



住みよい町づくり協議会健康の部会主催

Mt. 乗鞍スノーリゾート スキーツアー

楽しく体を動かして、健康に長野の冬を楽しみましょう！

ご参加お待ちしております☺

期 日 》 1月19日(日)

集合等 》 午前8時20分 松本教会前集合(開智2-3-45)

午後4時30分解散予定

定 員 》 30人(先着順:中学生以下は要保護者同伴)

参加費 》 リフト代として、当日集金。過不足なくご用意ください。

【大人】4,500円

【18歳以下】無料(高校生以上は顔写真付き証明書が必要です。)

※昼食代として、1人1,000円補助します!(当日手渡し)

その他、昼食代不足分、レンタル用具代等は各自ご負担ください。

持ち物 》 【全員】手袋、帽子、ウエア

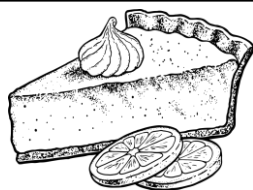
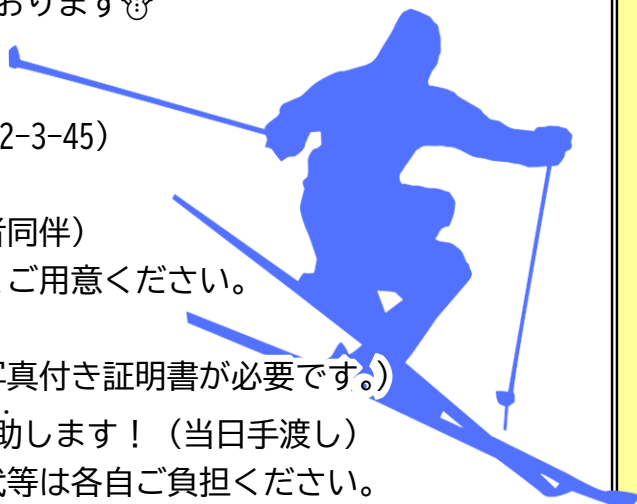
【任意】ゴーグル、スキー用具

申込み 》 1月6日(月)午前9時から15日(水)までに城北公民館(☎38-0120)

※本人(またはその家族)が公民館に直接申し込んでください。

その他 》 用具レンタル希望の方は、公民館へ申込み時に身長・サイズ等お知らせください。

スキー場についてからのスケジュールは、当日ご説明します。



ケーキ作り教室

寒いと甘いものが食べたくなりませんか？

おいしいスイーツを手作りしましょう！



回	期 日	時 間	内 容
1	1月20日(月)	午後1時 ~ 4時	レモンクリームトルテ、アーモンドクッキー
2	2月 2日(日)		ガトーショコラ、紅茶のババロア
3	2月18日(火)		レアチーズケーキ、スイートポテト

会 場 》 城北公民館 料理実習室

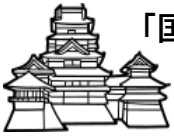
講 師 》 高梨 雅子さん

定 員 》 各回12人程度

参加費 》 1人1回あたり700円

持ち物 》 参加費、エプロン、三角巾
持帰り容器(タッパー・袋など)

申込み 》 1月7日(火)午前9時から
城北公民館(☎38-0120)

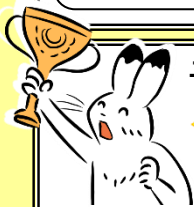
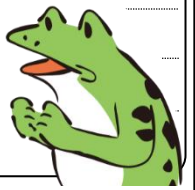


「国宝松本城を世界遺産に」推進実行委員会、文化振興課、城北公民館 共催

あなたの知らない 松本城と世界遺産

「国宝松本城を世界遺産に」市民にとって大切な資産である松本城の成立ちから現在に至るまでの歴史や、世界遺産登録を目指す現状について学習します。

	座学	現地見学
日時	1月24日(金) 午後1時30分～3時30分	1月30日(木) 集合：午後1時30分 見学：2時～3時30分
会場	城北公民館 大会議室	松本城 (集合：城北公民館)
講師	市文化財課 上條研究専門員 市文化振興課 弘中主任	市文化財課 小山研究専門員 上條研究専門員 市文化振興課 弘中主任
定員	各回30人	
参加費	無料	
申込み	1月17日(金)までに城北公民館 (☎38-0120)	



子ども会育成会、住みよい町づくり協議会健康の部会、公民館体育部 共催

軽スポーツ交流会

日時》1月26日(日)午前10時～正午
会場》城北公民館 大会議室
参加費》無料
対象》子どもから大人まで、どなたでも！
持ち物》上履き(運動靴)、汗拭きタオル、飲み物
申込み》1月22日(水)までに城北公民館
(☎38-0120)

—— 種目 ——

カローリング・ゲームレール・羽根っ子
スカットボール・ポケネット・輪投げ
ターゲットゲーム・ビーンボウリング
◆入賞品・参加賞あります！
◆ご家族でご参加ください♪

珈琲好きの方、ぜひご参加ください！

珈琲焙煎講座

日時》2月1日(土)午前9時～正午
会場》城北公民館 料理実習室
内容》コーヒー豆の焙煎体験、試飲会
講師》渡辺 純唯さん
(珈琲好きの保健師)
定員》16人(先着順)
参加費》1,000円(豆代、茶菓子代)
※当日集金
申込み》1月7日(火)から24日(金)
までに城北公民館 (☎38-0120)



公民館文化部主催講演会

人々は疫病と どうむかいあったか

日時》2月14日(金)午後1時30分～
会場》城北公民館 大会議室
説明者》後藤 芳孝さん(田町町会)
参加費》無料
申込み》城北公民館 (☎38-0120)

