

シリウスの
多世代交流食堂！
ご好評につき
第3弾!!

親子でも

友達同士でも

シリウス みんなの ごはん vol.3

おひとりでも

2026.2.1 日 10:00-15:00 (終了予定)

@ シリウス 6 階 生涯学習センター

この食堂は、世代を超えて交流できる場所として、
みんなが笑顔で集まれる空間を提供します。

おいしいご飯を囲みながら、
地域の人々が一緒に楽しいひとときを過ごせるような
温かい居場所です。

「食べること」を通じて、心も体も元気になれる。
そんな素敵な時間をみんなで共有しませんか？

おひとりでも、親子や友達同士でも！ご参加お待ちしております。

【会場】大和市文化創造拠点シリウス6階 大和市生涯学習センター

①Aコース：10:30～11:45 : 612文化創造室

Bコース：10:00～12:00 : 611調理実習室

②12:00～15:00 (食事) 611調理実習室

※コースの内容とタイムスケジュールの詳細は裏面をご覧ください。

【対象・定員】どなたでも / 先着20名程度

【参加費】 300円 (食事代)

【申込】1月11日 (日) 10:00～ お電話または窓口、右QRから



主催：やまとみらい (大和市文化創造拠点等 指定管理者／大和市生涯学習センター)

協力：一般社団法人こども食堂プロジェクトatやまと

※ アレルギーについては自己責任にてご参加をお願いいたします。

※ 天候や交通機関の運行状況及びその他不可抗力により、開催が中止となる 場合がございます。

※ 駐車場の数に限りがありますので 公共交通機関でご来場ください。

お申込み・問い合わせ/大和市生涯学習センター tel.046-261-0491

2026. 2.1 日 10:00-15:00 (終了予定)

タイムスケジュール

① A・Bどちらか選んでください。(開始時間が異なります。ご注意ください)

A 似合うピンク色を見つける
カラー体験レッスン

※午前だけの参加でも構いません。

A : 10:30~11:45

色の知識とカラー診断で、華やぐ気持ちに

【講師】やまと生涯学習ねっとわあくボランティア講師：
大坪 詩子 氏

【会場】612文化創造室

【定員】先着15名程度

【持ち物】筆記用具

似合う色を
知ること・学ぶことで、
「私らしさ」を見つけて
みませんか?



B みんなで作しましょう

B : 10:00~12:00

お料理が得意な方は、一緒に作りませんか?

お子様も手巻き寿司やお菓子作りが楽しめます! (予定)

【持ち物】エプロン・三角巾・マスク・手拭きタオル

【会場】611調理実習室

【定員】先着10名程度

お子様の参加
大歓迎!



② 12:00-15:00

※ここからの参加でも構いません。

いただきます♪

今回は、節分をテーマにしたメニュー♡

みんなで揃って食事をしたり、小さなワークショップも予定。次回のリクエストも、おしゃべりしましょう。

【会場】611調理実習室

【費用】食事代 300円

【定員】先着20名程度

できる方は
片付けのお手伝いも
お願いします。



※写真はすべてイメージです。



お申込み・問い合わせ/大和市生涯学習センター tel.046-261-0491