

コミカレ短期講座案内

8/15広報とくしま

9月5日(土)	写真の撮り方講座	定員：20名	内 容	一眼レフカメラを持っているのにうまく撮れない…買ったばかりで使い方が分からない…などの方にお子さまや風景の綺麗に取れる撮影ポイントをお教えます！
13:30～15:00		受講料：600円	準備物	一眼レフカメラ（お持ちの方）
講 師	ロケーションフォト&自家焙煎コーヒーASANO 浅野 欣也	材料費：600円	対象者	どなたでも
9月6日(日)	初めての男性料理 秋の家庭料理を 楽しもう	定員：24名	内 容	料理をしたことがない男性向けに食材の切り方や食事バランスを考えながら料理をしていただく料理講座です！メニュー：「たきこみごはん」「魚のムニエル」「大学芋」「コーヒーゼリー」
9:30～12:00		受講料 600円	準備物	エプロン・布巾・三角巾・マスク・持ち帰りタッパー
講 師	土井原 由利子	材料費 1,000円	対象者	男性どなたでも
9月6日(日)	秋の 親子ミニ運動会	定員：20組	内 容	親子で一緒にミニ運動会で楽しみませんか。弾入れや綱引きなどいろんな運動遊びをします！広いホールの中で元気いっぱい楽しみましょう！
10:00～11:15		受講料 600円	準備物	動きやすい服装
講 師	保育士 米田 奈津	材料費 500円	対象者	ハイハイができるお子さまから未就学児親子
9月11日(金)	旬を味わう 彩りクッキング	定員：20名	内 容	旬の食材を使って、おもてなし料理を作りましょう。メニュー：「お洒落なヘルシービビンバ」「お月見にうさぎの蒸しパン」「季節の付け合わせ」
10:00～12:00		受講料 600円	準備物	エプロン・布巾・三角巾・持ち帰りタッパー
講 師	エコクッキングナビゲーター 山田 純子	材料費 900円	対象者	どなたでも
9月14日(月)	ホームベーカリーで 作る 「ジャーマン ポテトパン」	定員：各12名	内 容	ジャガイモと厚切りベーコン、玉ねぎを使ったジャーマンポテトで柔らかいおかずパンを作りましょう！
①10:00～12:00 ②13:30～15:30		受講料：600円	準備物	エプロン・布巾・三角巾・マスク・持ち帰り袋・筆記用具
講 師	パン教室KohiRo Bread &... 村川 宏子	材料費：2,000円	対象者	どなたでも
9月27日(日)	大人のコーヒー講座 「アイスコーヒー& コーヒーゼリー」	定員：各15名	内 容	コーヒーのプロと一緒に美味しいアイスコーヒーの淹れて楽しみましょう！また、家庭でも簡単にできるコーヒーゼリーも作ります！
①10:00～11:30 ②13:30～15:00		受講料：600円	準備物	エプロン・布巾・筆記用具
講 師	自家焙煎コーヒーASANO 浅野 欣也	材料費：1,400円	対象者	どなたでも

【 申 込 方 法 】

講座申込は電話か館内に置いている申込用紙またはハガキ(1枚1講座)に住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・希望の講座・電話番号を記入し、開催日10日前まで(必着)にふれあい健康館へお申し込みください。また、電子申請での申し込みも可能。応募者多数の場合は抽選となります。なお、受講希望者が少ない講座は中止することがあります。(抽選結果はハガキでご連絡いたします)

お問い合わせ ふれあい健康館(徳島市生涯福祉センター)

〒770-8053 徳島市沖浜東2丁目16番地 TEL 088-657-0194