

# 趣味・教養

## 3 豊寿大学 ～生きがいある人生を自分らしく楽しむ～

申込必要



豊寿大学は、「身近な施設で気軽に学びたい。」そんな方にお勧めです。60歳以上の方を対象に、歴史から芸能まで幅広く学んでいただける講座を用意しています。「いろいろなことに取り組んでみたい」という方は、ぜひ参加してみたいはいかがでしょうか。

- とき・内容 別表のとおり
- ところ 社会教育センター 視聴覚室他
- 対象 60歳以上 ■定員 60名
- 受講料 2,000円
- 持ち物 その都度連絡します

	とき	内容
1	5/14 (木) 10:00～11:30	人はご縁の中を生きているのですね2…～人生のお福分けをいただいて～ 一宮・いのち大学 主宰 金田政実
2	6/4 (木) 10:00～11:30	明智光秀とその時代 愛知東邦大学等非常勤講師 小久保嘉紀
3	7/9 (木) 10:00～11:30	エンディングノート入門 エンディングノート認定講師 山口博昭
4	8/6 (木) 10:00～11:30	健康長寿の秘訣を学ぼう 地域包括支援センター保健師
5	9/3 (木) 10:00～11:30	いつ、どこで起きるか分からない大地震の備え 名古屋大学減災連携研究センター 鷲谷 威
6	10/1 (木) 10:00～11:30	語りと端唄 平松千恵子
7	11/5 (木) 9:00～16:00	<研修会>
8	12/3 (木) 10:00～11:30	いつまでも元気に～脳と体の健康教室～ YUKI (シナプソロジーインストラクター)
9	1/14 (木) 10:00～11:30	懐かしの昭和歌謡を歌おう 中島良晴
10	2/4 (木) 10:00～11:30	木の器が育んだ日本の食文化 愛知学泉大学 准教授 筒井 正

※内容は変更になる場合もございます。また、研修会には定員があります。

## 4 観葉植物の苔玉づくり

NEW

申込必要

室内で管理できる観葉植物を3種類使って苔玉を作ります。作り方から管理の仕方、苔玉の飾り方までを学習します。

- とき 6月21日(日) 午前10時～午前11時30分
- 受講料 200円
- 材料費 2,000円
- ところ 社会教育センター 実習室1
- 講師 株式会社 shino
- 定員 20名
- 代表取締役 尾関紫野



## 5 スピードクッキング ～簡単！楽々ごはん！～

申込必要

毎日の食事の準備、みなさんはどうしていますか。仕事や家事、子育てをしながら作るのは、時間がかかって大変!この講座では、作り置きのできるおがずや、時間短縮テクニックなど食事作りのアイデアを紹介します。初めての方や料理の苦手な方でも安心して学べる料理講座です。

手早くラクに料理がしたい方、料理のレパートリーを増やしたい方、ぜひご参加ください。

- とき・内容 別表のとおり
- ところ 社会教育センター 料理教室
- 定員 20名 ■受講料 600円
- 材料費 2,400円
- 講師 愛知文教女子短期大学管理栄養士 山口由貴
- 持ち物 エプロン、食品用ふきん、手ふきタオル



	とき	内容
1	7/21(火) 10:00～12:00	冷凍ストックでアレンジごはん
2	8/18(火) 10:00～12:00	缶詰を活用して楽々ごはん
2	9/15(火) 10:00～12:00	フライパン1つで楽うま

\*食材の関係で、メニューを変更する場合があります。