

第155回

談話室

花

みずき

5月18日(日) 13:00~15:00

郷州公民館 1階 集会室

参加費(お飲物・お菓子付) 1人 **100**円 小学生以下無料

《プログラム》

13時10分 ~ 太極拳 「楊名時 太極拳」のみなさん

心身共に健康になりましょう!

「準備体操」、「八段錦」、「不老拳」



13時45分 ~ 防災食 パッククッキング

「災害時に役立つ魔法の調理法」のお話

その後「簡単な体験クッキングと試食」

防災士・管理栄養士 平山麻理子さん(ひがし野)



~~~~~  
次回は6月15日開催予定。社協と共催のコンサートです  
~~~~~

主 催 みずき野町内会支援組織 **談話室花みずき**