

南丹市サロン交流会を開催します

南丹市でふれあい・いきいきサロンの活動をされている方々に、日々の活動の情報交換をしていただくとともに、理学療法士の方々に講師にお招きし、これからのサロン活動に使える体操などを教えていただきます。【無料】

●日程など

会場	日程	場所
園部	11月22日(木)	園部公民館大研修室
美山	11月26日(月)	美山保健福祉センター
八木	11月30日(金)	南丹市社会福祉協議会八木事務所
日吉	12月5日(水)	はーとぴあ日吉

●時間 いずれも午後1時30分～3時30分

●講師 京都中部総合医療センター 菱池正之さん、榊田宏司さん、京都府南丹保健所 宮本ちひろさん

●申込方法 事前に、電話でお申し込みください。

●その他 いずれの会場も内容はほぼ同じですので、お気軽にご参加ください。

●主催 南丹市社会福祉協議会

☎南丹市社会福祉協議会本所 ☎(0771)72-3220

郷土資料館秋の体験講座の参加者を募集します

<白みそづくり>

正月用の白みそを作ります。地域の方たちとの触れ合いの中で、伝統的な食文化を学びます。

●日時 11月23日(金・祝) 午前10時～正午

●場所 日吉町郷土資料館かやぶき民家 ●参加費 500円

●持ち物 エプロン、三角巾 ●定員 10人(先着順)

●入館料 「関西文化の日」事業のため無料

●申込方法 事前に電話でお申し込みください。

☎日吉町郷土資料館 ☎(0771)68-0069

丹波自然運動公園からお知らせ

<共通事項>

当日受け付けの事業は申し込み不要です。申込期限のある事業は、住所、氏名、年齢、電話番号を、はがき、FAX、Eメールのいずれかでお申し込みください。

<太極拳教室>

●日時 11月23日(金・祝) 午後2時～4時

●場所 旧宿泊所会議室 ●内容 太極拳の基礎を学ぶ

●参加費 500円(当日受付) ●定員 30人

<ソフトバレーボール大会>

●日時 12月9日(日) 午前9時～

●場所 体育館 ●内容 予選リーグ～決勝トーナメント

●参加費 1チーム2,000円 ●定員 32チーム

●対象 18歳以上の男女各2人で編成

●申込期限 12月2日(日)まで

※共通事項のほか、チーム名およびチーム全員の住所、氏名などをご記入ください。

<天文教室>

●日時 12月15日(土)

午後7時～9時

●場所 丹波天文館

●内容 月・火星・冬の星座などを観望

●参加費 300円

●定員 50人

●対象 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)

●申込期限 12月14日(金)まで

<手作り教室>

●日時 12月16日(日)

午前10時～午後4時

●場所 旧宿泊所会議室(予定)

●内容 しめ縄を作ろう

●参加費 大人1,000円、子ども500円

●定員 20人(先着順)

●対象 小学3年生以上

●申込期限 11月16日(金)から12月9日(日)まで

☎丹波自然運動公園

☎(0771)82-0560

FAX(0771)82-0480

✉kouen@kyoto-tanbapark.or.jp

〒622-0232 京丹波町曾根崩下代110-7

男性のための料理教室を開催します

料理に興味がある方や調理を経験したことが無い方も、お気軽にご参加ください。

●日時 11月30日(金)

午前10時～午後2時

●場所 こむぎ山健康学園2階栄養指導室

●内容

・講話：男性の食生活の現状から

≪裏面につづく≫