



せきし

回覧

市委託  
東第3号  
区号

積志協働センターだより

令和3年9月5日号

発行 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

地域文化セミナー

受講者募集



# 日本茶をもっと楽しく



暮らしの中でもっと日本茶を楽しみませんか。

日本茶をより美味しく暮らしの中で楽しめるように、もっと美味しい1杯を淹れてみませんか？

9月28日(火) 午後1時30分～3時30分

【学習内容】

- ・美味しいお茶の淹れ方
- ・色々な日本茶の飲み比べを楽しむ  
(品種茶、入賞茶、和紅茶、焙じ茶 など)

【会場】

積志協働センター 3階 実習室

【費用】

500円〔お茶・お茶菓子(春野町銘菓「青ねり」)代〕

【定員】

12人

【講師】

平成29年度全国品評会、普通煎茶10kの部農林水産大臣賞受賞

「春野の茶 栗崎園」

栗崎 貴史さん、栗崎 香代子さん

【持ち物】

筆記用具・マスク着用



連絡事項

新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、安全を考慮して講座を中止する場合があります。また、次の点にご留意ください。

- ・発熱や風邪の症状(咳、くしゃみ、鼻水)等がある場合は、出席を見合わせていただくようお願いいたします。
- ・受講の際は、マスクの着用、手洗い・手指の消毒、検温にご協力をお願いいたします。

【講座の申し込み方法】

講座の受講を希望される方は、9月21日(火)午後1時30分に積志協働センター1階101講座室にお越しください。その時点で定員を超えていた場合は抽選を行い、受講者を決定させていただきます。

受講決定者は、費用(500円)をお支払いください。お釣りの無いようにお願いします。

定員に達しなかった場合は、午後3時00分から電話(☎433-3715)でも受け付けをします。定員になり次第締め切ります。

問い合わせ及び申込み先：積志協働センター☎433-3715

日曜日・祝日・休日を除く月～土曜日 午前9時00分～午後5時00分

裏面もご覧ください



# リンパマッサージ



リンパマッサージをしたことはありますか？  
 忙しくて疲れが溜まりがちな現代女性におすすめなのが、リンパマッサージです。  
 家で簡単にセルフボディケアができれば良いですね。  
 リンパって何？体にどんな効果があるの？そんな疑問にお答えしつつ  
 自分で行えるリンパマッサージのやり方をご紹介します。  
 なお、この講座は**女性限定**とします。

【日 時】 10月19日・26日 火曜日 (全2回)  
 いずれも午前9時30分～11時30分

回	開催日	学 習 内 容
1	10月19日(火)	むくみ知らず、すっきりフェイスライン(小顔、リストアップ)
2	26日(火)	リンパを流せば脂肪も流れる。 ながら習慣で美と健康を手に入れよう!!

【会 場】 積志協働センター 3階 302講座室

【費 用】 500円(クリーム・資料代)

【対象・定員】 **女性限定**・10人

【講 師】 健康サロン「ナチュラルスタイル」セラピスト

ひらがね

平 包 歩美 先生

【持ち物】 筆記用具、置き鏡 ※マスクの着用をお願いします

## 連絡事項

新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、安全を考慮して講座を中止する場合があります。また、次の点にご留意ください。

- ・発熱や風邪の症状(咳、くしゃみ、鼻水)等がある場合は、出席を見合わせていただくようお願いいたします。
- ・受講の際は、マスクの着用、手洗い・手指の消毒、検温にご協力をお願いいたします。

## 【講座の申し込み方法】

講座の申し込みを希望される方は、9月28日(火)午前9時30分に積志協働センター1階101講座室にお越しください。その時点で定員を超えていた場合は抽選を行い、受講者を決定させていただきます。

受講決定者は、費用(500円)をお支払いください。お釣りの無いようにお願いします。

定員に達しなかった場合は、午前11時00分から電話(☎433-3715)でも受け付けます。定員になり次第締め切ります。

問い合わせ及び申込み先：積志協働センター ☎433-3715

日曜日・祝日・休日を除く月～土曜日 午前9時00分～午後5時00分