

● ○ 交流センター事業のお知らせ ○ ●

料理教室～巻きずし～

料理教室を開催します。

伝統の巻きずしの作り方を学んでみませんか？

【日時】7月14日(木) 10:00～12:00

【会場】雄物川保健センター 調理室

【定員】15名(申込者多数の場合は抽選になります)

【参加費】500円(当日徴収します)

【講師】佐々木 澄子氏(二井山)

【持ち物】巻きずし、エプロン、三角巾、マスク



※準備の都合上、参加希望の方は7月11日(月)までお電話にて申込みをお願い致します。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

自然観察会

自然観察会を開催します。

滝が生み出す清涼感に包まれながら、自然に触れてみませんか？

【日程】7月20日(水) 8:30 アスパルおもものがわ出発

14:00 アスパルおもものがわ到着予定

【会場】元滝伏流水(にかほ市)

※雨天の場合、内容を変更する可能性があります。

【定員】15名(申込者多数の場合は抽選になります)

【参加費】無料(保険料[100円/当日徴収]・昼食代は自己負担となります)

※当日は動きやすい服装・滑りにくい靴でお越しください。雨天・暑さ対策も忘れずをお願い致します。

※昼食はにかほ陣屋内のお好きな飲食店にて、各自で取っていただきます。

※参加希望の方は7月13日(水)までお電話にて申込みをお願い致します。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

【お申込み・お問合せ】

沼館地区交流センター(アスパルおもものがわ内) ☎22-3606

裏面へ

花の寄せ植え講座

6月13日（月）、アスパルおものがわにて花の寄せ植え講座が行われました。

新山正志氏（平鹿町・新山園芸代表）を講師にお迎えし、鉢への植え方の指導や育てる際の注意点などを教えて頂きました。

参加した方々は様々な花の苗を前にどう植えるかを真剣に考え、思い思いの鉢を作っていました。



花壇づくり

6月14日（火）、アスパルおものがわ前の花壇づくりを行いました。当日は心地よい日差しの下で作業を進めることができ、駐車場の前がいっそう華やかになりました。

また、4日（土）には二井山集落の花壇づくりが行われ、バス回転所付近の花壇に色とりどりの花が植えられました。

ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました！



7月の予定

4日（月）：健康の駅	午前10時から⇒健康講話、らくらく体操
5日（火）：いきいきサロン	午後1時30分から⇒3B体操
12日（火）：ヨガ教室	午前10時から
14日（木）：料理教室	※詳細は表面お知らせをご覧ください
19日（火）：いきいきサロン	午後1時30分から⇒3B体操
20日（水）：自然観察会	※詳細は表面お知らせをご覧ください
26日（火）：ヨガ教室	午前10時から
27日（水）：手づくりサロン	午前10時から

※18日の健康の駅は祝日のためお休みです。

※掲載している事業は、新型コロナウイルスの感染拡大の影響により中止になる場合があります。ご了承ください。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。併せてマスクの着用もお願い致します。