

山形県出身の語り部 多勢久美子さんが語る むかし話

全国各地で昔話や民話を語り伝えている山形県出身の語り部、多勢久美子さんが、「鶴の恩返し」などの昔話を語ります。昔話の豊かな世界をみんなで一緒に楽しみましょう。

期日▼5月14日(日)

時間▼午前10時～正午(午前9時30分受け付け開始)

場所▼村立図書館

定員▼先着70人程度

参加費▼無料

申し込み・問い合わせ▼4月30日(日)以降に、電話、メール(▽件名▽氏名▽電話番号—を明記)、またはお越しの上、村立図書館(☎282-3435 ✉tosyokan@vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。※電話またはご来館での申し込みは、村立図書館の開館日時(5月1日(月)・8日(月)・12日(金)を除く、午前9時30分から午後7時(土・日曜日、祝日は午後5時)まで)に受け付けます。



【講師プロフィール】

多勢久美子(たせいくみこ)さん
(山形県出身・島根県在住)

語り部歴31年。時には大笑いを誘い、時には涙を誘う語りの魅力。好きな言葉は「おかげさま」と「感謝」。

みんなで楽しくおいしく学ぼう！

「ヘルスマイト養成講座」に参加しませんか？



ヘルスマイトとは、食生活を通じた健康づくりを学び、地域での食育活動を実践するボランティアの皆さんです。親子クッキングや健康料理教室など、「食」を通じて、自分や家族、地域の方の健康を一緒に支えませんか。皆さんぜひご参加ください。

日時等▼下表参照(全6回)

場所▼総合福祉センター「絆」

対象等▼▽村内在住で18歳以上▽講座終了後、ヘルスマイトとしてボランティア活動ができる—を満了の方(先着20人)

講師▼ひたちなか保健所長、歯科医師、管理栄養

士、健康運動指導士 ほか

受講料▼1,335円/人(テキスト代)

申し込み・問い合わせ▼5月31日(水)までに、いばらき電子申請・届出サービスまたは電話で、保健センター(☎282-2797)へ申し込みください。



▲申し込みはこちら

| 日 時 | 内 容 |
|----------------------------|---|
| 1 6月30日(金) 13:00～15:30 | ▽開講式 ▽講義…「茨城県健康現状とこれからの健康づくりの課題」・「食中毒予防と手洗いチェック」 |
| 2 7月18日(火) 9:30～13:30 | ▽講義…「いつまでもおいしく食べるために歯を大切にしよう」▽調理実習…「野菜をたくさん使った体に優しい料理を作ろう」 |
| 3 8月21日(月) 9:30～13:30 | ▽講義…「子どもから大人までの食育」▽体験…「自分の野菜摂取レベルを測定してみよう！①」▽調理実習…「地場産物を使った料理を作ろう」 |
| 4 9月26日(火) 13:00～15:30 | ▽講義…「バランスの良い食事作りのコツ」・「身体活動・運動習慣のある生活」▽実習…「体を気持ちよく動かそう」 |
| 5 10月19日(木) 9:30～13:30 | ▽講義…「東海村の健康づくり計画・村の取り組み『とうかい減塩day×もっと野菜を食べようプロジェクト』について知ろう」▽体験…「自分の野菜摂取レベルを測定してみよう！②」▽調理実習…「みんなで楽しくおもてなし料理を作ろう」 |
| 6 12月14日(木) 13:00～16:00 | ▽講義…「自分の食生活と健康づくりを振り返ろう！」▽交流会…「あなたも地区組織活動に参加しましょう」▽修了式 |