

楽しみながら支えあう

「地域お助け隊」 (全2回)



「ひまわり」を育てて「こころ」の輪を結ぼう！

「ひまわり」を育ててボランティア活動！

6/3
(水)

なぜ「ひまわり」を育てるだけでボランティア活動なのか？
上越つくしの里医療福祉協会 つくし工房さんの活動を聞いて、
見て体験
お買い物

終了しました

時間：1 活動時間)

マイクロバス発着時間 津有出発 9:45 / 到着 11:45

場所：上越つくしの里医療福祉協会 つくし工房

「ひまわりオイル」を使って調理をしよう！

9/30
(水)

「ひまわりオイル」を使っておいしい料理を作り試食します♪
ひまわりオイルはどんな味？乞うご期待♥

時間：10:00～11:30 (現地活動時間)

マイクロバス発着時間 津有出発 9:30 / 到着 12:00

場所：金谷地区公民館

➡ ➡ ➡ 裏面の詳細をご確認ください ➡ ➡ ➡



【 講座詳細 】

回数	日時	会場	内容
1	6月3日（水） 午前 10 時 00 分～ 11 時 30 分 マイクロバス発着時間 津有出発 9：45 到着 11：45	上越つくしの里 医療福祉協会 つくし工房	つくし工房職員の方から「ひまわり事業」のお話を聞き、施設の視察、ひまわりの種を工房の利用者の方と一緒にまく作業をします。
2	9月30日（水） 午前 10 時 00 分～ 11 時 30 分 マイクロバス発着時間 津有出発 9：30 到着 12：00	金谷地区公民館	「ひまわりオイル」「地場産食材」を使用した料理を JA えちご上越職員の方からご指導いただき試食します。 <u>※食物アレルギーなど、ご心配、 ご不明な点はお相談ください。</u>

講座の様子を撮影し、たより等に掲載する場合があります。ご了承ください。

募集人数：15 人 ※成人対象、応募多数の場合は抽選

受講料：700 円（保険料・材料費含む） ※ 6/3 に納入していただきます。

持ち物：①動きやすい服装、タオル

②エプロン、マスク、三角巾

申込み：5月29日（金）までに下記へご連絡ください。

その他：食物アレルギーなど、ご心配、ご不明な点は事前にご相談ください。

【 問い合わせ・申込み先 】

津有地区公民館（平成町 533-1） 担当：大島

電話：025-524-8948（平日 9：00 ～ 16：00）

