

参加者募集

郷土史講座

鬼無里バス研修事前学習会

- ◆とき **10月24日** (火)
10:00~11:30
- ◆ところ 宮崎 明光寺・鹿島神社
- ◆参加費 無料
- ◆申込期限 10月18日 (水)

※人数確認のため必ず申込みをお願いします。

鬼無里バス研修

北村喜代松・四海・正信の作品鑑賞

- ◆とき **11月18日** (土)
8:00~16:00
- ◆ところ 長野県鬼無里ふるさと美術館
- ◆参加費 2,000円 (昼食代込)
- ◆申込期限 11月6日 (月)

※日程などは参加者に書面でお知らせします。

男しよなんでも教室 ピザ&燻製づくり

- ◆とき **10月28日** (土)
13:30~16:30
- ◆ところ 市振地区公民館
- ◆参加費 500円
- ◆募集人数 12名程度
- ◆申込期限 10月19日 (木)

糸魚川市福祉事務所主催

フレイルチェック体験会

- ◆とき **11月2日** (木)
9:30~11:00
- ◆ところ 玉ノ木支館
- ◆対象 65歳以上 ◆持ち物 飲み物
- ◆申込期限 10月26日 (木)

※握力・足指力・咀嚼力^{そしゃく}チェックなど

コーラスサークル シーガルス主催

シーガルス ミニコンサート

- ◆とき **11月3日** (金・祝)
13:15~15:00
【開場13:00】
- ◆ところ 旧市振小学校体育館
- ◆持ち物 上履き (スリッパ) ・飲み物
- ◆入場料 無料

地域包括支援センターおうみ主催

出張! あったカフェ in 上路

- ◆とき **11月7日** (火)
10:00~11:00
- ◆ところ 上路山村振興センター

- ◎認知症予防の運動などを行います。
- ◎健康づくりのこと、知りたいこと、困っていることを相談できます。

主催：青海地域地区公民館連絡協議会

青海4地区公民館交流ポッチャ大会



- ◆と き **11月11日(土)**
8:45~12:00 (予定)
- ◆ところ 青海生涯学習センター体育室
- ◆参加費 1人500円 (当日集金・参加賞あり)
- ◆競技方法 1チーム3名による団体戦 (支館単位もしくは合同チーム)
- ◆持ち物 室内用運動靴・飲み物・健康ポイントラリーカード (お持ちの方)
- ◆申込先 青海生涯学習係 ☎562-2260 市振地区公民館 ☎564-2056
- ◆申込期限 10月23日 (月)

【バス出発時間】

- 7:50 玉ノ木バス停前
- 7:55 市振郵便局前

糸魚川市からのお知らせ

「青海地域ペタンク大会」

1チーム3名による団体戦を行います。

- ★と き 11月17日 (金)
8:30~12:00 (予定)
- ★ところ 青海生涯学習センター体育室
室内用運動靴をご持参ください
- ★参加費 1人500円 (当日集金・参加賞あり)
- ★申込先 青海事務所、市振地区公民館
- ★申込締切 10月27日 (金)
- ★協力 青海ニュースポーツクラブ
- ★その他 組み合わせは事務局で行います。

その他の募集事業

エアロビクス教室 10/18(水)10時~11時	旧市振小体育館
玉ノ木カフェ 10/19(木)9時半~11時	玉ノ木支館
一つ家カフェ 11/8(水)9時半~11時	市振支館

10月29日 (日) に予定していた
男しょなんでも教室「そば打ち」を都
合により中止とさせていただきます。

事業報告

和菓子づくり

9月8日 (金) 於：市振支館

御菓子司 紅久の安田ケイ子さんに上生菓子の作り方を教えていただきました。

うさぎと菊の2種類に挑戦です。講師は
いとも簡単に作りますが、実際にやってみるとなかなか難しかったです。

紅久さんのご厚意で、講師が作った上生菓子を抹茶と一緒に美味しく頂きました。

