

10

23

木

おうちカフェ

季節の野菜を取り入れた定食を用意しています。ご来店をお待ちしています。

日時 10月23日(木) 11時～

場所 みんなの  おうち
(中央1丁目1-30)

料金 ●定食 500円
●お弁当 400円(要予約)

主催 こども食堂ゆめ

後援 宿毛市

問 こども食堂ゆめ

☎ 090-5146-7529



10

25

土

しげちゃんち

～障害のある子どもと

その家族みんなで楽しもう～

障害のある子どもやそのきょうだい児が、遊びを通して様々な体験や交流ができ、障害のある子を持つ保護者同士も情報交換や相談し合える場所を目指しています。

日時 10月25日(土) 10時～11時30分

場所 正和隣保館

参加費 子ども1人 200円

※23日(木)17時以降のキャンセル料は参加費をいただきます。

内容 ハロウィンパーティー

障害の有無関係なく、みんなでハロウィンパーティーを楽しみましょう！

講師 認定こども園宿毛幼稚園 まっすー

対象 18歳未満の障害のある子どもやそのきょうだい児・保護者

申込 必須 **定員** 20名程度

※子どもだけの参加はできません。

主催 (特非) じんけんネットすくも

後援 宿毛市

問 手代岡児童館 ☎ 66-0756

(土・日・祝日を除く9時～17時)

LINEでの
申し込みも
受け付けます。



10

25

土

蜷湖まつり
2025

普段では見られないダムの内部を使った「中筋川ダム冒険クイズラリー」や、蜷湖まつり限定ダムカードの配布(数量限定)、はたらく車両の展示など楽しいイベントが盛りだくさん！

今年もダム内部イルミネーションを行います！

日時 10月25日(土) 10時～15時

場所 中筋川ダム

問 ダム活元気ネットワーク事務局
(渡川ダム統合管理事務所管理課)

☎ 66-2501

11

5

水

お魚料理教室

魚食推進事業の一環として、宿毛湾の魚を使った料理教室を開催します。午前中に調理し、昼食としてみんなで試食します。余った魚料理はお持ち帰りいただけます。魚の捌き方、調理のコツを一緒に学んでみませんか。

日時 11月5日(水) 10時～13時(受付9時45分～)

場所 宿毛文教センター2階 実習室

参加費 1,000円

講師 ●魚の捌き方 堀尾鮮魚店

●魚の調理 居酒屋八坂

持参物 ●エプロン ●三角巾等

●持ち帰り用の保存容器(タッパー等)

対象 18歳以上 **定員** 10名 **申込** 必須

期間 10月1日(水)～24日(金)

※定員に達し次第、申し込みを締め切ります。

問 産業振興課 ☎ 62-1243

