



あきぎん長活き学校 2024年度 前期授業のご案内

## 毎日を彩る —「衣食住」から学ぶ長活きの秘訣—

第1回

5月31日(金) 10:30~12:30

定員15名

### 作って学ぶ! 能代市の伝統と味

会場/テノハ能代(旧能代市立常盤小・中学校) 能代市常盤堂回90

- 能代市の食材を使った料理実習
- 料理を続けるコツや秘訣

参加費(材料費) 1,000円

講師 ときめき工房ねまーる 代表 佐々木 茂子 氏



第2回

6月18日(火) 13:30~15:30

定員30名

### 心地良い住まいを叶える整理整頓のコツ

会場/大館市 北地区コミュニティセンター[本館研修室] 大館市有浦一丁目8番15号

- 本当に大切なモノや価値観の見つけ方
- 断捨離の効果と可能性

講師 やましたひでこ公認断捨離®トレーナー 小笠原 睦子 氏

第3回

7月19日(金) 13:00~15:00

定員15名

### “わくわく”を見つけておしゃれを楽しむ

会場/由利本荘市文化交流館カダーレ[2F会議室] 由利本荘市東町15

- “わくわく”するものを見つけ方
- オリジナルエコバック(おしゃれな巾着付あずま袋)製作体験

講師 ドリームテテ 代表 打矢 照子 氏

参加費(材料費) 500円



(注)内容は当日変更となる場合がございます。

#### あきぎん長活き学校公式LINE



授業やイベント情報、  
各種お知らせ情報を配信しています。  
こちらのQRコードを読み込んで  
登録をお願いします!

お問い合わせ先

秋田銀行 経営企画部 長活き学校事務局

メール nagaiki@akita-bank.co.jp

TEL 018-863-1212(代表)