

# 黒須公民館だより

平成23年12月15日23-15号 入間市立黒須公民館 Tel2962-7511

## 男性料理教室

新しいことに挑戦したい方！おすすめです。  
初めてでもひとりでも作れるおいしくて簡単なメニューです。



- ◇日時 平成24年1月28日（土）午前10時から午後12時30分
- ◇対象 市内在住の方 ◇定員 先着16名
- ◇参加費 500円（材料費）
- ◇持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具
- ◇共催 市食生活改善推進員協議会（ヘルスメイト）
- ◇申込 12月20日（火）午前9時から  
開催の1週間前までに公民館へ申し込み下さい
- ◇問合せ 黒須公民館（2962-7511）

~~メニュー~~

- ◎ 餃子
- ◎ 焼ききの子と水菜のあえもの
- ◎ 中華風かきたまスープ
- ◎ デザート（お楽しみ）

## おしゃべりタイム

今回は健康福祉センター親子支援課 木村保健師さんにお話を頂きます。

「おむつ外しにコツあり！ 目指せ！パンツマン！」

《 午前10時30分頃から午前11時頃まで 》

お話の後は、フリータイム 自由に相談して下さい。



))))

- と き 平成24年1月16日（月）
- 時 間 午前10時から正午
- 場 所 黒須公民館2階和室
- 対 象 0歳から3歳くらいまでのお子さんとその保護者  
午前10時30分からのお話は保護者の方だけでも参加できます
- 参加費 無料
- 保 育 ありません  
※時間内は入退自由です。申込みもありません
- 主 催 母子愛育会豊岡第二支部



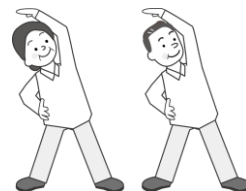
子どもはこの前出来なかったハイハイが出来るようになったり、ちょっとずつ歩けるようになったり、毎日毎日ちょっとずつ成長しています。

「こうして欲しいのに・・・」「どうしてそんなことするの??」ママを悩ませるのも成長しているから。 ママの素敵なお顔をの為に一緒に子育てしましょ！

# ストレッチ体操教室

いつでも、どこでも、誰でも簡単に行えるストレッチ体操をしてみませんか。

- ★と き 平成24年1月11日(水)、1月18日(水)、1月25日(水)
- ★時 間 午前10時から午前11時30分 全3回
- ★場 所 黒須公民館 2階 大会議室
- ★対 象 者 市内在住の方
- ★参 加 費 無料
- ★定 員 先着30名
- ★持 ち 物 動きやすい服装
- ★申 込 み 12月22日(木)から健康福祉課(Tel.2966-5513)  
又は黒須公民館(Tel.2962-7511)まで
- ★共 催 健康福祉課・黒須公民館



★サークルより★

## 「子どもから大人までの囲碁教室」

- 日 時 平成1月15日(日)・22日(日)  
午後1時10分から午後2時までの50分間
- 会 場 黒須公民館 和室B ○参加費 無料
- 参加資格 小学生から大人まで ○主 催 黒須公民館囲碁クラブ

## 萩の会 お正月花講習会

私たちと一緒に、お正月用のお花を生けてみましょう

- ◇日 時 12月28日(水) 午後7時30分から午後9時30分  
(それ以外の時間は相談)
- ◇場 所 黒須公民館 和室B
- ◇参加費 2,500円 前後(花代)
- ◇持ち物 花を包める物、(ビニールしき物、新聞紙など)  
ハサミ、タオル、筆記用具など
- ◇講 師 佐々木 洋豊先生
- ◇主 催 萩の会(小原流)
- ◆問合せ先・申込み 12月25日(日)までに参加希望の方は  
電話で申し込みください。  
武井 (Tel.2962-3049)  
福原 (Tel.2963-6783 (午後7時以降))



この「公民館だより」は、各自治会役員の方々の協力により配布されています。