

# ～津久井地区社会福祉協議会からのお知らせ～

## 🍴🍴🍴 第2回 かんたんクッキング教室

料理をきっかけに地域で活動したい方、仲間づくりをしたい方…お料理しながら交流をしませんか？ 準備から片付けまで簡単にできる、栄養バランスも考慮したお手軽メニューです！

日 時：令和7年**9月18日(木)10時～14時** ※交流会含む

場 所：津久井中央公民館 3階 料理実習室

メニュー：『夏バテ回復メニュー』

・豚肉とキャベツの蒸し煮 ・小松菜とコーンの煮びたし ・いも羊羹

講 師：相模原市食生活改善推進団体わかな会 津久井地区

定 員：**12名(抽選)**

対 象：津久井地区にお住まいの方

持 ち 物：エプロン・三角巾(バンダナも可)・マスク

参 加 費：500円

申込期間：令和7年**8月18日(月)～8月29日(金)** ※当選者には後日連絡致します

申込方法：津久井地区社会福祉協議会事務局窓口へ直接（津久井総合事務所3階）

または電話 042-784-3393 で申込。

次回、第3回は  
12月・小学生  
対象です！



## ●やすらぎステーション（9月の予定）のお知らせ

やすらぎステーションは概ね月1回、ボランティアによる体操やゲーム等で楽しみながら、地域のつながりを深めています。9月の開催予定は以下のとおりです。

| 地区    | 日にち    | 時間          | 場所          |
|-------|--------|-------------|-------------|
| 三井・名手 |        | お休み         |             |
| 小網    |        | お休み         |             |
| 中野    |        | お休み         |             |
| 又野    | 2日(火)  | 13:30～15:00 | 又野自治会館      |
| 中央    | 16日(火) | 13:30～15:00 | 津久井生涯学習センター |
| 串川    | 9日(火)  | 10:00～11:30 | 長竹自治会館      |
|       | 9日(火)  | 13:30～15:00 | 串川ひがし地域センター |
| 鳥屋    |        | お休み         |             |
| 青野原   | 8日(月)  | 10:00～11:30 | 青野原自治会館     |
| 青根    | 1日(月)  | 13:30～15:30 | 荒丸自治会館      |

【お問い合わせ】津久井地区社会福祉協議会（相模原市社会福祉協議会 津久井地域事務所内）

☎042-784-3393 FAX042-784-6142

活動紹介ページ <http://www.sagamiharashishakyo.or.jp/chikushakyo/tsukui/>

