



## 親子料理教室 豆腐作り&ネギ味噌ピザ作り

1月13日(土) 公民館3階 料理実習室

- 時間 10時~13時
- 対象 お子さんと一緒にでの申込み
- 定員 12組(定員になり次第締切)
- 参加費 1組 500円(おつりのないようにご持参下さい)
- 持ち物 エプロン・三角巾
- 講師 伊藤 麻理 先生(子どもが輝く食育ネットワーク松本)



## やししょうま作り講座

1月20日(土) 公民館3階 料理実習室

- 時間 13時30分~15時
- 定員 25名(定員になり次第締切)
- 参加費 無料
- 対象 お子さんからお年寄りまでどなたでも
- 持ち物 エプロン・三角巾
- 講師 鳥羽 賀世子 先生

お釈迦様の命日である初午の日に食べれば風邪をひかないと伝えられている郷土料理「やししょうま」を作ってみませんか?



## 歴史・人権学習会

### ~古文書に学ぶ松本領内の庶民の暮らし~

主催：松南地区人権啓発推進協議会、松南地区公民館

1月25日(木) 公民館2階 会議室4

- 時間 19時~20時半頃まで
- 定員 20名(定員になり次第締切)
- 参加費 無料
- 対象 どなたでも
- 講師 松本人権推進古文書研究会 高木美好

人権は人が生きていくことそのものであり誰にも生まれつきある権利です。今回は「古文書から学ぶ松本領内の庶民の暮らし」と題して被差別部落について講演をしていただきます。

普段接する事の少ない古文書を通じ、人権について考えてみましょう!

申込み期間：1月4日(木) 10時から受付 (上記の3講座について)

申込み先：なんなんひろば Tel 26-1083

裏面もご覧ください

全戸配布

H30松南地区公民館だより 1月号

# なんなんひろば



今年もやります！

## 「なんなん体操教室」

共催：  
松南地区福祉ひろば

第1回

1月22日(月) 10:00~

第2回

2月 5日(月) 10:00~

第3回

2月26日(月) 10:00~

いづれも  
1時間半くらいの  
体操の予定です♪



講師：

スタジオ☆花  
エアロビクス ダンスインストラクター  
田中 花 先生

内容

- ・健康体操！ストレッチで体をほぐそう♪
- ・冬に向けての簡単な冷え性対策を取り入れた健康体操や脳トレ☆

申込み期間

- ・1月4日(木) 11時から 定員になり次第終了

申込み先

- ・なんなんひろば 電話：26-1083

会場 なんなんひろば  
3階 大会議室  
定員 30名  
対象 どなたでも♪  
参加費 無料  
持ち物 長めのタオル、飲み物

## 南部図書館よりお知らせ



南部図書館では毎月2回「おはなし玉手箱」のみなさんによる、お話会をしています。赤ちゃんから…みんな、まっているよ！きてね☆

日時：1月 5日(金) 11:00~ (小さい子向け)  
1月 14日(日) 11:00~

場所：南部図書館きっずコーナー  
時間：20分くらい。予約は不要です。

### 南部図書館カレンダー

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	⑤	6
7	8	9	10	11	12	13
⑭	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

□は図書館のおやすみの日です。

○は子どもむけのおはなし会の日です

南部図書館児童コーナーにて11時~

南部図書館開館時間：朝10時~夜10時

(日曜日は夕方5時まで)

南部図書館 TEL26-1083(代)

表面もご覧ください→