

event information

イベント情報

6/16
日

森林セラピー& 苔玉づくり

簡単！オリジナル苔玉をつくってみませんか？

- 時間** 10:00 集合／15:00 解散
※午前／森林セラピー・午後／苔玉づくり
- 費用** 3,000円／1人
- 服装** 長袖・長ズボン・履き慣れた運動靴
※苔玉づくりの際に汚れることがあります
- 場所** 調音の滝 駐車場 集合

予約方法

1週間前までに二次元コード、またはお電話にてご予約ください



うきは市癒しの旅先案内人協会

080-2714-6065



7/7
日

森林セラピー& 古式ヨーガ

セラピーとヨーガで心と体を整えよう！

- 時間** 10:00 集合／15:00 解散
※午前／古式ヨーガ・午後／苔玉づくり
- 費用** 3,000円／1人
- 服装** 長袖・長ズボン・履き慣れた運動靴
- 場所** ひめはるビジターセンター駐車場 集合



6/13
木

被災生活を乗り切る 「いつも」の「もしも」クッキング！

健康料理教室

被災時に活かせる！簡単＆美味しいポリ袋クッキング
料理初心者の方も安心です♪

時間 10:00～12:00 (受付 9:40～)

費用 300円／1人

場所 御幸コミュニティセンター
1階 調理実習室

要申込
先着 20名

申込・問合せ

保健課 食育・健康対策係 75-4960

※お申込み締切：6月10日（月）



高野豆腐のミートソース・大豆とひじきの煮物
きゅうりとツナ缶のマヨネーズ和え
キャベツとしらす干し・焼き海苔のモミモミ
緑茶と小豆缶の蒸しパン

6/14
金

耳納ねっと！の料理教室

玉ねぎドレッシングづくり

時間 10:00～

要事前
予約

6/21
金

こねないミルクパンづくり

時間 10:00～



申込・問合せ

再生工房 耳納ねっと！ 76-2077

※ご参加には受講料と材料代が必要です。
詳細はお問合せください。

＼こちらも開催中です／

料理教室のほか、リフォーム・布ぞうり・裂織・一閑張り・きんつぎ教室やダンボールコンポスト講習会を開催しています。皆さまのご参加をお待ちしています！