

食生活改善推進協議会からのお知らせ

牛乳料理講習会 参加者募集のお知らせ



牛乳を飲むだけでなく「食材」として利用することで、牛乳が苦手な人もおいしく食べていただけるような料理への活用方法をご紹介します。

参加希望の人は、**10月12日(木)まで**に役場健康推進課へお申し込みください。

- 場 所：南阿蘇村保健センター (旧白水保健センター)
- 日 時：10月16日(月) 午前9時30分から午後12時30分まで
- 準備物：エプロン、三角巾、マスク
- 参加費：無料



男性料理教室 参加者募集のお知らせ



男性向けの料理教室を以下の日程で開催します。料理に興味のある人や料理初心者の人などたくさんの参加をお待ちしています。1回のみでの参加もできます！参加希望の人は、役場健康推進課へお申し込みください。

開催日時	内容	申し込み期限
10月6日(金) 午前9時30分～午後1時	減塩料理	10月5日(木)
12月8日(金) 午前9時30分～午後1時	簡単おせち料理	12月6日(水)

- 場 所：南阿蘇村保健センター (旧白水保健センター)
- 持参物：エプロン、三角巾、マスク
- 参加費：無料



8月4日に開催した1回目の男性料理教室では、「災害時でもできるパッキング」をおこないました！

〈問い合わせ〉健康推進課 保健係 TEL0967 (67) 2704

NPO法人クラブ南阿蘇からのお知らせ



参加者募集!

世界一簡単な弦楽器♪ ボンボ藤井のウクレレ体験レッスン

初心者大歓迎!

「楽譜が読めない」「楽器がまるでダメ」…という人も大歓迎！
お友達・ご夫婦・親子で、お気軽に参加してみませんか♪

【日 時】11月6日(月)・20日(月)・12月4日(月)の3回
午後7時～午後8時

【場 所】長陽中央公民館 第2研修室

【参加費】3回5,000円 単発2,000円

【対象者】小学生以上なら男女問わず誰でも参加できます！

【募集人数】先着10人まで！定員になり次第締め切ります。

※ウクレレは無料レンタルできます！



【ボンボ藤井プロフィール】

熊本県を拠点に活動するサウンドクリエイター。
ウクレレプレイヤー・ウクレレインストラクター・
中学校音楽講師・ラジオDJ等。熊本県八代市出身。

〈お申し込み・お問い合わせ〉クラブ南阿蘇事務局 TEL0967 (67) 0182