

咲くやこの花館
鶴見区緑地公園2-163
問合 ☎6912-0055 FAX 6913-8711
開館時間 10～17時(入館16時30分まで) 休館日 月曜日

秋のラン展
有名店による特別販売会や愛好会による講習会、会の入会受付、相談コーナーも!11月19日、20日は関西文化の日につき入館無料。



期間 秋の洋ラン展・秋のベゴニア展
11月15日(火)～20日(日)
寒蘭展
11月22日(火)～27日(日)

場所 1階 フラワーホール

鶴見緑地球技場 ☎6915-4712 FAX 6915-4715

**ミズノ元気スポーツクラブ
～フットサルスクール～**

フットサルはサッカーよりも一人一人がボールに触れる機会が多く、個人技術が身に付きやすいスポーツです。当スクールでは、個人のレベルは関係なくみんなで楽しくをモットーに、競技を通して、礼儀や協調性を育むことも重視しています。

日時 水曜日・金曜日
①17時～18時30分…小学1～4年生
②18時～19時30分…小学4～6年生
※週1回の場合は曜日選択制です。
※小学4年生は①②いずれかを選べます。

講師 星本 高志 氏
対象 小学1～6年生
定員 各クラス30名(先着順)
月謝 週1回(月4回) 3,300円
週2回(月8回) 5,500円 ※いずれも税込

申込 電話・FAX・ホームページ



**ミズノ元気スポーツクラブ
～野球・サッカースクール～**

野球とサッカーの両方を学べるスクールです。お子さまにさまざまな経験をさせたいとお考えのご家庭必見です。また、競技の指導だけではなく、礼儀やマナー、コミュニケーションなど含めて、お子さまの心と身体両方を応援します。

日時 月曜日
①16時～17時…幼児クラス
②17時～18時30分…小学生クラス

講師 星本 高志 氏
対象 ①年少～年長 ②小学1～6年生
定員 各クラス30名(先着順)
月謝 ①3,300円 ②5,500円
※いずれも週1回(月3回)
※いずれも税込

申込 電話・FAX・ホームページ



 **鶴見おもてなし茶会** **申込不要**

広間での点出し(たてだし)による簡単なお茶会の体験をしていただけます。区内の生涯学習ルームによる大正琴の演奏もありますので、ぜひ秋の鶴見緑地にお越しください。

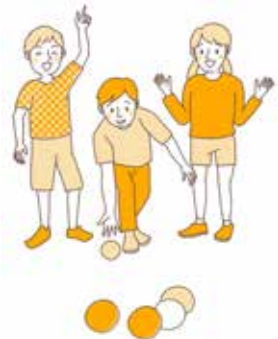
日時 11月26日(土) 11時～15時
場所 鶴見緑地 茶室「むらさき亭」(日本庭園内)
定員 お菓子がなくなり次第終了します
費用 300円(お抹茶・お菓子代) ※現金のみの取扱です。
問合 総務課(教育) 4階④番 ☎6915-9734



福祉教育講座「ボッチャを体験してみませんか？」 **無料**

障がい者スポーツ(ボッチャ)のルール説明とゲーム体験を行います。

日時 11月29日(火) 13時30分～15時
場所 日本ライトハウス(今津中2-4-37)
対象 どなたでも **定員** 15名 ※応募者多数の場合は抽選
申込 電話・来所・申込フォーム
※住所、氏名、電話番号をお知らせください
締切 11月15日(火)
申込問合 鶴見区社会福祉協議会 ☎6913-7070



申込フォームはこちら!



 **つるみっこ写真館** 9月出生届受理件数 68件
※年齢・コメントは撮影当時のものです。

福田 岳久ちゃん 3か月
岳久ちゃんのにこにこ笑顔にパパもママもメロメロです♡いっぱいあそんでいっぱい笑って、すくすく大きくなってね!大好きだよ♡

松本 唯愛ちゃん 3か月
にいにと仲良くして、これからもすくすくと育ってね♡

住吉 花ちゃん 3歳3か月
咲ちゃん 6か月
2人のやり取りを見ていて毎日楽しいです♡これからも姉妹仲良く、花が咲くような人生を歩んでいってほしいと願っています♪



★かわいいお子さんの写真募集中!
詳しくはホームページをご覧ください。



つるみっこ写真館 **検索**

問合 総務課(政策推進) 4階④番 ☎6915-9683

**第17回
ごみ減量フェスティバルINつるみ**

ごみの減量・リサイクルおよび環境問題の意識を高めていただくことを目的に、家庭の不用品を持ち寄ったガレージセールを開催します。ごみ減量啓発コーナーやフードドライブの受付もしています。ぜひご来場ください! ※ブース募集は終了しています。

日時 11月13日(日) 10時30分～15時
場所 花博記念公園鶴見緑地
ハナミズキホール
問合 環境局 城北環境事業センター ☎6913-3960
※問い合わせ可能日時…月～土 8時30分～17時



食育 レシピ **朝ごはんを食べよう!**

肉だんごと麦のスープ
※1人分エネルギー…85kcal

肉だんごと食物繊維の多い押麦のスープです。旬の野菜を使用し、体もじっくり温まります。



[撮影協力]
鶴見区食生活改善推進員協議会
横堤校区 松原さん(左)、柿田さん(右)



材料(4人分)

肉だんご	8～12個(今回は生つくねを使用)		
押麦	24g	うすくちしょうゆ	小さじ2
ほうれん草	1/3束(60g)	チキンブイヨン	小さじ2
大根	5cm(120g)	塩・こしょう	少々
にんじん	4cm(40g)	水	520cc

作り方

①ほうれん草はゆでて、2cm幅に切る。大根は短冊切り、にんじんは細切りにする。
②湯をわかし、にんじん、大根、肉だんご、押麦の順に加えて煮る。
③野菜がやわらかくなり、肉だんごに火がとおったら、うすくちしょうゆ、チキンブイヨンで味つけをし、味見をして薄いようなら塩こしょうで味を整え、最後にほうれん草を加えて少し煮て完成。

問合 保健福祉課(健康づくり) 1階⑪番 ☎6915-9882