

男性の料理教室

楽しく、美味しく、ヘルシーに料理を楽しみましょう。初心者大歓迎です。

日時/1月19日(木)
10時~13時

場所/区役所2階
201会議室
栄養室

対象/区内在住の男性

内容/講話「生活習慣病を予防する食事」
~おいしく食べてヘルシーに~ 調理実習、試食

定員/24名(先着順)

費用/1人500円(調理材料費)

持ち物/エプロン、三角巾、ふきん3枚、手ふき用タオル

申込み/電話・ファックスまたは来所(教室名、住所、氏名、電話番号を記載ください)

共催/鶴見区食生活改善推進員協議会

申込問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階 11番

☎6915-9882 FAX6913-8140



プレマクッキング

赤ちゃんのために、簡単にできて、おいしい料理を皆さんで作りませんか。

日時/1月31日(火)
10時~13時

場所/区役所2階
集団検診室 栄養室

対象/区内在住の妊娠9か月までの妊婦さん、または妊娠を希望している女性

内容/講話「妊娠期の食事と離乳食(初期)」
調理実習、試食

定員/24名(先着順)

費用/1人500円(調理材料費)

持ち物/エプロン、三角巾、ふきん3枚、手ふき用タオル

申込み/電話・ファックスまたは来所(教室名、住所、氏名、電話番号を記載ください)

共催/鶴見区食生活改善推進員協議会

申込問合せ 保健福祉課(健康づくり) 1階 11番

☎6915-9882 FAX6913-8140



「種から育てる地域の花づくり活動」ボランティアによる花の寄せ植え講習会

花の寄せ植え講習会を開催します。作った寄せ植えは、持ち帰っていただき、鶴見のまちを飾ってくださいね。

無料

日時/1月20日(金)
14時~15時30分

場所/区役所4階
403・404会議室

対象/「種から育てる地域の花づくり活動」に関心をお持ちの方

定員/30名(申込多数の場合抽選。ただし、昨年度以前に未受講の方を優先させていただきます。)

申込み/往復ハガキに住所・氏名・電話番号を記入のうえ、下記あてにご応募ください。

〒538-8510(住所不要)鶴見区役所

魅力創造課(魅力創造)

締切/12月14日(水)必着

種花活動の内容/花づくり広場(今津・鶴見緑地の2か所)で種まきから出荷までの花づくりや水やりのお世話など。

問合せ 魅力創造課(魅力創造) 4階 43番

☎6915-9117



鶴見区地域福祉活動推進事業

今年も開催します!

鶴見区つながろう!ふれあい♡フェスタ

福祉やつながりについて、一緒に感じ、考えましょう!

日時/12月17日(土)12時30分~15時30分

場所/鶴見区民センター 大ホール

無料 申込不要

12時30分~

開会セレモニー

実行委員会からのメッセージ

12時45分~

◎地域で活躍するグループなどの舞台発表(歌・踊り・楽器演奏など)

第1部▶12時45分~13時40分

第2部▶14時20分~15時25分

◎展示・福祉情報コーナー ◎チャリティグッズ・お菓子・パンなどの販売

◎体験コーナー(一部有料)

●盲導犬とのふれあい(人数制限あり)

●プレスレット作り ●アロマハンドマッサージ

13時40分~15時

出張「つるりっぷカフェ」(有料) 2階 控え室1・2

主催/鶴見区つながろう!ふれあい♡フェスタ実行委員会 問合せ 保健福祉課(高齢者支援) 1階 10番 ☎6915-9859



第19回 新春リレージョギング大会

日時/1月15日(日) 8時30分受付開始
9時20分スタート

場所/鶴見緑地多目的広場
~大芝生周回

対象/代表者が区内在住の
2~5名のチーム

参加費/1チーム2,000円

申込み/申込書に必要事項を記載のうえ、参加費を添えて下記まで申込みください。
(先着160チーム)

締切/12月22日(木)

申込問合せ 鶴見区青少年福祉委員連絡協議会事務局

(大阪鶴見ええまちネットワーク内)

〒538-0052 鶴見区横堤5-2-2

シャンブル北野406

☎6912-6133 FAX6912-6134



植物でたどるクリスマス

クリスマスに関連する植物、針葉樹、ヤドリギ、セイヨウヒイラギ、ポインセチアなどの紹介、世界各地のツリーもお楽しみいただけます。



日時/12月25日(日)まで

場所/1F フラワーホール

【クリスマスの起源を味わうライブ解説】

日時/期間中毎日開催

①11時30分~ ②13時30分~

③15時30分~ (各所要時間約15分)

問合せ 咲くやこの花館

☎6912-0055 FAX6913-8711

鶴見緑地コスプレDay(つるコス)

~コスプレを安心して楽しむために~

日時/12月3日(土)・4日(日)
10時~16時

※雨天決行

場所/鶴見緑地 山のエリア
(政府苑跡)



参加費/500円(更衣室・クローク利用料)

問合せ 鶴見緑地パークセンター ☎6911-8787

手作り凧揚げ

日時/1月3日(火)10時~12時

場所/鶴見緑地球技場

定員/30組

参加費/凧1セット1,000円(家族参加可)

申込み/電話(定員になり次第受付終了)

申込問合せ 鶴見緑地球技場

☎6915-4712 FAX6915-4715

生涯学習 一日体験教室

申込不要

●スケジュール

〈10時~12時〉

●押し花 ●手品 ●似顔絵

●アンチエイジングエクササイズ ●風呂敷包み結び

〈13時30分~15時30分〉

●花あそび ●朗読 ●ペン字 ●チョークアート

●パステルアート ●ハーブ ●マンドリン ●笑いヨガ

日時/12月14日(水)10時~15時30分

場所/午前▶鶴見区役所 302会議室

午後▶鶴見区民センター 大ホール

参加費/材料費のみ

パステルアート・笑いヨガ・花あそび...
今話題の様々な講座が大集合!たくさんの講座を一度に体験できるお得な一日です!



問合せ 地域活動支援課(こども・教育) 1階 8番 ☎6915-9734