

主催(単発)講座

講座名	おうちで簡単おしゃれカフェ料理 パンカップグラタンをメインにワンプレートのおしゃれ簡単カフェメニューを学びます。	おせち からし蓮根と蓮根コロッケ作り 辛子蓮根と蓮根コロッケのお家での作り方のコツを学びます。	お父さん、家族にうれしい年越しそばを作いませんか? 年越しそば作り そば打ちとおいしいつゆの作り方を学びます。
日時	11月26日(土) 午前10時～正午	12月3日(土) 午後2時～4時	12月17日(土) 午後1時30分～4時
講師	川部のぞみ氏(熊本の人気カフェを手掛けるCOCOROから)	村上 範年氏(村上カラシレンコンから)	吉岡 潤氏(阿蘇文化創造館 風流から)
募集人数	16人(どなたでも、先着順)	16人(どなたでも、先着順)	16人(どなたでも、先着順)
募集期間	11月5日(土)～18日(金)		
その他	受講料 無料(材料費1,000円程度) 持参品: エプロン、三角巾	受講料 無料(材料費1,000円) 持参品: エプロン、三角巾	受講料 無料(材料費1,200円) 持参品: エプロン、三角巾、筆記用具

▶各講座のお申し込み◀

- 受付時間**
- 月～金曜日・・・午前8時30分～午後9時
 - 土曜日・・・午前8時30分～午後5時
- ただし、日曜日、祝日は休館です
※先着順ですので定員になり次第締め切ります。
- 受講資格** 益城町、御船町、西原村に居住するか、または、職場を有する男女(学生は対象外です)
- 申込方法** 働く婦人の家窓口でお申し込みください。
- 無料託児** 1歳6か月から就学前まで(事前予約要)。

輝らめき館 育成グループ講座 ～リフレッシュピラティス～

(第2水曜 午後1時から3時)



ピラティスで心も体もリフレッシュしませんか?
興味のある人は、ぜひご連絡ください。



- 公民館自主講座
「木目込み人形」作品展
とき 11月18日(金)～20日(日)
午前9時～午後5時
※18日は午後1時～
ところ ミナテラス
- 高木 ☎286-4253
●紅葉の季節を愛でる
— 詩歌晩秋の叙情展 —
とき 11月28日(月)
午前10時～午後4時
ところ 犬飼記念美術館
- 益城病院(田中) ☎286-3611
●健康太極拳に600人集合
見学してみませんか?
とき 11月19日(土)
午前10時～午後4時
ところ 町総合体育館
- 実行委員会事務局(河原) ☎286-4647

催し

