

ちよつとしたコツで 素敵な佇まいに

～今日からできる「素敵に歩く」ことの準備～
〈全2回〉

「服のシルエットが昔と変わった」「表情が暗い」
「面談に自信がない」「オンライン会議で映りがイマイチ」……
いろいろと気になる皆さん、必見！

それぞれの骨格や体型をどう活かせるか、皆でお喋りしながら、
身体部分を少し動かし、着ている服が映えるような「立つ・歩く」
動作を行っていきます。大きな激しい動作もなく、座ったままでも
参加可能。全2回でゆっくりじっくり学びます。

普段は見過ごしがちな自分の仕草に改めて向き合うことで、
思いもよらぬ発見や心の落ち着きが芽生えます。

「素敵な佇まい」を習得して、日常をもっと楽しみましょう！

日時

令和5年

第1回 7月23日(日)

第2回 8月6日(日)

いずれも 14:00～16:00

開場/13:30

講師

ふくだ かずえ
福田 佳珠栄

ファッションショーを企画する団体
で長らくモデルウォーキングを指導。
令和4年度ゆめ講座企画も大好評！



会場

日本橋社会教育会館 地下2階講習室

対象

高校生以上

定員

20名 ※要事前申込。申し込み多数の場合は抽選。

参加費

1,500円(全2回分。保険料を含む)

申込締切

7月11日(火) ※以降はお問い合わせください。

お申し込み
問い合わせ先

日本橋社会教育会館

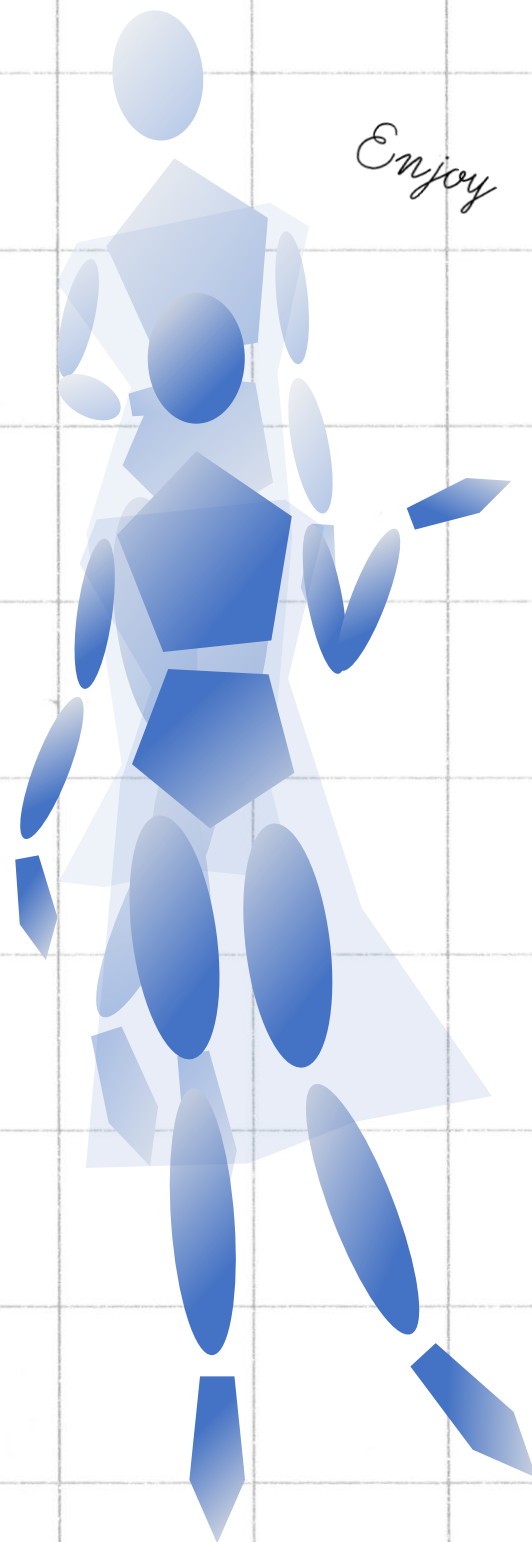
TEL 03-3669-2102 FAX 03-3669-2720

※詳細は裏面をご覧ください。

詳細はこちらから↓



Enjoy



お申し込みから開講までの流れ

【お申し込み方法】日本橋社会教育会館窓口、お電話、FAXにてお申し込みください。

【開講までの流れ】令和5年7月11日（火）申込受付締切 ※申し込み多数の場合抽選
7月13日（木）当落通知 兼 受講証発送
7月21日（金）キャンセル連絡締切

【開 講 日】令和5年7月23日（日）第1回開講日 13:30受付開始 14:00開講
8月 6日（日）第2回開講日 13:30受付開始 14:00開講

※当落通知が到着しない場合は、お手数ですが日本橋社会教育会館までお問い合わせください。

講座当日の持ち物

- 受講証 参加費1,500円（全2回分）
 手鏡やスマートフォンなど自分を映し出せるもの 手拭いまたはハンドタオル

お申込み・お問い合わせ先／会場アクセス

日本橋社会教育会館（会場：地下2階 講習室）

〒103-0013 中央区日本橋人形町1-1-17

電話：03-3669-2102 / FAX：03-3669-2720

HP：https://chuo-shakyo.shoppro.co.jp

※築地社会教育会館、月島社会教育会館、アートはるみでもお申込みいただけます。

<会場アクセス（地下鉄）> ※都バス、江戸バスも利用可能

●人形町駅 徒歩約4分 浅草線（A6）日比谷線（A2）

●水天宮前駅 徒歩約5分 半蔵門線（8番）

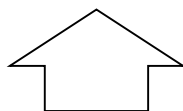
★公共交通機関のご利用をお願いします。

個人情報の取り扱いについて

講座お申し込み時に収集した個人情報について、個人情報の漏えい・流出・不正利用がないよう適正な管理を行い、当館（中央区立社会教育会館）が主催する事業以外には使用しません。また、当館が主催する講座や催し物等のご案内をお送りする場合があります。不要な方はお申し出ください。



日本橋社会教育会館 宛



0 3 - 3 6 6 9 - 2 7 2 0

※おかけ間違いのないようご注意ください。
※FAX送信後、お電話にて確認をお願いします。

電話：03-3669-2102

令和5年度自主講座「ちょっとしたコツで素敵な佇まいに」参加申込書

ふりがな

お名前

ご住所

〒

お電話番号

メモ

（ご希望・ご質問などありましたら、お書き添えください。）