

【簡単！やさしいお食事づくり講習会】

〔日時〕

1月17日(土) 午前9時30分～午後3時

2月14日(土) 午前9時30分～午後3時

〔会場〕 保健福祉センター 栄養指導室

〔持ち物〕 参加費200円、エプロン、
三角巾、手拭き用タオル**【楽々筋力トレーニング】**

〔日時〕

1月25日(日) 午後1時30分～午後3時

2月22日(日) 午後1時30分～午後3時

〔会場〕 福祉会館2階 機能訓練室

〔持ち物〕 上履き、タオル、水分補給用の飲み物

【両事業対象者】

身体障害者手帳・精神保健福祉手帳・愛の手帳などをお持ちの方もしくは同等の障害があると判断される方で、保健福祉センターにいらっ
しゃることができる方。

*参加申し込み後に、お身体の状態を教えてください、この講習会について事前に説明をさせていただきます。

*付き添いの方のご参加についてはご相談ください。



※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

～図書館より～雑誌をお分けします

古里・氷川図書館では1月17日(土)から25日(日)までの間、前年度・前々年度版の雑誌と前年度の付録をお分けします。(ひとり1回5冊まで) ご希望の方は、この期間内に各図書館へお越しください。開館時間は、午前9時30分から午後5時となります。

〔古里図書館〕

(23年版) ゆうゆう・素敵なあの人・プレジデント Family・TURNS・3分クッキング・明日の友・園芸ガイド・BE-PAL・すてきにハンドメイド

(24年版) Sweet・リンネル・大人のおしゃれ手帖・ESSE・サンキュ!・Hanako・毎日が発見・Casa BRUTUS・dancyu・オレンジページ・文藝春秋・WILL・山と溪谷・サライ・関東東北じゃらん・Newton・自家用車・CUT・tact.・PHPスペシャル

〔氷川図書館〕

(22年版) ねこのきもち

(23年版) 暮らしの手帖・ハルメク・Mart・きょうの料理・うかたま・きょうの健康・趣味の園芸・やさいの時間・COTTON FRIEND

(24年版) non-no・otonaMUSE・FUDGE・eclat・天然生活・クロワッサン・&Premium・LDK・ku:nel・kodomoe・男の隠れ家・日経 TRENDY・日経 Woman・GetNavi・BRUTUS・レタスクラブ・壮快・岳人・ランドネ・ノジュール・GOLF TODAY・MOE・婦人公論

※問い合わせは、古里図書館 ☎ 85-1621