

★3月 ※都合により変更することがあります、事前にお問い合わせください。※体験教室参加者の個人情報には使用しません。	
○表具教室 ・開催日:14日,28日 ・代表:藤田博仁	(土)10~14時 毎月第2,4土曜日開催。今静かなブームの表具作り ・参加費:880円(お楽しみ昼食付、材料費別) ●表具に興味のある方は、開催日においていただき、先ず気軽に見学してみてください。
○歌って♪脳トレ教室 開催日:4日,18日 ・指導員:音楽療法士・佐々木理江子 ・定員:各20名(事前予約・先着順)	10~11時30分 健康のために楽しく声を出しませんか? ・参加費:1回1200円(講師料+ケーキセット) ・対象:50歳以上の方で性別は問いません
○水墨画教室 ・指導員:大矢幸二 ・定員:15名(事前予約・先着順)	20日(金)10~14時 毎月第3金曜日開催となります。 ・参加費:1380円(お楽しみ昼食付) ・持参品:習字用大筆1本、ふきん、下敷き
○タイ式ヨガ教室 開催日:12日,24日 ・指導員:認定講師・石橋ひろ子 ・定員:15名(事前予約・先着順)	10~11時30分 ルーシーダットン:動けばわかる、続けると変わる ・参加費:1回1580円(お楽しみ昼食付) ・ヨガマット、汗拭きタオル、飲み物持参
○パッチワーク教室・指導員:和島コットンクラブ ・定員:15名(事前予約・先着順) ・参加費:1380円(昼食付)材料費別	13日(金)10~14時 今月は自由作品作り。初心者歓迎! ・持参品:作りたい品物の布、裁縫道具、定規、鉛筆 材料の無い方は用意しますので事前にお知らせください(有料)
○生け花教室 ・指導員:認定講師・由井裕子 ・定員:15名(事前予約・先着順)	19日(木)10~12時 生け花に挑戦!初めての方歓迎 ・参加費:1380円(お楽しみ昼食付)+花材費 ・持参品:花バサミ
○お茶作法教室(会場:茶室「指月亭」) ・指導員:近藤光子 ・定員:10名(事前予約・先着順)	6日(金)10~12時 お茶の作法は難しそうでちょっと...という方歓迎 ・参加費:1680円(お楽しみ昼食付、お茶+お菓子代含む) ・持参品:あれば(袱紗 <small>ふくさ</small> 、懐紙)
○押し花教室 ・指導員:インストラクター・小林静枝 ・定員:15名(事前予約・先着順)	21日(土)10~14時 毎月第3土曜日に開催しています ・参加費:1780円~(昼食付)+材料費別 ・持参品:ハサミ、ピンセット、筆記用具
○フラワーアレンジメント教室 ・指導員:認定講師・永塚玲子 ・定員:15名(事前予約・先着順)	27日(金)13時30分~15時30分 季節の花をアレンジしてみませんか? ・参加費:1200円(ケーキセット付)+花材費1500~2000円 ・持参品:花バサミ
○ちぎり絵教室 ・指導員:荒木房子 ・定員:15名(事前予約・先着順)	27日(金)10~14時 和紙を貼るだけで素敵な作品ができます ・参加費:1250~1580円(昼食付) 材料費別 ・持参品:はさみ、ピンセット、鉛筆、手拭き用おしぼり
○デジタルカメラ教室・指導員:坂田広次 ・定員:20名(事前予約・先着順) ・参加費:1200円(ケーキセット代含む)	14日(土)13~15時 大人のためのデジタルカメラ教室「撮り人界(とりびとかい)」 ・持参品:デジタルカメラ(コンパクト、一眼レフ問いません) 写真が好きな方、きれいに撮りたい方おいでください
○簡単体操ピラティス 開催日:8日,22日 ・指導員:早川智香(PHピラティスマットの資格有) ・定員:12名(事前予約・先着順)	9~10時 体幹をきたえて、やせやすい体を作りましょう! ・参加費:1回1300円(喫茶セット付) 簡単体操ピラティスで姿勢改善 ・持参品:ヨガマット、汗ふき用タオル
○手編み教室・指導員:認定講師・清水シゲ子 ・開催日:9日,11日,23日,25日	10~14時 月曜組と水曜組で月2回コース ・参加費:1回1580円(お楽しみ昼食付)
○手まり教室 ・開催日:8日,22日 ・指導員:遠藤ハツイ、羽鳥節子(手まり師範)	10~14時 良寛さまが子供たちと遊んだ和島手まりを作ってみませんか? ・参加費:1250円~1580円(お好み昼食付) 材料費別 ・定員:10名(事前予約・先着順) 持参品:裁縫道具、鉛筆、メジャー
○書道教室・指導員:佐藤豊雲 ・開催日:11日,25日 ・定員:10名(事前予約・先着順)	10~12時 もう一回習字に挑戦してみませんか。 ・参加費:1580円(お楽しみ昼食付)+月刊誌代600円(個人で購入) ・会場:良寛の里美術館体験室 持参品:習字用具一式
○鎌倉彫教室・指導員:船場永喜 ・開催日:6日,20日	10~14時 自分だけの彫刻を作って楽しく、贈って喜ばれる鎌倉彫 ・参加費:1580円~(お好み昼食付) 材料費別 ・持参品:彫刻刀(ある方はお持ち下さい)、下敷き(布)、歯ブラシ(硬めのもの)、定規、鉛筆(H)
○トーンチャイム教室 ・指導員:佐々木理江子 ・定員:15名(事前予約・先着順)	12日(木)13時30分~15時 楽譜が読めなくてもOK!柔らかな響きでリフレッシュ! 参加費:1300円(喫茶付) 持参品:筆記用具(カラペン)
○着付教室・指導員:新田安江 認定資格:全日本和装コンサルタント(和装前結びJTTI) ・定員:10名(事前予約・先着順)	1日(日)10時~12時 気軽に着付を楽しみませんか。着物・小物貸し出します 参加費:1580円(昼食または喫茶付) 持参品:着物、帯、長襦袢、小物一式(ひも2~3本、コーリンベルト、伊達絞め)
○初めての花むすび教室・指導員:高橋志保子 認定資格:(社)日本伝統インストラクター ・定員:5名(事前予約・先着順)	9日(月)10時~12時 楽々前結びで着付レッスンを始めませんか? 参加費:1580円(昼食付) ※ウイークデーの開催要望に応じて開設しました 持参品:着物、帯、長襦袢、小物一式(ひも2~3本、コーリンベルト、伊達絞め)
○版画教室・指導員:船場永喜 ・開催日:9日,23日 ・定員:8名(事前予約・先着順)	10~14時 季節の草花や野菜等を版画にして絵手紙作りを楽しみましょう ・参加費:1回1580円(お楽しみ昼食付+材料費別) ・持参品:彫刻刀、下敷き(布)、歯ブラシ(硬めのもの)

喫茶・お食事

(食事は10時~15時)

和島特産ガンジーソフト



400円

コロネソフト
500円
(和らぎ家限定)

《だんご汁と良寛むすび》
当道の駅食事No.1



170円

380円

セットで 550円

《田舎風煮込みうどん》



700円

《あんかけうどん》



700円

《あつあつきのこのあんかけ丼》



漬物・味噌汁付 720円

※だんご汁付の場合 1,050円

《もつ煮込み定食》



- デラックス(写真) 1,450円
(だんご汁・おぼろ豆腐・ガンジーソフト付)
- もつ煮込み定食 800円
(吸い物付き)

◆雪割草見学会

会場:和島地域の花「雪割草」の群生地村岡城址周辺
日時:3月20日(金)午後 1時~21日(土)午前10時~22日(日)午前10時~
集合場所:村田妙法寺駐車場
申込・問合せ先:長岡市和島支所地域振興課 ☎0258-74-3112
◆もてなし家 雪割草即売会
日時:3月14(土)15(日)21(土)22日(日)
午前9時~午後3時
問合せ先:☎0258-41-8110

農産物直売所 ◆直売所から春の便り 長岡市産・出雲崎町産 9時~16時

- ◆野菜:アスパラ菜、白菜、大根、ねぎ、黒にんにく、剥きくるみ...
- ◆土壌改良剤(予約受付)
春の水田、畑、プランターなどの土づくりに最適です
・竹パウダー(5kg 900円、10kg 1,600円)
・竹炭(1t 100円、10t 600円、40t 1,600円)
・もみ殻くん炭(270円)
- ◆新発売「雑草ガード」(予約受付)
竹パウダーであぜ道の雑草抑制効果を確認しました(50t 1,000円)
- ◆竹めか床
初心者でも簡単に手間いらずで冷蔵庫で作れる美味しいぬか漬ができます(250g 500円)

越後姫
直売所
売上No.1



完熟
朝採り
贈答用に
最適!

ホッカホカの「焼いも」と「たい焼き」!

たい焼き

3月7~8日都合により休業

焼きいも(紅はるか)

毎日販売
朝10時~17時
価格:110円/100g



土日祝日販売
朝10時~15時
(小倉・クリーム・いも)
価格:各150円



スタッフ募集

生涯現役
健康で働く意欲のある方
募集しています

- ・職種:厨房1名(パート)
時間:8:30~16:00(60分休憩含む)
勤務日数:10~13日
- ・職種:レジ1名(パート)
時間:8:30~17:30(60分休憩含む)
※短時間勤務相談に応じます
勤務日数:10日又は15日前後
- ・両職種共通条件
資格:普通自動車免許
勤務施設:もてなし家または和らぎ家
待遇:時給850円~
経験能力に応じて加算 詳細面談
休日:勤務表によるシフト制
(土日祝日出勤有)
年次有給休暇制度有
連絡先: ☎0258-41-8110(山田)