

歴史探訪講座

全4回



現地も訪ねて歴史を探る！楽しく歴史が学べる講座です。

- 時間 10:00~11:30
(館外学習を除く)
- 講師 語り部の会 岡本 稠さん
語り部の会 安藤 一さん
- 定員 30名
- 受講料 無料

- ① 5/22 (金)
ふるさと探訪 (ふるさとの古刹)
- ② 6/26 (金) 館外学習
ふるさと探訪 (訪ねてみよう！ふるさとの古刹)
- ③ 10/19 (月)
ふるさと探訪 (石炭のまち小野田)
- ④ 11/25 (水) 館外学習
ふるさと探訪 (石炭のまちを歩こう)



全10回

男性料理教室

塩分控えめ・栄養満点のレシピばかり！料理の楽しさを学ぶとともに、料理の基本を身に付ける講座です。

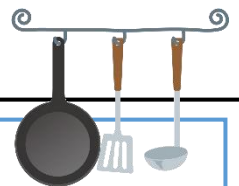
- 日時 5月~2月 第2金曜日
(8月は第3金曜日)
10:00~12:00
 - 講師 食生活改善推進協議会
 - 定員 15名
 - 材料費 1回 700円
- ※5月と10月にまとめて集金します。



料理初心者の方も
大歓迎!!
日々の生活に必ず
役立ちますよ♪

地中海料理教室

全3回



毎日食べたい！おうちでできる地中海料理を学ぶ講座です。

- 日時 6/16・9/15・10/20
(第3火曜日)
9:30~13:00
 - 講師 La Tierra
オーナーシェフ 高橋 崇さん
 - 定員 15名
 - 材料費 1回 1,500円
- ※6月にまとめて集金します。



パスタをはじめ、シェフ直伝の
おしゃれで美味しい地中海料理♪

知って得する講座

全9回

得する情報が満載！！分野にとらわれず幅広い教養を身につけて、毎日の暮らしに役立てる講座です。

- 日時 5月～10月,12月,2月(第2火曜日)
11月,1月(第3火曜日)
10:00～11:30
※館外学習・10月(13:30～15:00)を除く
- 受講料 無料 (館外学習を除く)
- 定員 30名

毎年人気の講座です。新しいことを学び、暮らしのヒントを見つけましょう！



日程	内容	講師
5月12日(火)	転倒予防と物忘れ予防	作業療法士 鍵本 州英さん
6月9日(火)	新たな防災気象情報の運用について	気象予報士 堂本 幸代さん
7月14日(火)	空き家セミナー	弁護士・宅地建物取引士
9月8日(火)	フレイルを予防し元気に過ごそう！	(株)ヤクルト山陽山口本社
10月13日(火) ※13:30～15:00	高杉 晋作	萩博物館 特別学芸員 一坂 太郎さん
11月17日(火)	館外学習	福岡県方面
12月8日(火)	子ども・家庭を地域で包み込む関係	山口市福祉センター前館長 石丸 義臣さん
1月19日(火)	新春落語会	ゆうていたくすけ 由宇亭拓の輔 塚田 拓司さん
2月9日(火)	楽しい音楽のお話しとヴァイオリン	ヴァイオリン講師 安永 恵さん

講座は定員になり次第、募集を締め切ります。お申し込みお待ちしております。

お申込み・お問い合わせ

TEL

E-mail

有帆地域交流センター

0836-84-4090

ariho-center@city.sanyo-onoda.lg.jp

メールの送信はこちらから

