

みんなでおいでよ



# 子育て



## 未来

## さがし講座

親子で参加 先着5組 3回連続講座

ひとりがかかえこんでしまいがちなとき、少し立ち止まって  
未来を考えてみませんか？

### 第1回目 9月10日(水)

お部屋 調理室 和室3

講師 健康推進課 子育て係  
高橋 佳子管理栄養士  
阿賀野市食生活改善推進員

朝ごはんからケーキまで  
食材の活用法の紹介。みんな  
で、いただきます！

楽しく時短クッキング

### 第2回目 9月16日(火)

お部屋 和室1.2

講師 NPO法人適正育成ラボ  
「ふわっち」  
五十嵐 貴子代表

ちょうどいいのが心地よ  
い、あなたなりのバランス  
を探してみましょ♪

家事と育児と仕事と私

### 第3回目 9月30日(火)

お部屋 和室1.2

講師 ファイナンシャル  
プランナー有資格者  
遠藤 卓人氏  
岡崎 航氏

なかなか聞けないけど、  
子育てって、いつ頃どんな  
お金が、どのくらい必要？

未来を育てるお金

会場 安田交流センター「風とぴあ」

阿賀野市保田1756番地1 ☎0250-68-3006

時間 10:00~11:30

3回講座の参加費 500円

お問合せ先： 阿賀野市 民生部 生涯学習課 社会教育係  
ふれあい会館

〒959-1919 阿賀野市山崎77番地

☎ 0250-63-8019

