



## あなたも腕だめし 「モクズガニ」料理コンテスト開催!!

白石市小原地区の休耕田で養殖している「モクズガニ」を食材とした料理コンテストを、昨年に引き続き農業祭会場で開催します。

レシピと料理写真による書類審査で選ばれた5人による実技コンテストのほか、クイズ大会、かに汁の振る舞いなども行われます。入場は無料です。ご家族おそろいでおいでください。

●日時 11月5日(土)10:30～

●場所 ホワイトキューブ

●審査員 さとう宗幸さんほか

料理コンテスト参加者募集!!

●募集内容 モクズガニを使用した未発表のオリジナル料理で、和・洋・中などのジャンルは問いません。

1人(グループのときは3人以内)

何品でも応募可能です。

※4人分のレシピでご応募ください。(材料費は4人分で3,000円以内。ただしカニ代は除きます。)

※実技審査ではIHクッキングヒーターを使用しますのでご注意ください。

●応募資格 県内在住の方なら男女を問わず、どなたでも応募できます。

●応募方法 応募用紙に必要事項を記入の上、出来上がりのカラー写真を2枚添付して郵送またはメールで送信してください。

※応募用紙、募集要項は市庁舎2階の企画情報課にあります。

また、市ホームページにも掲載していますので、ご覧ください。

●募集期間 10月17日(月)必着

●審査 応募者の中から、書類選考により、上位5人の方にコンクールでの実技審査に出場していただきます。

●賞

最優秀賞 1点(賞金20万円)

優秀賞 1点(賞金10万円)

入賞 3点(賞金1万円)

●その他 応募用紙や写真はお返してきません。入選作品のネーミングを含めた著作権は、主催者に帰属します。

●主催

小原地区活性化推進協議会

●問い合わせ・応募先

企画情報課(事務局)

☎22-1324・☎22-1451

http://www.city.shiroishi.miyagi.jp/

E-mail:kikaku@city.shiroishi.miyagi.jp

## 今日から始める運動教室(第2回)受講生募集

生活習慣病を予防するためには、日ごろの生活の中に運動習慣を持つことが大切です。誰でも、気軽に、無理なくできる運動を取り上げた教室です。ぜひ教室に参加して、運動習慣を身につけてください。第3回目の教室は1月から2月に開催する予定です。

●対象者 40歳から65歳までの市民の方で、5回とも参加できる方

●日時および内容(1教室5回)

10月19日 講話、ストレッチング

10月26日 講話、ストレッチング、

筋力トレーニング

11月2日 講話、ストレッチング、筋力トレーニング、チューブトレーニング

11月9日 講話、ストレッチング、野外ウォーキング、チューブトレーニング

11月16日 ストレッチング、筋力トレーニング、チューブトレーニング、家庭内で一人でできるレクリエーションの運動

※いずれも水曜日、10:00～12:00

●場所 白石市介護予防センター

●募集人員 25名(申込順)

●受講料 無料(トレーニング用チューブ代金1,500円程度自己負担)

●指導者 健康運動指導士、保健師など

●申込受付期間・時間(期間厳守) 9月8日(木)～22日(木)

8:30～17:15(土・日・祝日を除く) 健康推進課 国民健康保険係

☎22-1362

## 仙南地域職業訓練センター 受講生募集

季節の料理教室(秋・冬編)

●日時【全3回】 10月4日・11月1日・12月6日(いずれも火曜日)

18:00～20:00

●受講料 5,500円

初級簿記講座

●日時 9月20日(火)～11月18日(金)のうち24回 18:00～20:30

●受講料 12,000円

●申し込み締め切り 9月12日(月)

☎仙南地域職業訓練センター ☎0224-57-1501

## 「第7回緑・花文化の知識認定試験」 受験者募集

●試験日時(試験地:仙台市ほか)

11月13日(日)14:00～15:10

●申込受付期限 9月16日(金)

●受験料(受験資格はありません)

一般(高校生以上)2,900円

子ども(中学生以下)1,000円

●申し込み方法 専用の払込取扱票のほか、インターネットでも申し込みできます。

☎財団法人 公園緑地管理財団 ☎03-3431-6875(受付時間9:30～17:00)

## 手話教室受講者募集

～聴覚障害に理解を求めて～

受講無料

●日時 9月30日(金)、10月4日(金)・7日(火)・11日(金)・14日(金)・18日(火)・21日(金)

19:00～20:30

●場所 中央公民館第2研修室(2階)

●申し込み・問い合わせ先 白石市社会福祉協議会 ☎22-5210

白石市手話サークル(佐々木) ☎25-4034・☎25-1876

## 市内施設のなるほどイベント情報

### 1 情報センター「アテネ」 開館時間 水～日曜日・祝日 9:00～17:00 http://www.city.shiroishi.miyagi.jp/athens/

パソコン講習会

●申し込み締め切り

9月分:9月2日 10月分:10月5日

※締め切り後でも定員に空きがあれば受講できますので、お問い合わせください。

●会場 アテネ3階会議室(研修室)

●受講資格 白石市民または市内に

通勤、通学している方で図書館共用利用者カードをお持ちの方

●申し込み方法 ハガキ(FAX)又はアテネ備え付けの申込用紙にて各締め切り日までに申し込みください。郵送(FAX)の場合には①住所②氏名③年代④連絡先の電話番号⑤利用者カード番号⑥希望コース名と

パソコン講習会 9月・10月分日程表							
コース名	時間	9月	10月	定員	受講料	テキスト代	内容
基礎コース (3時間)	9:30～12:30	18(日)	16(日)	各10名	無料	1,000円	パソコン操作の基礎
	13:30～16:30	21(水)	19(水)				
インターネットコース (3時間)	13:30～16:30	18(日)	20(木)	各10名	無料	1,000円	インターネットの利用の仕方
電子メールコース (3時間)	13:30～16:30	22(木)	16(日)	各10名	無料	1,000円	電子メールの送受信の仕方
Word2003コース (6時間)	9:30～16:30	24(土)	21(金)	10名	2,000円	1,000円	ワープロの基本操作 ※基礎コース終了程度の方
Excel2003コース (6時間)	9:30～16:30	23(金)	22(土)	10名	2,000円	1,000円	表計算の基本操作 ※基礎コース終了程度の方

※基礎コースのテキストでインターネット・電子メールコースも受講できます。

### 2 古典芸能伝承の館 「碧水園」

9月の休館日 5・12・20・26日

☎・☎25-7949

長月の碧水園茶会【裏千家・薄茶席】

●日時 9月18日(日)10:00～15:00

●お茶券 400円

白石茶道子ども教室

〔財〕伝統文化活性化国民協会助成事業

●日時 9月3日(土)・17日(土)

10:30～12:00

●場所 碧水園茶室

●参加費 1回200円(お茶・菓子代)

ふれてみよう!やってみよう!

「子供能楽教室」参加者募集

世界に誇る日本の伝統芸能「能」。そのけいこを通じて日本の伝統や文化に親しみ、現代の生活では縁遠くなりしがちな「和」のお作法も学べます。

●対象 小学生から高校生 ※おうちの方も一緒にどうぞ。服装は普段着でOKです。

●会場 碧水園 能楽堂

●講師 喜多流能楽師 佐々木多門氏

観世流能楽師 小島英明氏 ほか

●参加費 無料

●準備物 白足袋(貸し出し可)

●期間 10月～1月

白石城開門10周年記念

「白石城茶会」開催

毎年恒例の白石城茶会。今年も各席とも趣向を凝らし、みなさまをおもてなしいたします。ぜひこの機会に、お誘い合わせの上ご来場ください。

さわやかな秋空の下、お茶づくしの一日をお楽しみください。

●日程 10月16日(日)

●主催 白石茶道会・白石市

●お茶券取り扱い

白石茶道会・碧水園

会場	内容	お茶券	時間
白石城	濃茶席 表千家 点心席 白石茶道会長	3,000円 (時間指定券)	10:00～16:00 1席1時間 (各20名)
	裏千家席 薄茶	各席 500円	10:00～15:00 雨天時は 歴史探訪 ミュージアム
本丸内 野点	江戸千家席 薄茶		
碧水園	方円流席 煎茶		10:00～15:00

9月の休館 5・6・12・13・20・26・27日  
☎22-1500 ☎22-1502

希望月日を明記してください。

受講料、テキスト代は当日1階事務室にお持ちください。

申込書のあて先

〒989-0257 白石市字亘理町37-3

白石市情報センター

※締め切り日に集計し文書にて講習日をお知らせいたします。定員を超えたコースは抽選などで調整します。なお、講師用に受講者名簿(氏名、年代のみ記入)を作成いたしますので、ご了承願います。

パソコン相談

パソコン操作などの質問、疑問のある方、お気軽にどうぞ!ご自分のパソコンを持ち込んでの相談もできます。(予約は不要です。)

●日時 毎週土・日および祝日

9:00～12:00・13:00～16:30

●場所 3階マルチメディアバザー

### 3 いきいきプラザ

9月の休館日 5・12・20・26日

☎22-1635 ☎22-1636

定期リサイクル教室(定員10名)

「牛乳パック六角ペン立て」

牛乳パックで六角ペン立てを作ります。

●日時 9月17日(土)

10:00～11:30

●持参する物

牛乳パック、ハサミ、カッターナイフ、定規

短期リサイクル教室(定員20名)

「ネクタイをリサイクルして実用小物のれん、ランチョンマットなどを作ろう」

●日時【全5回】

9月14日・28日、10月12日・26日、11月9日(いずれも水曜日)

9:30～11:30

●持参する物

ネクタイ、裁縫セット

フリーマーケット

●日時 9月24日(第4土曜日)

8:30～12:00

青葉市(毎週土曜定期市)

●日時 9月3・10・17・24日

8:30～12:00