

# フリースペースとろっこ&サポステ交流会 4月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
(休)		料理教室 13:30~16:00	GCB 講座 15:30~17:00	パソコン講座 12:00~16:00	ペン習字講座 お休み	(休)
8	9	10	11	12	13	14
(休)		サポステ塾へ行こう! 13:30~16:00	GCB 講座 15:30~17:00	パソコン講座 12:00~16:00	ペン習字講座 11:00~12:30	(休)
15	16	17	18	19	20	21
(休)		グループワーク 13:30~16:00	GCB 講座 15:30~17:00	パソコン講座 12:00~16:00	ペン習字講座 11:00~12:30	(休)
22	23	24	25	26	27	28
(休)		サポステ塾へ行こう! 13:30~16:00	GCB 講座 15:30~17:00	パソコン講座 12:00~16:00	ペン習字講座 11:00~12:30	(休)
29	30	今年度より、サポステ交流会が第2水曜日の14:00~16:00になりました。 今月のみ第3水曜日の18日です。あいれふ8Fこころんセンター 交流室で行います。内容は追ってお知らせします。				
(休)	(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

楽しくお料理しましょう！男性のスタッフとサポーターが担当します。(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 (初回のみ予約要)

グループワークを行います♪第2・第4はサポステ塾へ参加、第3・第5曜日の内容は、集まったメンバーで決めましょう！サポステ塾は、女性スタッフが、グループワークは男性の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を致しますので12時半にお越し下さい。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 12:00~16:00 (※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 (※受付要問合せ)

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☆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。女性講師が担当しています。



今年度もよろしくお祈りします。30日は祝日のためお休みです。6日のペン習字講座は、お休みです。今年度よりグループワークの内容が変わり、第2・第4火曜日はサポステ塾に参加することとなりました。どうぞお気軽にご参加ください。お待ちしております！

