

平成27年度 ビタミン講座『ハーブ講座』

第1回講座『健やかな心と身体のために』

5月17日（日）、いっぴく亭にて、ビタミン講座『ハーブ講座』の開講式が行われました。講師の井上さん、野村さんと一緒に、ハーブについて説明を聞き、畑に様々な種類のハーブを植えました。

本年度の講座では、ハーブを挿し木で増やす方法を学んだり、ハーブを収穫して料理やリースを作ったり、今年度は藍で染めものを作ったりします。

昨年植えたハーブも元気いっぱい成長していました。収穫が楽しみです。



網野町ウイークエンド事業『ユタッコ仲間』

あつまれ！ ユタッコ仲間

本年度のユタッコ仲間がスタートしました。年間11回の事業を計画し、網野町内各小学校の49名の児童の申込みがありました。

今年度の第1回事業は、5月16日（土）、自己紹介やレクリエーションをして仲良くなり、家族や友達にメッセージカードを作りました。



京丹後市高齢者大学『網野学園』

ノルディック・ウォーキング in 弥栄

6月一般講座のご案内



○日時：6月12日（金）
午後1時30分～

○会場：アミティ丹後
多目的ホール

オープニング

オカリナの演奏

ライリッシュ・オカリナ連盟

「網野教室」の皆さん

講演「丹後の風習と日本海文化」

講師：小山元孝さん（文化財保護課主任）

※会場準備は掛津・郷・新庄・木津・他町の方が担当です。担当の方は1時アミティ集合をお願いします。

参加者募集



2本のポールを使って歩く、ウォーキングエクササイズです。ラクに始める全身運動の「ノルディック・ウォーキング体験会」を開催します。日ごろの運動不足やストレス解消、健康・体力づくりにいかがですか。ご家族やグループ、お一人でも大丈夫です。気軽にご参加ください。

日時：6月14日（日）9時30分集合（2時間程度）

集合場所：弥栄市民局駐車場

コース：弥栄市民局周辺約5キロのコース（※雨天中止）

対象：京丹後市内の小学生以上の人。ただし、小学生は保護者同伴、中高生は必ず保護者の承諾を得てください。申込みは不要です、会場に直接お越しください。参加料は無料です。ポールは準備いたします。

問合せ：弥栄地域公民館（69-0665）

その他：体験会当日は、動きやすい服装で、タオル、飲み物をご持参ください。体験会中に発生したケガについては、市が加入する保険の範囲内での補償となります。