

男女共同参画センター主催講座

◎暮らしのための整理収納術

お洋服・クローゼット集中講座

今、着ることが出来る洋服はどれくらいですか？もしかして、着ていなものばかりになっていたり、買ってためこんでいるだけになっていませんか？心地よく過ごして、日々を充実したものとするために、皆さんと一緒に整理収納を始めましょう！

- 日時 11月21日（火） 14時～16時
- 会場 うきは市民センター3階 会議室（浮羽町朝田 582-1）
- 講師 整理収納アドバイザー 山田 玲子さん
- 定員 20組 ■参加費 300円 ■持参物 筆記用具



◎野草の活用を学ぼう！講座

「春の七草」「秋の七草」で知られるように、日本人は古くから野草を生活に取り入れてきました。講座では、暮らしへの取り入れ方、期待される効果や料理方法などを学び、みんなでフィールドワークへ飛び出します。野草は、「足元にある宝」です。足元の野草を見直すことで、今ここにあるものから「地域産品」や「観光コンテンツ」が生み出されるかもしれません。「今ここ」で何かを生み出そうと考えている皆さんにもお勧めの講座です！



- 日時 11月23日（木・祝）10時～14時
- 場所 御幸コミュニティセンター 調理室
- 人数 15人 ■受講料 700円 ■託児 あり（3日前までに要予約・無料）
- 講師 薬学博士・NPO法人おくすり研究会 代表 矢野忠則さん

◎親子クッキング講座

「お弁当を作ろう！」

家族に作ってもらったお弁当も美味しいけど、自分で作れば、嬉しくって「もっと、も～っと美味しい!!」そんなお子さんの笑顔がたくさん生まれる講座です。管理栄養士から、「お弁当作りのツボ」を習うチャンスです！

- 日時 11月25日（土）10時～正午
- 場所 御幸コミュニティセンター 調理室
- 人数 10組 ■受講料 1つにつき700円 ■託児 あり（3日前までに要予約・無料）
- 講師 管理栄養士（うきは市在住） 門脇 美恵子さん

前回参加した保護者の方々の感想

- ・小さな子でも簡単にできるわりに、仕上がりが良く、彩りも良かったです。
- ・いつも手伝いたがるので、一緒にできて良い経験になりました！



●申込み・問合せ先

男女共同参画センター・だんだん Tel77-2661（平日8時30分～17時）