塩田の里交流館 とっこ館



とっこ館だより
11月号 No.202
☎ 0268－39－7250
FAX 0268-39-7251
休館日（水曜日）
初めての方はお電話でお申し込み下さい

らくらくキーボード（ピアノ）教室
★１１月３日・１７日　１４時～１５時　火曜日コース
★１１月６日・２０日　１４時～１５時　金曜日コース
講師：石井明美さん　　参加費：1,000 円
音符が読めなくても大丈夫！弾きたい曲に挑戦！

新とっこコカリナ　木の音（このね）サークル
１１月９日（月）・２４日（火）１０時～１１時半
講師：阿部ふさ子さん　参加費：500 円
コカリナを持っていない方でも大丈夫です！

脳活性化ゲームで楽しみましょう
１１月２日（月）・１７日（火）１０時半～１２時
講師：ビックリ箱の会　参加費：500 円
持ち物：飲料・タオル
どなたでも楽しめます
※認知症の方と一緒の参加も歓迎します
※参加費：500 円（付添いの方 300 円）

炊飯器を使った地元食材の料理教室
１１月１６日（月）９時半～１２時
《冬瓜と赤魚の煮つけ》
《干しかぼちゃと白身魚のコロッケ》
講師：北原百合子さん
参加費：2,000 円（材料費込）
持ち物：エプロン・マスク・三角巾・手拭き・筆記用具

男の料理教室
１１月１０日（火）１３時半～１５時
《ふろふき大根》　《塩さばとこぼうの天ぷら》
講師：北原百合子さん　参加費：1,500 円（材料費込）
持ち物：エプロン・マスク・三角巾・持ち帰り容器
手拭きタオル

とっこ館　茶懐石勉強会
１１月１２日（木）１０時～１３時
「炉開きの懐石」
講師：齊藤宗和さん
参加費：1,000 円（材料費別途）
持ち物：エプロン・マスク・三角巾・手拭き
風呂敷

竹灯ろう作り講座
１１月３０日（月）１０時～１１時半
講師：青木村竹灯かりの会
参加費：1,000 円　材料費：３５０円
持ち物：滑り止め手袋
インパクトドライバー（ある方）

コカリナとっこサークル
１１月１日（日）　１３時～１６時
講師：阿部ふさ子さん　参加費：500 円

生花教室
１１月１３日（金）１４時～１５時半
講師：山崎睦子さん（草月流）
参加費：2,100 円（材料費込）

ゆったり体操
１１月５日・１９日（木）１０時～１１時
講師：坂田洋子さん
参加費：５００円
楽しく体を動かしましょう！

おりがみ教室
11月21日（土）10時～12時
講師：とっこ館おりがみを楽しむ会
参加費：５００円（材料費込）

塩田平ボランティアガイドの会
11月5日（木）19時～21時

とっこ館俳句会
11月24日（火）13時～16時
選者：若泉真樹さん

からだも心もスッキリ体操
１１月６日・２０日（金）１０時半～１１時半
講師：石田久美子さん　参加費：500 円
持ち物：飲み物　ヨガマット（ある方）

「里山を唄いましょう」は１１月お休みです