

ちしろだい
あそぼうさい

あそびながらぼうさいを学びましょう！

地震体験車・非常食クッキング・実験/工作コーナー
移動交番・マルシェ・キッチンカーなど

3/7 (土)
10:00～14:00




サークル発表会
T.B.Q サザエさん
T (楽しい) B (プラス) Q (クインテット)

上を向いて歩こう **金管五重奏**

2/21 (土)
開場13:30 開演14:00 終演15:00予定

入場料：100円
※事前予約制
※お支払い後の返金はできません

場所：1階多目的室

ワンコインコンサート
澤田香萌 Viola

出演：澤田香萌(Vla)、澤田仁香(Pf)

3/17 (火)
開場13:30 開演14:00 終了予定15:00

会場：1階 多目的室
入場料：500円
※事前予約制

♪演奏予定曲♪
ロンドンデリーの歌
愛の賛歌 ほか



大好評！
はじめてのスマホ体験講座

スマホ

第2回
スマートフォンの基礎と
防災

マップ・カメラ
防災アプリや情報収集

2/18 (水)
13:00～15:00
※事前予約制

3階 講習室
参加**無料**

いざというときのために！

米粉の お菓子作り教室
シフォンケーキ

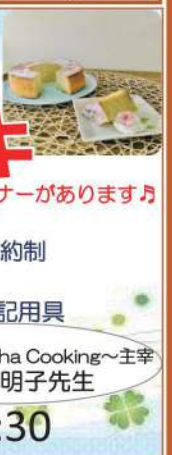
ティーパーティー、試食コーナーがあります♪

場所：3階 料理実習室 定員：最大12名
参加費：1名 1,800円(最大12組) ※事前予約制
親子参加のみ 2名様まで可能

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、タオル、筆記用具
持ち帰り容器 袋

3/14 (土) 10:30～12:30

講師：～Luakaha Cooking～主宰
真辺 明子先生



千城台コミュニティセンター料理教室

**早漬け白菜キムチ
&
タッカンマリ風スープ**

2/15 (日) 10:00～12:00

場所：3階 料理実習室 定員：最大12名
参加費：お一人様 2,500円(中学生以上～) ※事前予約制
持ち物：持ち帰り容器、ふきん、エプロン、三角巾、ラップ



健康セミナー
骨密度と血管年齢

測定講習会

参加費無料
先着15名様
(事前予約制)

2/22 (日) 13:00～15:00

●骨密度・血管年齢を測定して、アドバイスいたします。
※骨密度は片足の踵で測定します(裸足)
ストッキングは履かないで下さい。
●効果的な運動もお伝えします。

場所：1階 大広間