

六郷地区女性学級 公開講座

健康づくりは毎日の食事から

～上手にえらんで健康ライフ～

日 時：令和6年1月25日（木） 9時30分から10時30分

会 場：青葉台公会堂

講 師：菊川市健康づくり課

★『高血圧や減塩について』と
『バランスのよい食事について』のお話です。

公開講座ですので、どなたでもご参加頂けます。
ご近所やお友達お誘い合わせて、是非どうぞ



牛淵ふれあい市民農園利用者さんの募集について

下記の通り募集いたします。締切は、2月29日（木）です。

- ・募集区画数 1区画（23㎡ 約7坪）
- ・年間利用料金 2,300円（1㎡100円）初年度、1,700円
- ・市民農園の位置 六郷小北三叉路東進1.5km 牛淵郵便局近く
看板があります。
- ・耕運機を含む農機具利用できます。・水あります。
- ・堆肥、わら、籾殻有料にて利用できます。
- ・共同作業参加出来る方 年間草刈り3回、その他作業3回程度
- ・利用開始は、4月1日から。（夏野菜植え付け時期）
- ・利用のお申し込み、見学のご希望は、青葉台コミュニティセンター
電話 0537-35-0202
市民農園担当者から、折り返しご連絡いたします。



救急医療情報キットに興味のある方はコミセンにご連絡ください。

『味噌作り講習会』参加者募集

発酵食品の代表格「糀」の力を借りて美味しいお味噌を作しましょう！

日時：令和5年2月15日（木）各グループ5名ずつで行います。

Aグループ 8:40 ~ 9:30

Bグループ 9:30 ~ 10:20

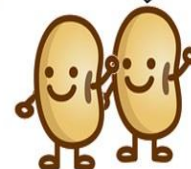
Cグループ 10:20 ~ 11:10

Dグループ 11:10 ~ 12:00

★各グループ 5名ずつで行います。



手作りみそは
美味しいよ！
味噌汁もサイコー！



場所：青葉台コミュニティセンター調理室

参加費：2,000円程度

持ち物：エプロン、三角巾、布巾、容器（8リットル以上）

問合せ：中大谷 ☎ 36-4852

締切：1月31日（水）

大豆はコミセンでまとめて購入します。2月5日（月）～9日（金）事務室前に取りに来てください。各自茹でてきて頂いて当日使いますが、前日にコミセン調理室の大鍋で茹でる事もできます。（費用は100円）ガス台と鍋の数が限られていますので、事前に申し込んで下さい。

主催：青葉台コミュニティセンター 共催：コミセン男の料理

みんなで星を見る会

冬の星座、木星の観察

日時：令和6年2月3日（土）18時30分～

場所：青葉台コミュニティセンター駐車場

冬の1等星を探そう！

澄んだ空気の冬の空には、たくさんの1等星が見えます。そんな冬の星空、1等星を探しながら星座めぐりをしましょう。南の空に輝いている木星も観察します。



♡防寒対策をしっかりとって来てくださいね！

