



教室・講座

子育てに関する教室は3ページもご覧ください。



国際理解講座

(世界の家庭料理体験教室 & 講演会)

市とおごおり国際交流協会では、外国文化への理解を深め、楽しく交流していただくための世界の家庭料理体験教室と講演会を開催します。今回は「エジプト」です。ぜひ、エジプトの料理や文化にふれてみてください。

- ◆日時・会場 6月17日(日)
総合保健福祉センター「あすてらす」(二森1167-1)
- 料理教室 午前10時～午後1時、調理実習室
- 講演会 午後1時30分～3時、会議室1
- ◆講師 カメルさん
- ◆参加費
- 料理教室(材料費) 大人800円、小学生以下400円
- 講演会 無料
- ◆持参するもの エプロン
- ◆定員 料理教室30人(先着順)
- ◆申込方法 電話、ファクス、はがき、Eメールで名前、住所、電話番号をお知らせください。
- ◆申込締切 6月8日(金)／午後5時
ただし、定員になり次第締め切ります。
- ◆申込・問合せ先
企画課男女共同参画推進係(内線222)
ファクス73-4466
〒838-0198 小郡市小郡255-1
Eメール danjokyodo@city.ogori.lg.jp



健母の健康クッキング

小郡市健康を守る母の会(健母の会)では、食生活改善のための調理講習会を行っています。私たちと一緒に楽しく学んでみませんか?みなさんの参加をお待ちしています。

日 程	テ ー マ	会 場	定 員
7月 4日(水)	野菜たっぷりヘルシークッキング	小郡交流センター	15人
9月12日(水)	低脂肪・低塩の食事で美しく ～十五夜のバランス献立～	あすてらす	15人
9月13日(木)	アンチエイジングの食生活	ひまわり館東野	15人
10月13日(土)	親子クッキング～朝ごはんにひと工夫～	くろつち会館	10組
11月 7日(水)	メタボ予防クッキング	ふれあい館三国	15人
11月14日(水)	根菜類を使って身体を温める料理	味坂校区公民館	16人
1月25日(金)	肩粗鬆症を予防しよう	あすてらす	15人

- ◆時 間 午前10時～午後1時
- ◆対 象 市内在住者
- ◆参加費 1回500円
- ◆持参するもの エプロン、三角巾、筆記用具
- ◆申込・問合せ先
健康を守る母の会 食の啓発コーナー(あすてらす内)
72-6666内線140
※お子さん連れの方は、お申し込みの際にご相談ください



生涯学習センターパソコン講座



～気楽に学べる、役立って楽ちん、
分がると楽しい!～

★パソコンのOSはWindowsXP、Officeは2007です

【デジカメ講座(聴覚障害者向け)】

- 「思い出を素敵なカードにしよう!」
- 内 容 撮影した写真の取込み、加工・編集など
- 対 象 18歳以上で文字入力可能な聴覚障害者
- ※デジタルカメラと付属の専用ケーブルが準備できる人
- 開 催 日 7月5、12、19、26日の木曜日(全4回)
- 受 講 料 無料 ●募集人員 8人
- ※応募多数の場合は抽選。

【Word(ワード)ステップアップ】

- 内 容 写真や画像入りチラシ、イラストや図形を用いたはがき作成、名簿作成など
- 対 象 18歳以上で文字入力ができる人
- 開 催 日 7月6、9、13、20、23、27日の月・金曜日(全6回)
- 受 講 料 3,000円 ●テキスト代 105円
- 募集人員 14人
- ※応募多数の場合は抽選。応募者が4人以下の場合は開講しません。

★2講座共通事項★

- ▶会 場 生涯学習センターパソコンルーム
(ふれあいルーム内)
- ▶時 間 午前9時30分～正午
- ▶申込方法 ファクス・はがき・窓口のいずれかで、
①氏名②住所③年齢④電話番号⑤希望講座名【デジカメ講座】または【Word(ワード)ステップアップ】を明記のうえ、お申し込みください
- ▶申込締切 6月11日(月)／午後5時必着
- ▶申込・問合せ先 生涯学習課社会教育係(内線523)
ファクス73-5222
〒838-0142 小郡市大板井1180-1



小郡市健康を守る母の会

(健母の会:けんぼのかい)とは



小郡市で実施される食生活改善推進教室を卒業し、地域のみなさんの食生活改善を目指した活動を行う食生活改善推進員のグループです。各校区に会員があり、「ヘルスマイト」と書かれたピンクのエプロン姿で活動をしています。

