



城東地区生涯学習推進員・城東公民館共催事業

ヴァイオリンとピアノ コンサート

参加者募集

- 【期 日】 11月16日（月）
 【時 間】 午後1時30分～2時30分
 ※ 開場はリハーサル終了後（午後1時過ぎの予定）です。
 【会 場】 城東公民館 2階 講義室
 【内 容】 ヴァイオリンとピアノのコンサート
 【対 象】 市内在住の成人40人程度 先着順
 【費 用】 無料
 【出演者】 渡会裕之さん（ヴァイオリン）
 渡会京子さん（ピアノ）
 【申込み】 10月15日（木）午前9時から
 城東公民館窓口で受付。電話受付は
 午前10時から。（電話 322-6195）



～ 生演奏の調べをお楽しみください ～



基礎から学ぶ・初心者向け

硬式のみ

大人の卓球教室 II

参加者募集

- 【期 日】 11月6日・13日・20日・27日 毎回金曜日 全4回
 【時 間】 午前10時～正午
 【会 場】 城東公民館 2階 講義室
 【対 象】 卓球初心者で興味のある方 14人（先着順）
 【講 師】 田村 勇喜さん
 【費 用】 無料
 【持ち物】 ラケット（無い人はお貸しします）、タオル、
 飲み物、運動ができる服装、運動靴（室内用として）
 【申込み】 10月14日（水）午前9時から城東公民館
 窓口で受付開始。電話受付は午前10時から。（電話 322-6195）



※この教室は「硬式」で開催します。ラージの方も硬式での参加となりますのでご注意ください。

裏面もご覧ください



ベビーマッサージ教室

赤ちゃんに優しく触れるマッサージ方法を学び、
肌と肌で触れ合いながら、親子のスキンシップを図ります。

【日 時】 11月4日、11日、18日、25日
全4回 毎回水曜日 午前10時～正午

【会 場】 城東公民館 2階 講義室

【対 象】 生後8ヶ月程度までの赤ちゃんとその親

【定 員】 8組（先着順） 【費 用】 700円（オイル代ほか）

【内 容】 乳児のマッサージとスキンケアを学ぶほか、絵本の読み
聞かせ、ママのリラクゼーションなど

【講 師】 織茂 真美 先生

【持ち物】 バスタオル、オムツなど。初回に材料代（700円）をご用意ください。

【申込み】 10月13日（火）午前9時から公民館窓口で受付開始。

電話申込は午前10時から。（電話 322-6195）



おいしい「和牛」を使用

国産和牛で作る！

参加者募集

ローストビーフ料理教室

家庭でも人気のローストビーフ。オーブンを使わず
フライパンでできる調理方法で作ってみましょう！

【日 時】 12月2日（水）午前10時～午後1時

【場所】 城東公民館 実習室

【内 容】 和牛を使ったローストビーフにサラダ、ライスと
スープを添えてランチメニューを作ります。

【対象者】 市内在住で興味のある方 【定員】 12人（先着順）

【費 用】 1,300円（材料費）申し込み時にお預かりします。

【講 師】 伊藤 文子さん（社会教育講師）

【持ち物】 エプロン、マスク、三角巾、筆記用具、飲み物など

【その他】 作った料理は調理後に実食します。（持ち帰りはできません）

【申込み】 10月21日（水）午前9時から公民館窓口で受付開始。



前菜の
かぼちゃサラダ

10・11月の休館日

10月12日（月）スポーツの日

11月 3日（火）文化の日

11月23日（月）勤労感謝の日