

## 講座・教室

**製本教室**↳読書手帳を手作りしよう!↳

手作りの読書手帳を作成します。

とき 11月23日(土) 午前10時〜11時

30分

ところ 市民図書館 多目的研修室

対象 小学3年生以上

定員 15人(先着順)

申込期限 11月15日(金)

〒100 0001 東京都千代田区千代田 1-1-1  
 申開市民図書館 ☎ 7808

### スポーツ・生涯学習課からのお知らせ

#### ■裂織教室(後期)

先人の知恵と技を体験してみませんか。初心者大歓迎です。

とき 11月19日〜12月13日の毎週火・

金曜日(全8回)

午前9時〜午後3時

ところ 沢田悠学館

定員 10人(応募者多数時抽選)

費用 3千円(材料費)

申込期限 11月8日(金)

#### ■女性のための教養教室

##### ◇クリスマスリース作り

もみの木を使ってクリスマスにぴったりのリースを作ります。

とき 12月6日(金) 午前10時〜正午

(受付 午前9時30分〜)

ところ 南コミュニティセンター

定員 16人(先着順)

費用 2千円(材料費)  
 申込期間 11月7日(木)〜20日(水)

#### ■食文化講座

##### ◇飾り巻き寿司作り教室

おいしく華やかな飾り巻き寿司を作ってみませんか。

とき 11月20日(水) 午前10時〜正午

ところ 沢田悠学館

定員 16人(先着順)

費用 千円(材料費)

持ち物 エプロン、三角巾、手拭き、調理ばさみ

調整ばさみ

申込期限 11月12日(火)

##### ◇だし活でおいしく減塩

【高齢者講座と共催】

だしのうま味を活用して、おいしく減塩してみませんか。

とき 12月19日(木) 午前10時〜正午

ところ 東コミュニティセンター

定員 10人(先着順)

持ち物 筆記用具

申込期間 11月21日(木)〜29日(金)

##### ◆いずれも

〒100 0001 東京都千代田区千代田 1-1-1  
 申開スポーツ・生涯学習課

☎ 0186

#### 中央病院「市民健やかゼミナール」

とき 11月27日(水) 午後4時〜5時

ところ 中央病院1階外来待合室

演題「血液検査値の読み方〜肝・膵機能、腎機能を中心に〜」

講師 臨床検査科 技師長心得 國分 慎

〒100 0001 東京都千代田区千代田 1-1-1  
 申開中央病院業務課 ☎ 5121

#### 東コミュニティセンター民間教育事業による講座体験&見学デー

一日で多くの講座を体験して自分に合った講座を見つけませんか。ご自由に見学できます。

とき 11月10日(日)

午前10時〜午後1時

内容 健康体操、ズンバダンス、ピラティス、ヨガ、箏、陶芸、書道、生け花、フラワーアレンジメントなど

※講座により開始時間が異なります。

また、材料費が必要な場合がありますので、詳しくは講師の会までお問い合わせください。

〒100 0001 東京都千代田区千代田 1-1-1  
 申開スポーツ・生涯学習課

☎ 0186

講師の会・加藤

☎ 090・8580・9169



#### 令和元年度十和田湖環境保全会議

十和田湖の水質や周辺環境の保全に関する活動、調査研究について講演や情報提供を行います。

とき 11月7日(木) 午後1時〜3時

ところ 十和田富士屋ホテル

対象 十和田湖の環境保全に興味のある人

定員 40人程度

※事前の申し込みは不要です。直接会場にお越しください。

〒990 0001 青森県青森市青森 1-1-1  
 申開青森県環境生活部環境保全課

☎ 017・734・9242

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702