

中央公民館だより

令和6年10月号

発行元

湯梨浜町中央公民館

〒689-0714

湯梨浜町大字龍島505番地

電話:(0858)32-1116

FAX:(0858)32-0200

月日	10月・11月 事業内容	時間	場所
10月6日(日)	第19回 東郷地域町民グラウンド・ゴルフ大会	7:30受付	藤津スポーツ広場
10月8日(火)	信楽焼の魅力に親しむ陶芸教室	10:00	ふるさと陶芸館
10月14日(月・祝)	体験! 禅道場入門「座禅で心を磨く」	14:00	龍徳寺
10月20日(日)	口腔ケアは健康の近道!	10:00	中央公民館
10月26日(土)	おばけもびっくり! 公民館ハロウィン大作戦	10:00	中央公民館
10月30日(水)	秋を感じる料理教室	9:30	中央公民館
11月1日(金)	蒜山高原から大山紅葉&サントリー工場見学	9:30出発	中央公民館

《口腔ケアは健康の近道!》

～元気な毎日は、口元からスタート!!～



日時 10月20日(日) 10:00～11:30
場所 中央公民館
講師 音田 貢さん(音田歯科医院 院長)
参加費 無料
持ち物 筆記用具、歯ブラシ、歯磨き剤(普段使いのもの)
定員 12人
申込締切 10月17日(木)

- (1) 基本知識
 - (2) 正しい歯みがき方法
 - (3) 口腔ケア用品の選び方
 - (4) 口腔ケアと栄養
 - (5) フレイルとオーラルケアの関係
- 口腔ケアの実演指導!
◇質問コーナー

《おばけもびっくり!

公民館ハロウィン大作戦》

～仮装して街へ飛び出し「Trick or Treating」!!～

日時 10月26日(土) 10:00～11:00
場所 中央公民館
講師 レヴィ 薫さん(世話人代表者)
参加費 800円(菓子代、工作費)
持ち物 仮装衣装、ハサミ、のり
対象者 幼児、小学生(保護者同伴のこと)
定員 12人
申込締切 10月18日(金)



お菓子をくれないと、
いたざらしちゃうぞ!!

◇ 仮装をして参加

(衣装でなくても、ワンポイントでもOK!)

- (1) ハロウィンのお話
- (2) お菓子袋を作る
- (3) みんなで写真撮影
- (4) 仮装姿で菓子袋を持って出かけよう
- (5) 会場に戻り、解散

《秋を感じる料理教室》

～季節の食材で秋の味覚を味わってみませんか～

日時 10月30日(水) 9:30～11:30
場所 中央公民館
講師 国民宿舎水明荘 料理長 重信 慧さん
参加費 1,000円(材料費)
持ち物 エプロン・三角巾・手拭き・マスク・飲み物
定員 12人
申込締切 10月23日(水)



完成した料理は、参加者で会食し交流を深めます
アレルギー等の心配のある方はご相談ください

～メニュー～

・鯖梅煮
・きのこ酢味噌和え
・柚子なめこ



サントリー奥大山ブナの森

《蒜山高原から大山紅葉&工場見学》

～絶景スポットから紅葉を眺め、

奥大山の天然水をたのしんでみませんか～

日時 11月1日(金) 9:30～16:30
集合場所 中央公民館 駐車場 9:30出発
参加費 1,650円(昼食代) ジンギスカン料理
1,210円(昼食代) ひるぜん焼きそば
(参加費はおつりのいらぬようにご準備ください)
定員 18人
募集開始 10月7日(月) 9:00～受付開始
申込締切 10月24日(木)

日程

9:30 中央公民館 出発
関金經由蒜山高原
10:30 道の駅蒜山高原
11:15 昼食(蒜山高原センター)
12:15 蒜山高原・鬼面台(車窓)
12:45 サントリー奥大山
ブナの森工場見学(1時間)
13:45 鍵掛峠(車窓)・木谷沢溪流
15:00 榎水高原(大山寺經由)
16:30 中央公民館 到着



サントリー奥大山ブナの森工場



※事業によってはキャンセル料が発生する場合がありますのでご了承ください。

お申込み・お問い合わせ

平日(月～金曜日・祝日を除く)の午前8時30分～午後5時まで

電話 (0858)32-1116
FAX (0858)32-0200

中央公民館の情報はこちら
からご覧いただけます。

