

# 塩田の里交流館 とっこ館



とっこ館だより  
(7月号) No.102  
とっこ館 ☎0268-39-725

コカリナとっこサークル  
講師：阿部ふさ子さん 会費 500 円  
7月1日(日)・7月15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「無添加オリジナル  
アロマの泡ハンドクリーム  
7月3日(火) 10時30分～12時  
講師：竹内千恵子さん  
会費 1500 円 (材料費込み)

生花教室 (草月流)  
講師：山崎睦子さん  
7月13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！」  
7月9日(月)・7月23日(月)  
10時30分～12時  
講師：びっくり箱の会  
持物：タオル・飲物  
※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)

おりがみ教室「初心者講座」  
講師：とっこ館おり紙研究会  
7月21日(土) 10時～12時  
参加費 400 円 (材料費込み)  
※お気軽にお出かけ下さい！

着物リフォーム教室  
7月19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！  
7月12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  
7月5日(木)  
19時～21時 (定例会)  
ガイドの勉強会

「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  
7月5日(木)・7月19日(木)  
10時30分～11時30分

ステップで転倒防止や体力作り  
講師：小林路子さん  
7月5日(木)・7月26日(木)  
14時～15時 参加費 500 円

「ゆったり体操で介護予防」  
7月10日(火)・24日(火) 14時～15時  
講師：坂田洋子さん 参加費：300 円  
※筋力を高めましょう。

とっこ館俳句会 選者：若泉真樹さん  
7月15日(日) 13時～16時  
7月10日(火)までに、当季句3句を投句

## 料理教室

「塩田産ナカセンナリ」で夏を楽しむ  
日時：7月7日(土) 10時～13時30分  
参加費：2000円 募集人数：25人  
講師：王鷲 美穂さん

メニュー

- ①コースとんかつの納豆トマトソース
- ②ナカセンナリだれのつけ麺
- ③蒸し丸なすのみそ田楽
- ④ナカセンナリ寒天

### 田園空間展示

### 「菅根香住 写真展」

展示：～6月24日(最終日 15時まで)  
※菅根香住さん(野倉出身)  
日本大学芸術学部写真学科在籍

### 田園空間展示

### 「つるし飾り展」

展示：7月1日～8月16日  
出展：竹内ふみ子さん