

1	B A Rをスマートに楽しむ、大人のためのB A R基礎講座! 9/20(土)、9/21(日)、9/22(月) 19:00～20:00	
2	のべおか産!米粉でパンをつくろう! ～米粉歴8年の米粉ちゃんと～ 9/20(土)、10/12(日)、10/25(土)、11/2(日)、11/22(土)、12/6(土) ①9:00～12:00 ②13:00～16:00	
3	自然と農(食)の感動体験 11/22(土)＝大人限定、11/23(日)＝親子限定 10:30～14:00	
4	手作り味噌教室 11/6(木)、11/14(金)、11/24(月・祝) 10:30～12:30	
5	簡単! 自宅でもできるピザ教室 10/2(木)、10/13(月・祝)、10/28(火) 10:30～13:00	
6	I Hで新しい料理体験を! 10/15(水)和食、11/20(木)洋食、12/5(金)中華 10:30～13:00	
7	延岡の惣菜屋さんでレタス巻きを作ろう 11/28(金) 11:30～12:15	
8	北川家田野草塾 10/19(日)、11/9(日) 10:00～13:30 雨天決行	
9	野草ソース十薪火ピザ焼き 11/16(日)、11/30(日)、12/7(日) 10:30～14:00	
10	延岡の旬の野菜とお魚を使った茶懷石料理を愉しみませんか 11/2(日)、11/3(月・祝) 11:00～14:00	
h 11	秋のやま学校 ぷらっと 柚子ちぎりと柚子ごしょう 11/22(土) 10:00～15:00 諸塚村	
12	ウイナーづくり&ヨットクルージング体験 11/9(日)※予備日11/16(日) 9:30～14:30	
13	重要文化財日高家住宅で古典YOGA体験とランチ 10/19(日) 9:50～14:30	
14	重要文化財日高家住宅見学と美術品説明会 11/22(土) 9:00～12:00	
15	稲刈り、稲架掛け体験 10/19(日) 10:00～14:00	
16	誰でも簡単にできるアルファビクスを体験しませんか! 9/27(土)、10/4(土) 12:00～13:00	
17	ボードゲームショップで遊んでみよう! 9/20(土)～12/6(土)の毎週土曜日 13:00～17:00	
18	カラフルスプーン作り(クリップ、マグネット付) 10/10(金)、10/11(土)、10/30(木) 10:00～11:30	
h 19	夜の鮎やな落て簀見学 11/7(金)、11/14(金)、11/21(金) 19:00～20:00	
20	旅する蝶アサギマダラ観察会in島野浦 11/2(日) 10:00～14:00	
21	干支のまち北方フットパス 未(菅原)コース 11/29(土)小雨決行 9:30～12:30	
22	清流・北川でSUP体験しちゃおう! 9/27(土) 9:30～11:30	
h 23	森林セラピー セラピーロード散策 日之影町 11/1(土)～12/7(日)※期間中のお好きな日をお伝えください	
h 24	日之影まちなか案内 日之影町 11/1(土)～12/7(日)期間内の毎週日曜日 9:00～14:00順次開始	
h 25	無人島 乙島カヤック体験&BBQ 門川町 10/4(土) 9:00～14:00	
h 26	ダム湖クルージング～日本初の大規模アーチ式ダム上椎葉ダム 11/16(日) 10:00～11:45 椎葉村	
h 27	古の森に行く 椎葉平家ロマンの山登り～平家落人最後の地 秘境の白鳥山を巡る旅～ 11/2(日) 8:00～16:00 椎葉村	
28	犬のしつけとお写経 9/26(金)、10/20(月)、11/1(土)、12/7(日) 10:00～12:00	
29	Artful Peace Diary Coloring 万華鏡ぬりえ体験(ケーキセット付) 9/24(水)、10/22(水)、11/26(水) 14:00～16:00	
30	キラキラステンドグラス風 ディンプルアート 9/27(土)、11/15(土)、11/29(土) ①10:00～②11:00～	
31	ハロウィンスイーツのミニチュア紙粘土工作 10/25(土) 9:30～12:15	
32	多肉デコパージュ鉢寄せ植え 10/12(日) 9:45～11:15	
33	クリスマス多肉リース作り 11/23(日) 9:45～11:45	
34	雑貨屋さんのフォトブースで写真の上手な撮り方講座 10/5(日)、11/3(月・祝) 10:00～15:00の中の1時間程度	
35	タイルで表札作り 10/4(土)午前・午後、10/5(日)午前・午後 午前の部9:30～12:00、午後の部13:30～16:00	
36	～空の先駆者後藤勇吉に思いを馳せて～ ホビーラジコンを体験しよう! 11/9(日) 9:00～11:30	
37	SDGs体験! 親子で作るぷるぷるアクアリウム 10/18(土)13:00～14:00	
38	「廃油で作るアロマキャンドル」と「流木で作るキャンドルスタンド」 9/23(火・祝) 午前の部10:30～12:00、午後の部14:30～16:00	
h 39	世界にひとつ 木工お守りアクセサリ作り 諸塚村 9/27(土)、10/5(日) 9:30～16:00	
40	のべおか八杯汁の作り方教室 11/23(日) 13:00～15:00	
41	ママ全部楽しんで!! ベビマ&アロマヨガ&エアロビクス&ベビーフォト 10/2(木)、11/6(木)、12/4(木) 10:00～12:30	
42	ママの教えたい! 学びたい! ハッピーシェア会inリバーバル五ヶ瀬川 10/6(月) 10:00～13:00	
43	延岡技能まつり 室内園芸装飾(しめ縄づくり) 11/1(土) 13:00～15:00	
44	延岡技能まつり 畳(ミニ畳づくり) 11/1(土) 13:00～15:00	
45	延岡技能まつり 板金(銅板による表札づくり) 11/1(土) 13:00～15:00	
46	延岡技能まつり 和裁(エコバックづくり) 11/1(土) 13:00～15:00	
47	延岡キッズラボ～ゴム動力カーを作ろう～ 10/11(土)10:00～12:00	
48	延岡キッズラボ～世界に一つだけのカスタム「メスティン」を作ろう!～ 10/4(土)10:00～12:00	
49	延岡キッズラボ ひみつの〈めっき実験室〉～きみも立派な鍍金術師!? 〇〇を金にかえよう～ 11/29(土)10:00～12:05	
50	延岡キッズラボ～歴史を足で感じる! わらじづくり体験～ 10/11(土) 13:00～14:30	
51	延岡キッズラボ～電気と磁石のわくわく科学実験～ 11/15(土) 9:30～11:30	
52	エントツツアー 10/18(土) 10:30～12:00	

