

ふれあい館 三国

[第219号] 令和2年9月号
 【発行】 ふれあい館三国
 【電話・FAX】 75-3392
 【E-mail】 mikuni@huk.bbq.jp
 【休館日】 毎月第3日曜日・月末日
 国民の祝日・振替休日・国民の休日
 【担当 井上】

…ふれあい館三国主催講座のお知らせ…

◀主催講座の申込みは、ふれあい館三国 Tel 75-3392 まで▶
 ※スリッパが必要な方は、各自でご用意ください
 ※水分補給できるものをお持ちください

オンライン初めて講座

オンラインでの会議や講座で便利な「Zoom (ズーム)」を中心に、気軽に使える便利なオンラインツールを体験しませんか。初めての方むけ①、まずは不安解消!の座学からスタート。午後の②で、画面操作の体験を通して使い方をマスターしましょう。後日開催の講座では、実際に Zoom ミーティングに参加します。一回のみの参加もできますよ。

- ① 準備講座～初めての方むけ～
- ② いざ!!使ってはみただけだ～画面操作の体験～

※Zoom ミーティングの日時は
 次回のたよりでお知らせします



開催日：10月4日(日)

- ① 10時半～11時半
- ② 13時～15時

場 所：学習室2

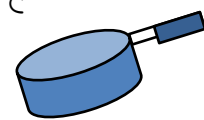
募 集：中学生以上各回 10名

参加費：無料
 ※パソコン・スマホ・タブレット等
 ある方はお持ちください。

三国バサラカクッキング

「男の料理」は14年目がスタートします。好きな料理を作る楽しみ、男同士で作る楽しみ、人に作ってあげる楽しみ、「3 楽生活」始めましょう。毎月第4金曜は、「三国バサラカクッキング」でレッツ・エンジョイ!!!

第1回目「かんたん!楽しいパン作り」
 パン3種盛(≧▽≦)お楽しみに!



開催日：9月25日(金)
 10時～12時

場 所：料理実習室

募 集：成人男性12名

材料費：800円程度

持ってくるもの：エプロン、三角巾
 調理用スリッパ

※作った料理は、持って帰ります。

マイ・味噌作り

手仕事始めませんか
 日本の食文化に欠かせない味噌
 大豆と麹と塩というシンプルな材料で作る味噌は、ちょっとずつ味が変わります。自分で仕込んで作る「我が家の味」をお楽しみください。

☆材料準備のため10/2(金)17時までに
 申し込みください



開催日：10月11日(日)
 9時半～11時半

場 所：料理実習室

募 集：6名

材料費：2000円(4キロ程度)

持ってくるもの：圧力鍋、エプロン、三角巾、
 持ち帰り容器、調理用スリッパ

ふれあい館三国からのお願い

新型コロナウイルス感染防止の為、次のご協力をお願いします。

- ① 利用人数に対し、十分な会場の広さを確保してください。
- ② 参加者の状況を団体において把握してください。
- ③ 個人間の距離を概ね2m(最低でも1m)とってください。
- ④ 接触感染や飛沫感染がないようにしてください(マスクの着用など)。
- ◆ 館内での飲食はご遠慮ください(水分補給は可能です)。
- ◆ スリッパの設置は控えさせていただきます。必要な方は各自でご用意ください。

皆さんの
 ご協力を
 お願いします



こちらの2次元コードから
 ふれあい館三国の
 ホームページにつながります



ぜひご利用ください

<<みくにサービスセンター>> 8:30~17:00に、次の各証明書を発行しています
 ◆戸籍謄(抄)本(※除籍謄本・戸籍附票は発行できません)→平日のみ発行
 ◆住民票謄(抄)本(※除票は発行できません) ◆住民票記載事項証明書 ◆印鑑登録証明書
 ◆所得・課税証明書・非課税証明書 ◆納税証明書(軽自動車の車検用含む)
 ※印鑑登録証明書の発行の際には、印鑑登録証を持参してください
 ※来館される方の本人確認が必要となりますので運転免許証・保険証等を持参してください
 ※毎週土曜日と休館日の証明発行は休みです(市民課：電話72-2111 内線414)

募集! <<三国小校区協働のまちづくり協議会 健康福祉部会よりご案内>>

私にもできる介護♪一緒に学びませんか♪
11/1 (日) **誰でもできる らくらく介護**
 講義と簡単な介護体験
 (ベット上の介助・上着の着替え・車イスの介助)
 時 間：10時～12時(受付9時半～)
 会 場：ふれあい館三国 ホール1・2
 定 員：50名(定員になり次第締め切り)
 ◎申し込み ふれあい館三国まで
 電話もしくは来館でお申し込みください

筋肉の貯金=貯筋のすすめ
「オゴオリ」
☆かがやき教室
 10/14, 21, 28 11/4, 11, 18 (全て水曜日)
 時 間：10時～12時
 場 所：ふれあい館三国 ホール1
 定 員：30名(定員になり次第締め切り)
 ◎申し込みは…健康課まで
 電話 72-6666 / FAX 72-6477

いつまでも
 自分の足で元気に
 歩き続けるために☆

動きやすい服装で
 お越しください

主催講座の報告

歴史講座 狛犬散策 (9/4)
 今年度第一回目の歴史講座は、郷土史研究会田邊義典さんによる「狛犬散策」でした。約1時間30分静かな口調ながらも熱く語って頂き(スライド約100枚使用)、しばしの間「狛犬ワールド」を満喫することが出来ました。講演の後、多くの質問(狛犬の作者、伝来ルート、沖縄シーサーとの関係等)が寄せられたことから参加者の皆さんが狛犬への興味(愛着?)を深く持たれたことを伺い知ることが出来ました。



(小都市 大中臣神社)

(東京都 浅草神社)

【ふれあい館三国 休館日】		9月/20・21・22・30	10月/18・31	
期 日	内 容	時 間	場 所	
9月17日	木	みくにセミナー①	10:00~12:00	学習室2
9月18日	金	刃物研ぎ	9:00~14:00	玄関横駐車場
9月25日	金	三国バサラカクッキング①	10:00~12:00	料理実習室
10月4日	日	オンライン初めて講座	10:30~11:30 13:00~15:00	学習室2
10月11日	日	マイ味噌作り	9:30~12:30	料理実習室
10月15日	木	みくにセミナー②	10:00~12:00	ホール1
10月16日	金	刃物研ぎ	9:00~14:00	玄関横駐車場
10月23日	金	三国バサラカクッキング②	10:00~12:00	料理実習室

防災お役立ち情報

今回台風10号は、非常に危険で最大級の警戒が呼びかけられました。

停電の備えに水の入ったペットボトルを冷凍庫に入れておきましょう。停電した時、冷蔵庫の保冷剤として使用ができ、溶ければ飲料水に。水の入ったペットボトルを懐中電灯の上に置くと部屋が明るくなりますヨ

お問合せ・お申し込みはふれあい館三国まで