

第547号

令和5年7月5日発行



# 高洲地区 交流センターだより

藤枝市高柳4丁目9-13

TEL 635-1458



休館日

毎週月曜日と第3日曜日・祝日

## 小学生の親子deお料理教室

夏休みの思い出に、お家の人と一緒にクッキングに挑戦してみませんか。  
一緒に作るとおいしさ倍増ですよ！

日時：8月5日（土）9：30～11：30

場所：高洲地区交流センター 料理実習室

定員：8組（藤枝市内の小学生と保護者）

講師：石谷 あき子さん

材料費：1000円

申し込みは、7月22日（土）8：30から先着順で、  
定員になり次第締め切ります。高洲地区交流センターに  
用意してある用紙に記入し提出してください。

（電話での申し込みは受け付けません）



## ドローン入門教室

未経験者大歓迎！

ドローン操縦のルールを理解し、操縦する楽しさを味わってみませんか。この経験があなたの未来へつながるかもしれません。体験できる貴重な機会にみなさんの参加をお待ちしております。

日時：8月19日（土）

Aコース 9：30～11：30 6名

Bコース 13：30～15：30 6名

場所：高洲地区交流センター 集会室

講師：本間 寿和さん、本間 ひろみさん

対象：中学生以上で市内在住か通勤通学している人

受講料：中学生、高校生は無料

18歳以上は400円

申込み：7月19日（水）～7月30日（日）

右記の2次元バーコードから電子申請又は直接窓口（9：00～17：00）にて  
お申込みください。応募者多数の場合は抽選となります。



高洲手んだい隊・足すとし隊では、利用会員と支援会員を募集しています。

8月1日（火）から8月31日（木）の間、フードドライブが始まります。  
皆様のご協力をお願いします。



# 9月から始まる講座のご案内

9/7 (木) スタート

## スマホ活用講座(初心者)

スマホ初心者向けの基本操作(充電、Wi-Fiの接続等)をマンツーマン指導で実習します。

受講日 第1、3木曜日  
時間 9:30~11:30  
回数 6回  
講師 藤枝シニアパソコンクラブ  
定員 20人  
受講料 2400円  
教材費 500円

- 受付期間 7月19日(水)~7月26日(水) 午前9時~午後8時30分
- 受付会場 高洲地区交流センター
- 申込方法 63円の官製はがきを持参の上、申込用紙に記入してください。
- 対象 市内在住か通勤通学してる人

(応募者多数の場合は抽選となります)

9/6 (水) スタート

## フットセラピー II

~足のコンディショニングで健康づくり~

足の老廃物をもみほぐすことで、自律神経やホルモンの調整をはかりましょう。

受講日 第1、3水曜日  
時間 19:00~20:30  
回数 6回  
講師 片山ひとみさん  
定員 20人  
受講料 2400円  
教材費 600円(オイル代)+100円(資料代)



フットセラピーはこちらからも申し込みます

## 高洲子どもわくわく教室

〈7月の予定〉

7月15日(土) トランポウオーク、陶芸  
7月19日(水) 卓球、自由あそび  
7月21日(金) 卓球、自由あそび

\*\*\*15時30分~16時30分(土曜は午前中)\*\*\*

## 団体グループから募集のお知らせ

### 《オカリナフレンドクラブ》

初めての方でも大丈夫。見学だけでもお気軽に!

練習日: 毎月第2、第4水曜日 13:30~15:30  
会場: 高洲地区交流センター学習室  
連絡先: 054-635-7056 清まで

### 《楽しい健康塾》

レク・ゲームで健康作りをしましょう!(高齢者対象)

練習日: 毎月第2火曜日 10:00~11:30  
会場: 高洲地区交流センター集会所  
連絡先: 054-635-4852 杉本まで(夜間)

### 《似顔絵ワッハハ》

基礎から丁寧に講師が教えます。初心者大歓迎!

練習日: 月1回金曜日 9:30~11:30  
会場: 高洲地区交流センター学習室  
連絡先: 054-635-5520 吉岡まで



## 食推協 夏休み親子料理教室

日時: 7月29日(土) 9:30~12:00  
会場: 高洲地区交流センター 料理実習室  
献立: 野菜の肉巻き

おくらとなめこの味噌汁  
かぼちゃとコーンのサラダ  
まんまるゼリー



定員: 親子7組  
参加費: 無料(定員になり次第、締め切らせていただきます。)  
持ち物: エプロン・三角巾・ふきん2~3枚  
子供用上履き・持ち帰り容器  
申込み先: 是永宅 Tel 635-5391  
主催: 食生活推進協議会高洲支部

## 高洲おはなしの会

【14:00~14:30】

7月 8日(土) ティッチ  
22日(土) こぐまちゃんのみずあそび

🍎親子で読み聞かせに参加してみませんか🍎



## 高洲地区・ニュースポーツ教室

日時: 7月12日(水)・7月26日(水)  
(19:00~20:45)

会場: 高洲中学校体育館  
対象: 高洲地区にお住まいの方、勤務の方  
申込み: 直接会場にお越し下さい  
主催: 高洲地区スポーツ推進委員



休館日: 毎週月曜日と第3日曜日・祝日

