9/25(水)

①13:00～ ②14:00～ ③15:00～



☆毎月11日午前10時より、翌月分の  
予約開始(例：7/24分は6/11～)

- ★コミュニケーションアップセミナー

円滑に働く為に、さわやかな自己表現法を身につけよう  
6/22(土)10:00～12:00 定員20名

☆募集期間 5/11～6/17☆



予告

学生の方限定！

## 夏休み自習室無料開放！

期日：7/20から9/1までの土曜日・日曜日

時間：①9:00～13:00 ②13:00～17:00

定員：①②各先着30名(予約不可)

対象：横須賀市内在住及び在学の学生



\*Wi-Fi を利用される方は、受付でパスワードをご確認下さい

★今月の休館日★ 6/20(第3木)

★トレーニング室について★

下記の日時と休館日は利用できませんのでご注意ください。

6/5.12.19 (水)13:00～16:00

6/6.13.27 (木)10:00～13:00

お父さん  
ありがとう！



横須賀市勤労福祉会館  
ヴェルクよこすか

〒238-0006 横須賀日の出町1-5  
TEL:046-822-0202  
<http://www.werk-yokosuka.jp/>



\*詳細・お申込方法は、市広報・HP・館内チラシ・ポスターをご覧ください\*

2019年6月発行