

令和6年度

大和公民館学習講座

# 「やまとカルチャー」のご案内

## 1 季節の和菓子づくり

日時：5月31日（金） 13:30～15:00

講師：彩雲堂 狩野 郁雄 氏

季節に合わせた生菓子を2種類つくります。  
職人さんの和菓子パフォーマンスもありますよ！！



## 2 足もみ教室

《自分でできる簡単な足つぼセルフケア》

日時：6月20日（木） 10:00～11:30

講師：リラクゼーションルーム Jun 若石認定プロ

棒を使って足をマッサージします。  
健康維持のためにもぜひご参加ください。

高間 順子氏



## 3 スポーツ吹矢をやってみよう!!

日時：7月5日（金） 10:00～11:30

講師：西部レクリエーション協会

スポーツ吹矢は、5～10m離れた的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツです。お気軽にご参加ください。



## 4 防災食づくり

日時：9月6日（金） 10:00～11:30

講師：米子市淀江町赤十字奉仕団

いざというときのために、防災食づくりを学んでみませんか！？



## 5 プリザーブドフラワーリースづくり

日時：11月1日（金） 13:30～15:00

講師：藤井 早洋子 氏

華やかなリースをつくりましょう!!

※プリザーブドフラワーとは…!?

生花を特殊な液につけて水分と色を抜き新たに染色し、お手入れなしに枯れずに長期間楽しめるように加工した花です。



- ◆活動の様子を撮影し、広報等で使用する場合があります。ご了承ください。
- ◆都合により講座内容、日程を変更する場合があります。
- ◆詳しい内容等は、『公民館だより』に掲載します。
- ◆講座によっては材料費(実費)がかかります。

大和公民館 TEL56-2026