

# 暮らしのワークショップ

ゆるっと

1



## ① 智頭杉でつくる曲げわっぱ弁当箱

杉の効果でご飯がふっくら美味しさ長持ち！ 伝統工芸の技に挑戦

12月9日(土) 10:00～ (所要時間:約2時間)

講師:天川 誠 (鳥取県立鳥取高等学校教諭)  
定員:15名  
参加費:2,000円  
持ち物:汚れてもよい服装

定員に達しました

申し込み締切  
12/2(土)

2



ワイヤーでつくる

## ② コーヒーフィルターホルダー

お家でのコーヒータイムの彩りに！  
飾りは自由な発想でお好きな形に

12月9日(土) ①10:00～

②14:00～

(所要時間:約1時間半)

講師:rico:eさん  
定員:各回10名  
参加費:1,500円  
持ち物:とくになし

3



## ③ 椅子ヨガでリラックス&リフレッシュ

おうちでもできる簡単な椅子ヨガの  
ポーズと呼吸法で心身を整えます

12月10日(日) 10:00～ (所要時間:約1時間)

講師:ヨガマイマイさん(ヨガインストラクター)  
定員:10名  
参加費:500円  
持ち物:飲み物、運動のできる服装

4



## ④ 家庭で出来るかんたんフレンチ

身近な食材でフレンチを。  
オードブル、スープ、メインの3品を作ります

12月10日(日) 10:00～ (所要時間:約2時間)

講師:奥平常男さん(ビストロフライパンオーナーシェフ)  
定員:9名  
参加費:2,000円  
持ち物:エプロン

11/10(金)～参加受付開始!

お申し込み方法は  
こちら

ご希望のワークショップをお選びいただき市民交流ホールへお申し込み下さい

TEL (0857)39-2555

FAX (0857)39-2550

2023  
12/9(土)  
12/10(日)

事前申込要

会場

パレットとっとり  
市民交流ホール

PALETTE TOTTORI THE CITIZENS EXCHANGE HALL

鳥取市弥生町3-2-3-1 TEL (0857)39-2555 FAX (0857)39-2550



本通パーキングをご利用の方に割引駐車券を販売しております

主催:鳥取商工会議所 後援:鳥取市中心市街地活性化協議会

「パレットとっとり市民交流ホール」で検索 <https://palettehall.jp>

定員になり次第  
締め切ります

※FAXでお申し込みの際はお名前・電話番号  
ご希望のワークショップの番号・時間  
参加希望人数を明記し、送信下さい