

とっこ館だより (8月号) No.79 平成 28 年 7 月 15 日号)

塩田の里交流館

とっこ館



ご案内 (8月の予定)

とっこ館 ☎ 0268-39-7250

- 1 アロマ塾「ヘアケアオイルを作る」 講師：竹内千恵子さん (長野市在住)
8月2日(火) 10時30分～12時 受講料：1500円 (材料費込み)
※お気に入りの香りに包まれて！ くつろぎタイム！
- 2 「いつでも、どこでも、誰でも出来る簡単な運動講座」 講師：坂田洋子さん (古安曾在住)
8月4日・18日(木) 10時30分～11時30分 参加費：300円 (当日参加可)
※笑いヨガ・ゆっくりエアロビ・太極拳など、楽しみながらの1時間をどうぞ！
- 3 塩田平ボランティアガイドの会定例会 (毎月第1木曜日)
8月7日(日) 16時～19時 ※地元ウォーキングを楽しむ他
- 4 着物リフォーム教室 8月休講
※次回：9月1日・15日 予定講師：齊藤文子さん (別所温泉在住)
- 5 「はまぐり貝の絵付けあそび」 講師：齊藤宗和さん (手塚在住)
8月20日(土) 午前10時～12時 受講料：500円
※3月開催「ひな祭り茶会」のはまぐりを持参して下さい。無い方は5人まで (貝代100円)
※「四季折々の茶懐石料理」8月休講です。
- 6 コカリナアンサンブル「とっこサークル」 講師：阿部ふさ子さん (新町在住)
8月21日(日) 14時～16時 参加費：500円
- 7 「里山を唄いましょう！」 8月休講
※次回：9月8日(木) 講師：平林美香さん (常入在住)
- 8 「ステップで転倒防止や体力づくり」 講師：小林路子さん (青木村在住)
8月25日(木) 14時～15時 参加費：500円 (当日参加可)
※音楽に合わせてのステップ等、転ばぬ先の体操で、日々を元気に過ごしましょう！
- 9 「現代レイキ交流会」 講師：塩川博子さん (上田市中央在住)
8月22日(月) 13時30分～15時30分 会費：1500円
※心も体も元気に！ ご自身の体をいたわりましょう！
- 10 「トマトの加工講習会」(ランチ付き) 講師：食ママ倶楽部
8月23日(火) 10時～14時 参加費：1000円と別途材料費等実費
※『トマトソース・トマトジャム』を作ります。募集人数：20名 (お子様連れ可)
※募集人数20人 申込：8月15日(月)までに (お子様連れも可)

田園空間展示会

「第7回 つるし飾りまつり IN 別所温泉」

展示期間：7月3日(日)～8月16日(火)

主催：全国つるし飾りIN別所温泉実行委員会

出展者：「塩田てづくなの会 (主宰 竹内文子さん)」

※「蚕都うえた」の所以、上田地方に伝わる絹の文化のつるし飾りや鑑賞下さい。

田園空間展示会

写真展「天空の花たち パート2」

展示期間：8月20日(土)～9月20日(火)

出展者：宮坂佐稚朗さん (千曲市在住)

※レンズが捉えた天空の花たち！ 毎年ひっそりと人知れず、巡る季節に花を咲かす、自然の営みの中の愛らしい花々に、逢いにお出かけ下さい。