



### 市民救命士養成講習会

あなたの大切な人を救うことができずか。救急車が到着するまでの数分間に応急手当をすることが大切です。

AED(自動体外式除細動器)を使用した応急手当の方法を身につけましょう。

■日時

3月20日(日) 9時～12時

■場所 西消防署救急実習室

■申込先

○西消防署救急係

TEL0898-68-0119

○東消防署救急係

TEL0897-55-0119

### 石鎚ふれあいの里各種教室

【石釜ピザと竹バウムクーヘンの教室】

■日時 3月11日(金)・12日(土)

10時～15時(各日開催)

■内容 昼食にピザを、3時のおやつにバウムクーヘンを作ります。

■定員 各8人

■参加費 2000円

### 【こんぱくづくし】

■日時 3月17日(木)～20日(日)

10時～13時(各日開催)

■定員 各10人

■参加費

1400円(昼食代込)

【大保木の桜をたずねる】

■日時 4月1日(金)～3日(日)

9時30分～12時(各日開催)

■内容

旧大保木小学校に咲く市指定天然記念物のソメイヨシノの古木を訪ねて古道を散策。

■定員 各10人

■参加費 500円

【龍王鉱山跡をたずねる】

■日時 4月8日(金)～10日(日)

10時～15時(各日開催)

■内容

ふれあいの里の裏山に眠る龍王鉱山跡を訪ねるアドベンチャーコース(コース内には足元の悪い場所があります)

■定員 各6人

■対象 中学生以上

■参加費

3000円(弁当代等込)

【申込先】

石鎚ふれあいの里

TEL0897-59-0203

※開催日10日前までにお申し込みください。定員を超えた場合は抽選となります。

### 食の創造館 地元食材を使った料理教室

#### ベジカフェ教室 ピーマン編

- 日時 3月23日(水) 14時30分～15時30分
- 内容 ピーマンとパプリカの食べ比べ、簡単なレシピ紹介。
- 講師 野菜ソムリエ 野村純江氏
- 定員 20人(応募多数の場合は抽選)
- 参加費 1,000円 ●申込期限 3月16日(水)

#### いちご de パン教室

- 日時 3月25日(金) 10時～13時
- 内容 もぎたてのイチゴを使ってクグロフとオムレットなど2品を作ります。
- 講師 JHBS 一色美恵氏
- 定員 16人(応募多数の場合は抽選)
- 参加費 2,000円 ●申込期限 3月18日(金)

#### パティシエに習うスイーツ教室

- 日時 3月29日(火) 10時～13時
- 内容 キウイフルーツ・干し柿を使ってスイーツを作ります。
- 講師 櫛ヶオーホテル 佐野栄一氏
- 定員 16人(応募多数の場合は抽選)
- 参加費 2,000円 ●申込期限 3月22日(火)

申込先：食の創造館 TEL0898-65-7150

【臨時休館】 3月14日(月)・28日(月)は清掃作業などのため休館します。

### 東予産業創造センター 人材育成研修講座

#### ■新入社員研修

○企業人としての心構え

4月4日(月)

○コミュニケーションとメンタルヘルス

4月5日(火)

○新人ビジネスマナー

4月6日(水)

○技能職電気一般

4月7日(木)

○技能職機械一般

4月8日(金)

※新入社員研修の申込期限 3月25日(金)

#### ■パソコン研修

○ワード基本操作

4月9日(土)

申込期限：3月25日(金)

○エクセル基本操作

4月16日(土)・23日(土)

申込期限：4月1日(金)

■問合せ

東予産業創造センター

TEL0897-66-1111

URL <http://www.ticc-ehome.or.jp/>

各講座は受講料とテキスト代が必要。詳しくは東予産業創造センターのホームページでご確認ください。直接お問い合わせください。

### テニス教室

■日時(全10回)

4月8日開講 毎週金曜日 19時30分～21時30分

■場所 小松中央公園

■定員 10人(予定)

■受講料 5000円

■申込方法 氏名・年齢・性別・住所・電話番号を明記し郵送かファックスで4月1日(金)までにお申し込みください。

■申込先 西条市テニス協会

〒799-1110

小松町大頭甲336-6

小笠原信人 宛

TEL・FAX0898-72-3672