

藤沢市民センター高齢者事業

みんなといてみっぺす！いきいき巡り

～三陸鉄道レトロな貸切列車の旅

車窓の景色と交流を楽しむ～

日時 平成30年10月16日(火)7:40～17:30

場所 大船渡市・釜石市

盛駅・釜石駅間…レトロな貸切列車で往復

リアス式海岸の景色を楽しみましょう！



庁用バス乗車

- 7:40 藤沢市民センター
- 7:50 新沼コミュニティセンター
- 8:10 藤沢市民センター-黄海分館
- 8:35 保呂羽コミュニティセンター
- 8:45 JA大籠支所ふれあい店前



レトロ列車・お座敷列車北三陸号

対象：藤沢町内にお住まいの方（65歳以上）

人数：30人

参加費：2,300円(運賃・昼食代・保険料)

〆切り：平成30年10月9日(火)



＜申込み・問合せ先＞

一関市藤沢市民センター

一関市藤沢町藤沢字仁郷 12-5

TEL:0191-63-5515



藤沢市民センター成人事業

料理教室

日時 平成29年10月15日(日) 10:00~13:00

場所 藤沢市民センター

講師 野菜ソムリエ 星 美根子先生(藤沢町)

～旬の野菜をおいしく食べましょう～

メニュー紹介

- 秋野菜と豆腐のキッシュ
- さつまいものポタージュ
- 切干大根サラダ
- かぼちゃの和風スイーツ

対象：一関市民（高校生以上）

人数：20人

参加費(材料代)：500円

持ち物：エプロン、三角巾(バンダナ)

〈申込み締切〉
平成29年10月10日(火)

〈申込み・問合せ先〉