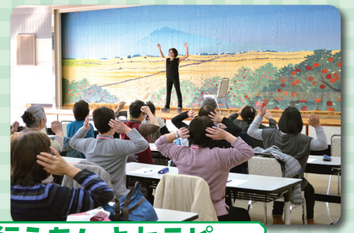
健康教室

毎日を元気に過ごすため、体操教室で体を動かし、食の健康講座では栄養について学びます。

足の体操を中心に行うあんよセラピー



みその効能について

移動学習

県内外にある施設などを訪れ、歴史や文化について学ぶことで教養を高めます。

ブナコ西目屋工場

秋田県 史跡尾去沢鉱山

令和２年度の募集について

申し込み・お問い合わせ

期　　間：令和２年１１月～令和３年４月

受 講 料：一　　般　１，５００円

　　女性部員　１，２００円

　　※各講座の材料費等は別途受講生負担

申込締切：令和２年１０月３０日（金）

申込み・お問合せ先：営農購買部営農課　福士

　　☎４０－２２８０

●新型コロナウイルス感染防止対策の一環として、マスク着用及びアルコール消毒の徹底、人との十分な距離の確保、会場の換気時間を行いますので、ご協力をお願いいたします。

令和２年度　講座内容

日　時		講座内容
開校式 11月講座	11/26(木) (13:30～15:30)	お山のおもしえ話ときのこの美味しい食べ方 講師：登山ガイド 米坂恵子 氏
12月講座	12/10(木) (13:30～15:00)	古代米を使ったお正月飾り作り 講師：「田園」未来を築く会
	12/18(金) (13:30～15:00)	クリスマス・お正月用寄せ植え 講師：グリーンコーディネーター 桜庭るみ子 氏
	12/25(金) (13:30～15:00)	お正月用フラワーアレンジ 講師：グリーンコーディネーター 桜庭るみ子 氏
１月講座	１月中旬 (13:30～15:30)	住職に学ぶ心豊かな生き方
２月講座	２月中旬 (13:30～15:30)	手作りを楽しみましょう♪ つまみ細工・裂き織り体験　他
３月講座	３月中旬 (10:00～13:00)	作って楽しい食べて楽しいデコ巻き寿し作り 講師：アトリエ Apricot　梅村里美 氏
４月講座 閉校式	４月上旬	移動学習…大人の社会見学…

注意事項

●お申込みされない場合は、いずれの講座も受講できませんのでご留意ください。
●詳しい日程等については、受講申込された方に追ってご案内いたします。
●都合により、内容等が変更となる場合がありますので、予めご了承ください。

蟹　座 6.22▶7.22

★全体運★コミュニケーションの取りやすい環境づくりが大切です。プチ模様替えをするのもお勧め。下旬から好調運へ
★健康運★けがややけどに気を付け、慎重に行動を
★幸運の食べ物★サトイモ

令和２年度 女性営農生活講座が開講します!

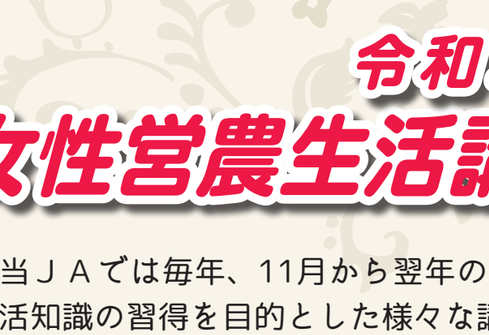
当ＪＡでは毎年、11月から翌年の４月の期間、管内の女性を対象に営農生活知識の習得を目的とした様々な講習会や体験教室を開いています。
今回の特集では、これまでに行った講座の内容をご紹介します。

フラワーアレンジメント・寄せ植え

講師によるわかりやすい説明とアドバイスで初心者でも簡単に植えることができます。また花の魅力に触れることで、心が豊かになります。

体験教室

料理教室やハンドクラフト教室で、作る楽しさを体験することができます。



デコもち作り

津軽組子作り

料理教室

ステンドグラス作り

双子座 5.21▶6.21

★全体運★好調運に恵まれます。家族で過ごす楽しい予定を立てましょう。仕事面ではうまくいっているやり方をまねてみて
★健康運★ダンスやラジオ体操がお勧めです
★幸運の食べ物★ルッコラ