



回覧

市委託中央区東第3号

積志協働センターだより 令和6年8月5日号 発行 浜松市積志協働センター 電話 433-3715

『積志協働センターだより』は市ホームページでもご覧いただけます。

市HP

積志協働センターだより

検索

#### 令和6年度 積志いきがいづくり教室 後期



## 受講者募集!

―アクティブ・シニアー



健悠サロン後期の受講生を募集致します。

講座を通して、いきいきと心豊かな生活を送るきっかけを見つけてみませんか?

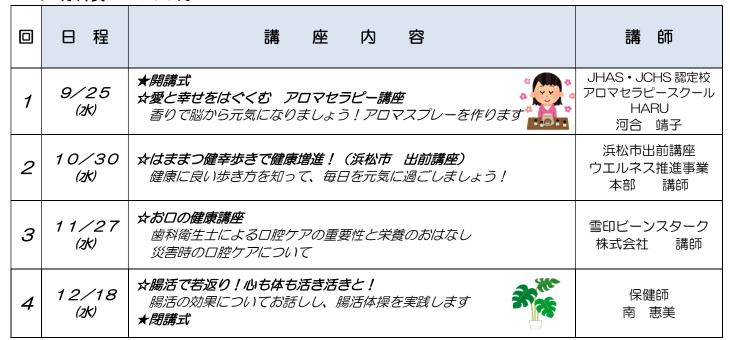
年齢・性別不問です。初めての方のご参加も大歓迎です。

◆ 日 時 : 9月25日(水)、10月30日(水)、11月27日(水)、12月18日(水)

【全4回】午前9時30分~11時30分予定(早く終わる講座もあります)

◆ 定 員: 20名(積志地区にお住まいの成人の方)

◆ 材料費 : 700円



【申込方法】 下記の①か②どちらかの方法でお申し込みください

① 右の二次元コードから必要事項を入力し申し込む

② 積志協働センター窓口または電話

【申込期限】 9月5日(木)午後1時

【当選連絡】 9月6日(金)以降、電話でご連絡します。(当選者のみ)

※定員よりお申し込みが多い場合は、事務局で抽選させていただきます。

【受講料の支払い】 受講決定者は、9月20日(金)までに材料費のお支払いをお願いします。

【問い合せ】 積志協働センター ☎ 433-3715

【受付時間】 9:00~17:00(日曜・祝日を除く)

裏面もご覧ください



#### 受講者募集

### 地域文化セミナー

災害時に! キャンプに! 時短調理に!

# パッククッキング



「パッククッキング」とは、耐熱性があるポリ袋に食材を入れ、袋ごと鍋で茹でて加熱調理をする 方法です。災害時や、時間がない時にも役に立つ「パッククッキング」を体験してみませんか?

【日 時】 令和6年10月8日(火)

午前9時30分~12時30分

※作った料理をその場で昼食としていただきます

【会 場】 積志協働センター2階 料理教室

【定 買】 18人

【講 澤田 幹代 先生(静岡県栄養士会) 師】

【材料費】 800円

【服装・持ち物】 ふきん(3枚)、手拭きタオル、エプロン、 マスク、三角巾(バンダナ可)筆記用具、

水分補給用の飲み物

#### メニュー

- ・きのこの炊き込みご飯
- ・さば缶のトマト煮込み
- かぼちゃのミルク煮
- ・チョコ蒸しケーキ

※アレルギー対応はしておりません

【申込方法】 下記の①または②の方法でお申し込みください。

①右の二次元コードから

②窓口または電話で積志協働センターへ

★定員を超えた場合は、事務局で抽選させていただきます。

【申込期限】 9月12日(木)正午

【当選連絡】 9月12日(木)の概ね午後3時以降に電話連絡(当選者のみ)

【材料費支払い】 9月26日(木)までに積志協働センター窓口へ

※受講決定後のキャンセル期限は9月26日(木)午後5時

受付:積志協働センター 25433-3715

日曜日・祝日・休日を除く月~土曜日 午前9時~午後5時

THE ROLL OF THE PARTY OF THE PA