

# 9月の講座の様子

## 人権講演会

講師に市の社会教育課正木賢指導主事をお招きし、「人権を尊重するために」と題した公演を行いました。多数の地域の方が参加し、様々な人権問題に熱心に聞き入っていました。



## みんなで楽しい料理教室



## 子育て応援「殖生ハーブサロン」

今回のメニューは「夏野菜と豚肉の簡単スタミナ丼」「きゅうりとえのきの和え物」「オクラ入り具だくさんスープ」「コーヒー寒天」の4品。夏野菜中心のメニューに楽しく挑戦しました。



今回は、アロマ体験。アロマセラピストの新屋彩香さんを講師にお招きし、アロマの効果のお話の後、各自アロマを調合。心も身体もリラックスすることができました。