

入りの絵柄シールを選んで、それを丁寧に貼り付け世界に一つだけのマグカップ、お皿に仕上げました。

山菜を楽しむ「ヤブカンゾウ」



春先には土手に群生するヤブカンゾウをよく見かけます。ヤブカンゾウはこの辺りでは3月に入ると芽吹き新芽が徐々に伸びていきます。10センチぐらいまでが採りごろで、ヤブカンゾウには甘味料のステビアを含んでいるので上品な甘さがあり、おひたしや酢味噌和え、天ぷらなど何でもいけます。私は、軽くゆでてドレッシングなども軽めにしてカンゾウの持つ甘み味わうのが一番だと思います。※山菜は確実に分かるものを採取しましょう。

公民館事業のご案内

グラウンドゴルフ

ようやく春が訪れ、待ちに待ったグラウンドゴルフの好季節になりました。

令和2年第1回目の定例会を開催します、多くの方々のご参加をお待ちしています。

日時 4月4日(土) 午前8時30分から 場所 久斗川防災公園



子どもクッキング教室

月 日 3月29日(日)

時 間 10:00~12:30

場 所 対田コミュニティセンター

対 象 小学生 参加費 100円



料理をすることで食の知識や技術はもちろん、協力し合うことや小さな達成感、自信を育んでいきたいと思います。今回は豆腐クリームのパングラタンとイチゴ大福を作って試食したいと思います。

体幹ストレッチ

月 日 4月13日(月)、27日(月)

時 間 10:00~11:00

場 所 対田コミュニティセンター

講 師 竹田紗和子



体幹は体の中心となる部分。体幹が固まると姿勢の悪さやゆがみを引き起こし、つらい痛みや疲れが抜けにくい体になってしまいます。体幹をほぐすストレッチで、軽やかに動ける体にチェンジしましょう。

組み木教室

電動糸ノコなどの工具を使って、組み木デザイナー小黒三郎氏デザインの五月人形(初級)を作ります。



月 日 4月15日(水)

時 間 9:00~11:30

場 所 アトリエあとな(対田283)

材料代 1000円

ちりめん細工教室

初心者の方でも作れるように予めカットした布を使用しますのでお気軽にご参加ください。

今回は「紫陽花のつるし飾り」を作ります。

日時 4月18日(土) 10:00~12:00

場 所 アトリエあとな(対田283)

講 師 浜田直子 材料代 未定



4月の子育てひろば

就学前の子どもを持つ親子を対象に、手作り工作や施設の見を楽しみながら子育てについての情報交換、交流を行います。

日時 4月11日(土) 10:30~11:30

場 所 まことの道庁舎(対田1065)

内 容 お花見を楽しみながら食事や簡単なゲームをして交流します。

