

▲市民センターでの練習の様子。 使用するハンドベルの重さは約 200g~1kg。

これからどんな活動をしていきたいですか?

いろんな場所で、心が動かせる音楽が奏でられたらいいかな。 音楽には限界もないし、国境もないし、いろんな曲にチャレンジ できたらと思います。

エンジェル ハンドベル リンガーズでは、 新しいメンバーも募集しています♪ 興味のある方は、当センターまでご連絡ください。

1 1

「周南写友クラブ」の作品展が開催されました!

周南写友クラブは、"写真を楽しむ"をモチベーションに仲間が集い、勉強会を月1回開催する他、作品展、撮影旅行も随時実施しています。この度、10月1~7日の1週間、スターピアくだまつにて周南写友クラブの作品展が開催されました。

「**多くの人にご覧いただき、これからの作品づくりに役立てたいと思います。**」とメンバーの山田さん。

作品展で展示した作品のうち 11 点を、当センターでも 12 月 15 日まで展示中です。ぜひお気軽にお立ち寄りください。また、周南写友クラブでは新しいメンバーも募集していますので、興味のある方は当センターまでご連絡ください♪



▲スターピアくだまつで行われた写真展の様子。 メンバーが撮影した 52 点の作品が展示されました。

11-X 2

「周南市食生活改善推進協議会」のレシピ集が完成!

約 150 品のレシピを 栄養価付きで

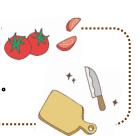
周南市食生活改善推進協議会は、"私達の健康は私達の 手で"を合言葉に、市民の健康づくりを目的とした活動を 行っています。

この度、レシピ集『いただきます ごちそうさま』を作成。次世代に残したいレシピや、食育に繋がる知識、料理のいろは などを盛り込んだ内容の濃い 1 冊になっています。3 歳児健診等で無料配布する他、周南市のホームページでもご覧いただけます。



← 周南市ホームページ

レシピ集や活動内容もご覧いただけます。





▲レシピ集『いただきます ごちそうさま』