

塩田の里交流館 とっこ館



コカリナとっこサークル

講師：阿部ふさ子さん 会費 500 円
3月4日(日)・18日(日)
13時30分～15時30分
入会受付中、第1日曜日に、お気軽に！

アロマ塾

3月6日(火)10時30分～12時
「髪に良いエッセンシャルオイル
オリジナルシャンプー」
会費 1500 円 (材料費込み)
講師：竹内千恵子さん

生花教室 (草月流)

講師：山崎睦子さん
3月9日(金) 14時～15時
会費：1000 円・材料費 1000 円

「ゲームを楽しみながら
脳を活性化しましょう！」

3月12日(月)・3月26日(月)
10時30分～12時
講師：ひっくり箱の会
持物：タオル・飲み物
※どなたでも楽しめます。認知症の
方と一緒に参加も歓迎します。
※参加費：500 円 (付添の方 300 円)

しおだSUNダイズとコラボ企画 王鷲 美穂さんの料理教室

企画4回シリーズ (夏・秋・冬・春)

第4回 春を楽しむ料理教室 ♪

- ①ナカセンナリの凍豆腐と菜花の握り寿司
- ②ナカセンナリとふきのとうの生春巻き
- ③ナカセンナリの浮島 (和菓子) 等

日時：3月10日 (土) 10時～13時30分
参加費：2000 円 募集人数：25人
持物：エプロン・筆記用具等

着物リフォーム教室
3月29日(木)
13時～16時
講師：齊藤文子さん
参加費：千円

里山を唄いましょう！
3月8日(木)
10時30分～11時30分
講師：平林美香さん
参加費：五百円

塩田平ボランティアガイドの会
3月1日(木)
19時～21時 (定例会)
※4月視察研修 (飯山方面) の勉強会
※会員募集中！

「いつでも・どこでも・だれでも
出来る簡単な体操」

講師：坂田洋子さん 会費 300 円
3月1日(木) 10時30分～11時30分
3月12日(火) 14時～15時

ステップで転倒防止や体力作り
講師：小林路子さん
3月8日(木)・22日(木) 14時～15時
参加費 500 円

「ゆったり体操で介護予防」
3月13日(火)・27日(火) 14時～15時
講師：坂田洋子さん 参加費：300 円
※転ばぬ先の杖、筋力を高めましょう。

とっこ館俳句会 選者：若泉真樹さん
3月25日(日) 13時～16時
会費：2000 円
※3月20日までに、当季句3句を投句。

早春の鞍が潤、自然観察会！
「コケ・地衣類・シダ・植物の観察」
期日：3月24日(土) 9時30分～12時
講師：出川洋介先生 (筑波大助教)
菅平ナチュラリストの会の皆さん
持物：天候の様子で防寒着・手袋・雨具等
参加費：200 円 (保険料含む)
募集人数：20人 ※親子で参加大歓迎！

昔ばなし話りの会 入場無料！
日時：3月25日(日) 午後1時30分～
演目：たぬきのむしろ旗・酒の好きな菩薩さ
ま・なぞの詩・石の正兵衛さん他
語り：塩田平民話研究所のみなさん

田園空間展示

「おりがみ展」 展示：～3月4日まで

「卒園・卒業作品展」

展示：3月1日～3月6日まで
西塩田保育園年長児のみなさん
塩田西小学校6年生のみなさん