



小学生料理教室のお知らせ

☆日 時 1月20日(日) 10:00~13:00
☆場 所 雷山公民館 調理室
☆対 象 小学1年生~6年生までの児童とその保護者

※小学3~6年生は、子どもさんのみの参加もできます！

☆定 員 16組程度(先着順に受け付けます)

詳しくは、配布プリント及び雷山公民館までお問合せください。(雷山公民館 323-0078)



いきいきセミナーのお知らせ

抹茶 と 和菓子

★日時：1月25日(木) 13時30分から16時

★場所：雷山公民館 調理室、和室

★定員：10人程度 (簡単な抹茶を点てます)

★参加費：700円程度(当日徴収) ★申込み：1月17日までに



イタリア 料理

★日時：1月31日(水) 10時から13時 ★テーマ「バレンタイン」

★場所：雷山公民館 調理室、和室

★定員：15人程度 ★参加費：1,000円程度(当日徴収)

★申込み：1月25日まで ★持参品：エプロン、三角巾、保存容器



ひな人 づくり

★日時：2月9日(金) 13時30分から16時

★場所：雷山公民館 会議室1

★定員：12人程度 ★参加費：600円程度(当日徴収)

★申込み：2月2日まで ★持参品：ハサミ、ボンド



健康講話のお知らせ ~口腔ケアについて~

校区社協と雷山校区シニアクラブ共催による、健康講話が開催されます。
今回は、大切な「口の中」の講話となります。歯や歯茎の健康はついつい
後回しになりがちですが、毎日を健康に過ごすためにはとても大切な場所です。
この機会にご自分の「口腔ケア」を考えてみませんか。参加をお待ちしています。

☆日時：1月19日(金) 10時~11時30分

☆場所：雷山公民館・2階 大研修室 ☆問い合わせ：雷山公民館 ☎323-0078

