



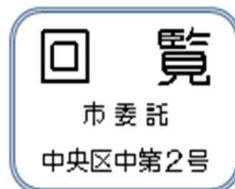
令和 8 年 9 月 5 日号 ③

○ 編み物教室

【受講者募集】

○ 発酵モーニング講座

【受講者募集】



【発行元】 浜松市西部協働センター 広沢1丁目21番1号 電話452-0734

誰にでも・やさしく・楽しめる

編み物教室

「魔法の一本針」という針を知っていますか？
初心者でも簡単に針と編コードを使って指にやさしく
編むことができます。
先生と相談しながら、冬の小物を作ってみましょう！



日 程：

10月31日(土)	編み方をマスターしよう！試しに編んでみよう
11月 7日(土)	好きなものを作ろう！ マフラー、巾着、靴下…習得した編み方で
11月14日(土)	冬の小物を作ってみましょう！



いずれも土曜日 10:00~12:00

講 師： 原田 ちか子 (チカコズコレクション)

場 所： 西部協働センター 2階 203講座室

定 員： 社会人 10人

持 ち 物： 水分補給用の飲み物、(あれば)魔法の一本針8号、
(あれば)毛糸8号~10号のいずれか 2玉

料 金： 1,760円 (毛糸不要の場合1,100円、針不要の場合660円、
すべて持参の場合は無料)

※作るものにより必要な毛糸の量が変わるため、料金変動する場合がございます。

《申込期限》9月24日(木) 17:15 まで

・先着順ではありません。

・定員を超えた場合は、事務局で抽選させていただきます。

《当選結果》受講が決定された方へのみ、9月26日(土)以降に電話にてご連絡します。



下記事項をご了承の上、申込①・② いずれかの方法でお申し込みください。

- ・担当講師の都合や天候その他やむを得ない事情により講座の内容を変更、又は中止させていただく場合があります。
- ・体調が不良の場合は参加を見合わせてください。
- ・講座風景を撮影し、市の刊行物やウェブ等に掲載させていただく場合があります。
- ・駐車台数に限りがあるため、徒歩、自転車、公共交通機関等での来所にご協力ください。

申込①	西部協働センター窓口または電話(053-452-0734) 8:30~17:15 ※日曜・祝日を除く
申込②	インターネット(右の二次元コードからアクセスし、お申し込みください。) 〈二次元コードを読み取れない方は、浜松市ホームページから〉 HP > 中央区 > 中央区支所・協働センター > 中央区協働センター通信 > > 西部協働センター > 講座・セミナー申込み > ●●講座申込み ※申込期間・当選確認日は講座によって異なります。各講座の案内をご覧ください。



裏面もご覧ください



腸から整える

発酵モーニング講座

日時

10月26日(月)
10:00~12:00

免疫力アップなどの効果がある甘酒や塩麹を使って腸を整える発酵づくりの朝食を作って食します。楽しく作っておいしくいただきます。

お品書き

- ① 食べる甘酒と麹グラノーラの腸活ボウル
- ② 季節野菜のやさしい発酵ポタージュ
- ③ 味噌スプレッドと塩麹スクランブルの発酵オープンサンド



※こんな感じに作ります

- 【場 所】 西部協働センター 3階 料理教室
【講 師】 横山 美左人 先生（甘酒専門店麹家 店主）
【定 員】 社会人 18人
【受講料】 1,700円
【持ち物】 エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル、筆記用具、飲料等

《申込期限》10月5日(月) 17:15 まで

- ・先着順ではありません。
- ・定員を超えた場合は事務局で抽選させていただきます。

《当選結果》受講が決定された方へのみ、10月7日(水)以降に電話にてご連絡します。

※ 受講料は、10月17日(土)までにセンターまでご持参願います。(日曜日・祝日を除く)

下記事項をご了承の上、申込①・② いずれかの方法でお申し込みください。

- ・担当講師の都合や天候その他やむを得ない事情により講座の内容を変更、又は中止させていただく場合があります。
- ・体調が不良の場合は参加を見合わせてください。
- ・講座風景を撮影し、市の刊行物やウェブ等に掲載させていただく場合があります。
- ・駐車台数に限りがあるため、徒歩、自転車、公共交通機関等での来所にご協力ください。

申込①	西部協働センター窓口または電話(053-452-0734) 8:30~17:15 ※日曜・祝日を除く
申込②	インターネット(右の二次元コードからアクセスし、お申込みください。) 〈二次元コードを読み取れない方は、浜松市ホームページから〉 HP > 中央区 > 中央区支所・協働センター > 中央区協働センター通信 > > 西部協働センター > 講座・セミナー申込み > ●●講座申込み ※申込期間・当選確認日は講座によって異なります。各講座の案内をご覧ください。

