

フリースペースとろっこ & サポステ交流会 3月予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|----|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|---------|
|  3月のサポステ交流会は、3月5日(月) 14:00~16:00 あいれふ8F 交流室で行います。 皆様のご参加をお待ちしています♪ | | | | 1 パソコン講座 12:00~16:00 | 2 ペン習字講座 11:00~12:30 | 3 休 |
| 4 休 | 5 | 6 料理教室 13:30~16:00 | 7 GCB 講座 15:30~17:00 | 8 パソコン講座 12:00~16:00 | 9 ペン習字講座 11:00~12:30 | 10 休 |
| 11 休 | 12 | 13 グループワーク 13:30~16:00 | 14 GCB 講座 15:30~17:00 | 15 パソコン講座 12:00~16:00 | 16 ペン習字講座 11:00~12:30 | 17 休 |
| 18 休 | 19 | 20 グループワーク 13:30~16:00 | 21 休 | 22 パソコン講座 12:00~16:00 | 23 ペン習字講座 11:00~12:30 | 24 休 |
| 25 休 | 26 | 27 グループワーク 13:30~16:00 | 28 GCB 講座 15:30~17:00 | 29 パソコン講座お休み | 30 休 | 31 休 |

フリースペースとろっこ 各講座のご紹介

▼第1火曜日 料理教室 13:30~16:00 (※初回参加のみ要予約)

皆で楽しくお料理しましょう！女性スタッフが担当します。(材料の実費(500円程度)を頂きます)

▼第2~第5火曜日 グループワーク 13:30~16:00 (※初回参加のみ要予約)

グループワークを行います♪内容は、集まったメンバーで決めましょう！女性の臨床心理士とサポートスタッフが担当します。初参加の方は、内容の説明等を行う事前面談を行います。(裏面参照) サポステ HP に、グループの予定や、様子を紹介しているブログ(<http://fukuoka-saposute.blogspot.jp>)がありますので、是非ご覧ください☆

▼第1~第4水曜日 GCB (グローバル・コミュニケーション・ブラッシュアップ) 講座 15:30~17:00

英語で自分の気持ちを伝える練習をします。初心者から経験者まで、レベルに合わせて日常会話やゲーム等を交えながら楽しくやっています。日本人の女性の先生が担当しています♪英語に自信がなくても大丈夫☆日本語でもOKです！Let's speak English!!

▼第1~第4木曜日 パソコン講座 (※受付要問合せ)

1コマ1時間、男性講師による少人数指導です♪エクセルの基本から、マクロ、MOSまで対応できます。受講は8回で一区切りとなります。参加をご希望の方は、予約をお願いします(^^)欠席の際はサポステまでご連絡下さい。

▼第1~第4金曜日 ペン習字講座 11:00~12:30 (※初回参加のみ要予約)

自分の住所・氏名や季節の言葉、年賀状など“自分らしい作品”をモットーに練習しています☆ご参加の際は、Bの鉛筆、細すぎないサインペンをお持ちください。女性講師が担当です。

21日は祝日のため、30日は第5金曜日のためお休みです。3月29日のパソコン講座は第5週のためお休みです。GCB 講座以外の講座に参加を希望される方は、初回のみご予約をお願いします。(詳しくは裏面をご覧ください)

