

～イルフプラザ・カルチャーセンター講座～

○クリスマス親子料理教室

パンを使ったクリスマス料理

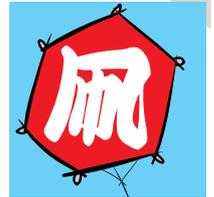
日時 12月10日(日) 午前11時～午後1時30分
 場所 イルフプラザ・カルチャーセンター 調理実習室
 定員 小中学生親子 15組
 講師 脇坂 美穂先生
 受講料 一人 200円
 材料費 一組 800円
 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具



※申込み受付 11月25日(土) 午前9時～ <先着順>

凧作り講習会 (3枚連凧)

お正月の夜空に自分で作った凧を上げてみませんか
 日時 12月9日(土) 午前9時30分～午後0時30分
 講師 西野 正先生 (日本の凧の会会員)
 定員 親子25組
 受講料 一人 200円
 材料費 1セット 400円
 持ち物 定規 (50cm)、ハサミ、鉛筆



お正月一日講座

料理

いつものお料理にひと味違うメニューを加えてみませんか。

日時 12月15日(金)
 午前10時～午後0時30分
 講師 湯田 桂子先生
 受講料 200円
 材料費 800円
 定員 30名



※申込み受付 12月2日(土) 午前9時～ <先着順>

生け花

玄関や部屋にお正月の花を飾り、すがすがしい気持ちで新年を迎えましょう。

日時 12月27日(水) 午後1時30分～3時30分
 講師 小口 静先生
 受講料 200円
 材料費 2,000円
 持ち物 ハサミ、自分の花器 (つぼ以外)、剣山



※各講座とも受講料、材料費を添えて (おつりのないよう) にカルチャーセンターへお申し込みください。
 ※託児をご希望の方は、受付時にお申し出ください。 ※受付初日は電話での申込みはご遠慮ください。

申込み・問合せ イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8401

カルチャーセンター青年学級

きんくら

仲間を作り、
 体を動かし、
 頭をひねる

金・曜・ク・ラ・フ ～探しませんか
 「新自分発見伝」～

後期受講生募集

対象…市内在住・在勤で、おおむね18歳～35歳の独身の方
 活動日…基本的に毎週金曜日 午後7時30分～9時
 会場…イルフプラザ・カルチャーセンターほか
 受講料…無料 (講座によっては実費)
 申込み…直接窓口または電話で随時受付中
 問合せ…イルフプラザ・カルチャーセンター (☎24-8401)
 日程等詳細はホームページをご覧ください。
<http://www.ilfsg-okaya.jp/kouza zenpan/kinkura/index.html>

岡谷市文化祭

岡谷演劇祭

「丹下左膳 ～諏訪湖編～」

日時 12月3日(日)
 午後2時開演 (開場：午後1時30分)

場所 カノラホール 大ホール

笑い と 涙 と 感動 で
 つづられる 娯楽時代活劇

入場無料



問合せ：
 イルフプラザ・カルチャーセンター
 (☎24-8401)

湊成人学校

みなさんのご参加をお待ちしています

「心に、体に効くヨーガ！」

心と、体をリフレッシュしませんか！
冬場の運動不足解消に。明日への元気の源に！
気軽に参加してみましょう。

期 間 12月4日、11日、18日、25日
毎週月曜日 全4回

時 間 午後1時30分～3時

定 員 15名

講 師 シヤーンティヨーガ講師
片桐 りよ子 先生

受講料 1,000円

持ち物 バスタオルまたは
ヨガマット、飲み物



ステンドグラス工芸に挑戦

ステンドグラス工芸に挑戦してみませんか。
ガラスの持つ美しさ、魅力に触れてみませんか。
ぜひみなさんのお越しをお待ちしています。

期 間 12月5日、12日、19日、26日
毎週火曜日 全4回

時 間 午後1時30分～4時

定 員 20名

講 師 日本ステンドグラス普及協会会員
小林 脩幸 先生

受講料 1,000円

材料費 11,200円（4回分）

持ち物 筆記用具、はさみ



受 付 11月17日(金) 午前8時30分から27日(月) 午後5時15分まで

※直接湊公民館窓口か、電話でお申し込みください。

※定員になり次第締め切らせていただきます。

申込み・問合せ
湊公民館 ☎22-2300

サンタクロースからの クリスマスプレゼント宅配を 希望する家庭を募集します！

子どもさんがいる家庭からプレゼントを預かり、サン
タボランティアの方がサンタクロースに扮して、クリス
マスイブの夜に子どもに手渡し、子どもに“夢と希望”
を持っていただければと願っています。

日 時 12月24日(日) 午後7時～

募集家庭 20家庭

申 込 み 11月27日(月)から先着順にて勤青ホーム(☎
23-2201)で受付(宅配希望時間をお知らせください)

※昨年までにクリスマスプレゼント宅配を行った家庭は
ご遠慮ください。12月18日(月)までにプレゼントを
お持ちください。



サンタクロース募集

日 時 12月24日(日) 午後6時30分
勤青ホーム集合

募集人員 5人(30歳代までの方)

申 込 み 12月9日(金)まで

※詳しくは、勤青ホーム(☎23-2201)



川岸公民館 小中学生趣味の広場

手づくりギョーザと 肉まんに挑戦！



～遊べ！グルメ教室～

おいしいギョーザを作って、みんなで楽
しく食べよう！ホクホクの肉まんも作るよ。
さあ自分だけの味に挑戦だ。

日 時 12月9日(土) 午前9時30分～正午

会 場 川岸公民館 実習室

定 員 20名(先着順) 親子の参加もOK!

参加費 300円(材料代等込み)

※申込時にお支払いください。

持ち物 エプロン、三角巾

講 師 学習グループボランティアのみなさん

申 込 み 11月22日(水)より受付開始

★直接公民館窓口または
電話にてどうぞ。

問合せ 川岸公民館(☎23-2200)