

講座の催し

料理講習会

◇**欧風料理のシェフによるデクニックを学ぼう**
カチャトラ (チキンのトマト煮)・シーフードマリネ
調理後にシェフのお話を聞きながら試食をします

▼日時 11月9日(水)9時
▼会場 農村環境改善センター
いずみの里

▼申込締切 11月5日(土)
▼持ち物 エプロン・三角巾
▼参加費 1,000円
▼募集人数 15人

味噌作り

大豆を煮て、麴を混ぜて5kgの味噌を作ります。※食べられるようになる時期は目安として10か月以降です



伝言板

山武郡市バドミントン教室

子どもから大人まで年齢を問わず気軽にバドミントンを体験してみませんか。
▶日時=11月27日(日)9時~12時(はじめての部)、13時~16時(経験者の部)
▶会場=東金アリーナ
▶持ち物=室内シューズ、ラケット
※貸出ラケットあり(先着順)
▶申込締切=11月20日(日)
▶費用
・はじめての部=500円
・経験者の部=大人1,000円、高校生以下500円
☎070(5080)8893

「着物同好会」会員募集

着物の基礎知識、普段着から外出着などの着付けや帯結びのお稽古を行っています。お気軽にどうぞ。
▶日時(会場)=第1・3(日)9時30分~11時30分(中央公民館)、13時30分~15時30分(白里公民館)
☎0475(77)6301
☎080(5534)1933

笑いヨガ同好会

日ごろ市内や近隣市町村の介護施設などを訪問して、笑いヨガで人々を元気づけているボランティアグループと一般市民の集いです。笑いヨガに興味のある人、やってみたい人の参加を歓迎しますので、ぜひ一度覗きにきてください。
▶日時=毎月第3日
13時30分~15時30分
▶会場=中央公民館
▶参加費=無料
☎090(8348)2155

千葉県生涯大学校外学舎園祭

▶日時=11月19日(土)10時~16時・20日(日)10時~15時
▶会場=外房学園茂原校舎(茂原市本小郷319-1)
▶内容=展示、体験、芸能
▶入場料=無料
☎0475(25)8228

ミニバスケットボール体験教室開催のお知らせ

参加を多数お待ちしております。
▶日時・会場=11月5日(土)13時~14時30分・季美の森小学校、13日(日)13時~15時・瑞穂小学校、19日(土)13時~15時・白里小学校
▶対象=小学生以下(保護者同伴)
▶持ち物=運動できる服装、上履き、タオル
▶参加費=無料
☎090(3064)7898

イングリッシュカフェ 会員募集

ネイティブスピーカーと一緒に英語を楽しみませんか!
▶日時=毎月(日)1~2回
14時~15時30分
▶対象=英語力中程度の男女
※成人のみ
▶参加費=1,000円/回
☎0475(77)3361

楽しいそうでリフレッシュ

普段の生活から離れてちょっと息抜き。体をほぐして、らくな瞑想体験。終了後、茶話会の時間もあります。
▶日時=11月5日(土)9時30分~10時30分・9日(水)19時~20時・14日(日)13時~15時
▶会場=智弘院(細草)
▶参加費=無料
☎0475(73)4640

空手教室 千葉桜空塾

塾生募集中心!初心者歓迎!空手に興味のある方、一度見学に来てください。
▶日時=毎週(火)19時~20時30分、(日)17時~19時
▶会場=大網白里アリーナ 武道場
▶参加費=1,500円/月
☎090(2465)3664

エコストーブ作り

一家に一台、庭の小枝整理で近所に迷惑をかけずに煮炊きできます。軽量、誰でも持ち運び可。※要連絡
▶日時=11月12日(土)15時~
▶場所=清水22-3 草心庭
▶参加費=講習無料
(作品注文4,000円)
☎0475(70)5152

フェーズ第8回絵画展

小学生から大人まで、心の情景を素直に描いた絵画展です。皆様のご来場をお待ちしています。
▶日時=11月5日(土)~8日(火)10時~18時(最終日は17時まで)
※5日(土)14時~ミニライブあり
▶会場=東金サンピア3階アートギャラリー
▶入場料=無料
☎080(5005)4786

大網白里市の庭果樹園を増やす「まち興プロジェクト」

移住、田舎暮らし助成、移住者支援。育てやすい美味しい品種の選び方。早くならせる方法。季節の手入れ、病害虫対策。お薦め優良果樹(厳選150種)試験栽培中。リンゴ、モモ、スモモ、ブドウ、サクランボ、柿、イチジク、柑橘他。寒冷、トロピカル種も実る。
▶日時=個別設定
▶会場=大網果樹園と希望者宅
▶料金
訪問=1,000円/時、会場内=500円/時
※1時間単位で追加料金有
☎0475(71)0312

カラオケ歌謡勉強会 会員募集

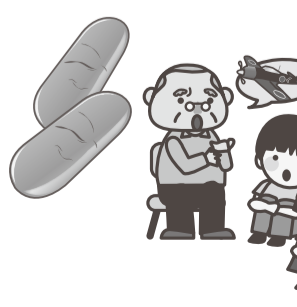
歌の好きな方、もっと上手になりたい方、初心者も歓迎!
▶日時・会場=第1・3(木)10時~12時、第4(水)13時~16時30分・中部コミュニティセンター2階、第1(日)13時~16時30分・中央公民館
▶参加費=2,000円/月
☎0475(72)9505

東金労働基準協会からのご案内

受講を希望する方は申し込みください。※有料
▶講習
①第2種酸素欠乏危険作業特別教育講習=11月22日(火)9時30分~
②リスクアセスメント実務担当者講習=11月25日(金)9時~
▶会場=のぎくプラザ
▶申込締切=11月10日(木)
☎0475(52)1061

第23回秋のおはなし会

子どもに語る昔話を、大人だけで楽しむ「おはなし会」です。
▶日時=11月22日(火)10時30分~12時
▶会場=中部コミュニティセンター
▶対象=大人のみ
▶参加費=無料
☎0475(73)0893



☎0475(72)8278
FAX 0475(72)8278
info@machisapo.net

▼日時・会場 11月26日(土)9時~
・農村環境改善センター
いずみの里、11月27日(日)9時~
・農村ふれあいセンターやまへの郷
☎0475(72)7413

中部コミュニティセンター 成果発表展示会

中部コミュニティセンターで活動している教室・同好会の皆さんの日ごろの成果・活動の様子を作品・パネル展示等で紹介しています。ご来館の際は、ぜひご覧ください。
▼会場 中部コミュニティセンター
▼時間 9時~17時(休館日を除く)
▼11月の展示予定

▼日時 11月17日(木)18時30分~20時
▼会場 東金文化会館小ホール
▼演題 山武長生夷隅地域の医療・介護・福祉の現状と未来
▼講師 李 笑求先生
(千葉県医師会理事、(医)鎮静会理事)
▼募集人数 先着300人
※申込不要、参加費無料
☎0475(34)2121

山武長生夷隅地域リハビリテーション広域支援センター講演会
▼日時 11月17日(木)18時30分~20時
▼会場 東金文化会館小ホール
▼演題 山武長生夷隅地域の医療・介護・福祉の現状と未来
▼講師 李 笑求先生
(千葉県医師会理事、(医)鎮静会理事)
▼募集人数 先着300人
※申込不要、参加費無料
☎0475(34)2121

心に関する研修会
▼日時 11月16日(水)14時~16時
▼会場 山武健康福祉センター(山武保健所)3階大会議室
▼内容 暴言・暴力・器物破損・自傷・摂食障害・引きこもりなどで、生活に支障が起きているご本人やご家族、支援者のための研修会です。
▼講師 遊佐 安一郎先生
(長谷川メンタルヘルス研究所所長)
▼参加費 無料
▼募集人数 先着70人
※要事前申込

外房地区の肝臓病 市民公開講座
▼日時 11月13日(日)13時30分~16時(受け付け13時~)
▼会場 茂原市民会館
▼座長 高梨 秀樹先生(市立国保大網病院副院長)
▼講師 藤島 知則先生(藤島クリニック院長)、今関 文夫先生(千葉大学教授)※講演順
▼募集人数 先着300人
※入場無料、申込不要
☎047(460)7055

市老連「いきいき麻雀の会」麻雀初心者講習会
▼日時 11月16日(水)14時~16時
▼会場 山武健康福祉センター(山武保健所)3階大会議室
▼内容 暴言・暴力・器物破損・自傷・摂食障害・引きこもりなどで、生活に支障が起きているご本人やご家族、支援者のための講習会を実施します。
この講習会である程度できるようになったら、毎週木曜日に老人福祉センター「コスモス荘」で行っている市老連「いきいき麻雀の会」に入会して楽しい麻雀ライフを過ごしませんか。
▼日時 毎週(水)9時~15時

麻雀をしたことがない、家族麻雀くらいしかしたことがない。でもこれからの長い期間、楽しい麻雀で脳の活性化もできるので覚えたい、みんなと麻雀を楽しみたい。そういう方々のために講習会を実施します。
①11月10日(木)10時~15時
脳トレ・持ち寄りクッキング(参加費200円)
②11月24日(木)13時~15時
歌声喫茶(参加費200円)
▼会場 まちサポ
▼申込方法 前日までに住所、氏名、年齢、電話番号を添えてまちサポへ

まちづくりサポートセンターから
ゆるるアクトイブより
ゆるるサロン
▼日時・内容
①11月10日(木)10時~15時
脳トレ・持ち寄りクッキング(参加費200円)
②11月24日(木)13時~15時
歌声喫茶(参加費200円)
▼会場 まちサポ
▼申込方法 前日までに住所、氏名、年齢、電話番号を添えてまちサポへ

麻雀をしたことがない、家族麻雀くらいしかしたことがない。でもこれからの長い期間、楽しい麻雀で脳の活性化もできるので覚えたい、みんなと麻雀を楽しみたい。そういう方々のために講習会を実施します。
この講習会である程度できるようになったら、毎週木曜日に老人福祉センター「コスモス荘」で行っている市老連「いきいき麻雀の会」に入会して楽しい麻雀ライフを過ごしませんか。
▼日時 毎週(水)9時~15時

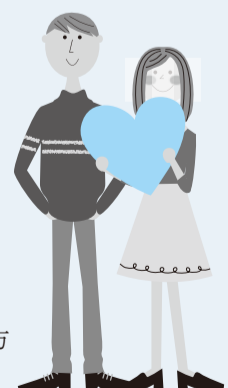
大網白里子育て支援ネットワーク協議会より
子育て中の方、子育て団体交流会
子育てに興味をお持ちの方、どなたでも参加できます。
▼日時 11月25日(金)9時30分~11時30分
▼会場 まちサポ
▼参加費 100円
▼エコパーク大網白里子ども村
開村日 11月13日(日)・26日

大網白里子育て支援ネットワーク協議会より
子育て中の方、子育て団体交流会
子育てに興味をお持ちの方、どなたでも参加できます。
▼日時 11月25日(金)9時30分~11時30分
▼会場 まちサポ
▼参加費 100円
▼エコパーク大網白里子ども村
開村日 11月13日(日)・26日

恋活イベント開催

スポーツ×焼肉=恋活!?

市商工会青年部では、スポーツを通じて男女の仲を深める恋活イベントを開催します。
▶日時=12月3日(土)11時45分~受け付け
▶会場=大網白里アリーナ、市内有名焼肉店
▶募集人数=男女15人ずつ
▶参加資格
男性=市内在住・在勤の25歳~40歳の独身の方
女性=25歳~40歳の独身の方
▶参加費
男性=4,000円
女性=2,000円
▶内容=自己紹介、ヘルスバレー体験、レクリエーション、焼肉パーティ
▶申込締切=11月18日(金)
▶申込方法=市商工会青年部ホームページから申し込み
☎0475(72)0239
URL http://oami.jp/seinen/



戦争語り部(雨天休村)
10時~15時(雨天休村)
戦争語り部(旧戦争体験語り部)より
◎20回戦争体験かたりべの集い
12月8日は開戦の日です。二度と同じ過ちを繰り返さないために、戦争の時代を生き抜いた方に体験談を語っていただき、再現した戦時中のパンを味わいながら、戦争や平和について考えましょう。
▼日時 12月10日(土)13時30分~15時
▼会場 中央公民館1階講義室
申・大網白里まちづくりサポートセンター
☎0475(72)8278
FAX 0475(72)8278
info@machisapo.net