

食事と健康を考える

食育講座参加者募集



生きる上での基本である「食」について学びそして考えます。
今年には体が温まる健康料理の講義と実践です。ぜひご参加ください。

- ◎主催 大手公民館
- ◎共催 中央地区健康づくり推進員会
- ◎会場 大手公民館 料理実習室（1階）
- ◎持ち物 マスク、エプロン、三角巾、筆記用具
- ◎内容
テーマ 体が温まる健康料理（講義と実践）
期日 2月21日（火） 午前9時30分から午後1時30分
講師 水野 尚子さん（松本大学健康栄養学科助手/管理栄養士）
参加費 無料
定員 15名（先着）



◎お申し込み方法

大手公民館(Tel39-5711 または窓口)へ2月15日（水）までに

◎その他 新型コロナウイルス感染症の状況により中止する場合があります。

当日体調がすぐれない場合は、参加をご遠慮ください。



裏面もご覧ください

けん玉体験会を開催します！

蟻ヶ崎にあるグローバルけん玉ネットワークの皆さんを講師に、けん玉体験会を開催します。

「けん玉を通して、みんなの日常に「楽しい！」がもっとある、豊かな社会づくりに貢献する」を理念にしているグローバルけん玉ネットワークの皆さんが、楽しくけん玉を教えてください。

みんなで参加しましょう！

主催 大手公民館
共催 中央地区子ども会育成会
日時 3月30日（木）午後1時から



詳しくは3月1日号で、お知らせします！

居酒屋公民館に参加しませんか？

公民館では、毎月第3金曜日に居酒屋公民館を開催しています。

好きなつまみや飲み物を持ち寄り、みんなで楽しく飲んでます。

2月は17日の金曜日に開催します。皆様のお越しをお待ちしています。



福祉ひろばの職員を募集します！！

福祉ひろばで働いていただける方を募集しています。

仕事の内容

ひろば事業の企画・運営、中央地区福祉互助会の補助

勤務日数

月10日程度、午前8時30分～午後5時15分

原則、平日勤務ですが事業等により土日祝の勤務もあります。

時給 910円

※詳細はお問合せください。

ご希望の方は、地域づくりセンター（39-5711）へご連絡ください。

