

## 2階活動室をオープンスペースとしてリニューアル！！



11月1日から、西市民プラザの2階活動室をオープンスペースとしてリニューアルしました。利用時間は午前9時～午後9時。気軽に集まり、活動・学び・地域交流の場として、ぜひご利用ください。

※利用の際は「活動室利用注意事項」をご確認ください。



## 11月のイベント

### サロンにこにこ

日時：11月8日(土)11時30分～13時

場所：1階展示室

メニュー：サツマイモと豚肉の炒め物

みんなで料理を作り、お喋りし、笑い、歌ったり踊ったり！たくさんの笑顔に出会える時間を楽しんでくださいね♪

### お味噌作り教室

日時：12月6日(土)10時～12時



場所：料理室

内容：本格的な味噌(京白味噌または中味噌)を作ります。

プラザ窓口か電話で申し込み受付中です。

### 舞鶴赤十字短期講習会

日時：11月19日(水)13時30分～15時

場所：展示室

内容：舞鶴赤十字病院から高齢者に起こりやすい事故の予防と手当について講習会を実施。

### ちょっとコンサート



日時：11月23日(日)12時～13時30分

場所：ふれあい広場

#### ●こっこプラス

時間：12時～12時30分

演奏内容：アンパンマンメドレー  
山の音楽家  
ぽよよん行進曲 他

#### ●M'Ai Latin

時間：13時～13時30分

演奏内容：コーヒー・ルンバ  
ある愛のものがたり  
ボラーレ 他

### 海の京都舞鶴775バザール

日時：11月23日(日)10時～15時

場所：ふれあい広場

舞鶴を中心とした地域の作家さん達の、月に一度の手づくり市です。

どなたでも自由に参加できます。ぜひご参加、ご利用ください。

なお、「サロンにこにこ」「お味噌作り教室」については事前申し込みが必要です

# 10月のイベントの様子

## サロンにこにこ



10月11日(土)

今回のメニューは、「ヒジキと糸こんにゃくの袋煮・冬瓜のお吸い物・人参ご飯」、栄養バランスも良く見た目も鮮やかです。イベント出演は、Kちゃん's'さん。四角い箱のカホンという楽器が、フォークソングによく合ってました。

## こうじ料理教室

10月25日(土)  
メインの「鮭のホイル焼き」は、こうじの甘みと塩加減が絶妙。れんこんチップスもカリカリで美味。ぜひこうじを活用してください。



## 公民館ちょっとギャラリー

10月26日(日) 帯結び展

様々な着物と帯のコーディネートが並ぶ会場。淡いピンクから深い緑まで季節を感じる色合いと、帯結びの美しさをご覧いただけました。帯の結び方ひとつで印象が変わる着物の魅力を再発見できました。



## 海の京都舞鶴775バザール

10月26日(日)

775バザールがハロウィン仕様に！オレンジと黒で彩られた賑やかな会場に、舞鶴中心の作家15店舗が集結。ハンドメイド雑貨、アクセサリー、野菜など個性豊かなブースと、小学生ダンサーの元気なパフォーマンスで盛り上りました。

