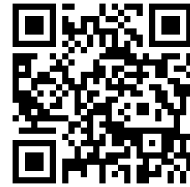


出会い・ふれあい・学びあい

中部公民館だより



令和5年9月1日 第390号

発行：館林市中部公民館〔館林市仲町14番1号〕

◇TEL/FAX：0276-73-2161 ◇E-mail:komin.chubu@city.tatebayashi.gunma.jp



夏休みの思い出



【キッズ・チャレンジャー隊①】7/22(土)

キッズ・チャレンジャー隊では、木工教室として、ナチュラルウッディきりかぶより、講師の方をお招きしました。木材で動く蝶を作るということで、土台に棒を差して、パネの力で上からひらひらと蝶が動く仕掛けのものを作りました。子ども達は講師の指導のもと、糸のこで木材をカットする作業や、土台・蝶の色塗りなど真剣にやっていました。



【子ども習字教室】7/26(水)

中部オープン講座として、松浦健治先生をお招きし、習字教室を開催しました。先生の所属する水陽会の方々にもご協力いただきながら、進めていきました。

先生がお手本で書くところを見せて、書き方や姿勢等を覚えてもらい、各自何枚も書き直しながら完成させていました。



【家庭教育学級】7/28(金)

今回の第一小学校家庭教育学級では、「アトリエ PETITE USINE」を開いている亀山知英先生をお招きし、親子ポスター教室を開催しました。

午前と午後でそれぞれ行い、先生の丁寧な指導を受けながら、また、親子で話し合いながら描いていきました。今回、小学一年生を対象にしているため、同級生同士や親同士で交流をしながら取り組んでいる様子も見られました。



【子どもポスター教室】8/2(水)

中部オープン講座として、家庭教育学級でもお世話になりました、亀山知英先生をお招きし、ポスター教室を開催しました。こちらでは小学生全学年を対象としています。先生の方で各学年の課題を踏まえた上で寄り添って教えていただけただけなので、それぞれ思い思いの作品が仕上がっていきました。



【キッズ・チャレンジャー隊②】 8/9(水)

キッズ・チャレンジャー隊では、東洋水産(株)関東工場の見学に行きました。東洋水産(株)の歴史やカップメンが出来るまでの製造工程について説明を受けながら見ていき、帰りにお土産ももらいました。

また、行き帰りは小型の路線バスに乗って、バスの乗り方体験もしました。



参加者募集とお知らせ

生涯骨太クッキング

どの年代にも不足しがちなカルシウムを手軽にとれる料理を食生活改善推進員がお伝えします。

○日 時 9月29日(金)

午前10時00分～午後1時00分

○場 所 保険センター 調理実習室

○内 容 調理実習

○対象者 市内在住の18歳以上の方

○定 員 20名(先着順)

○参加費 無料

○持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、飲み物

○申込み 中部公民館(Tel0276-73-2161)へ電話または直接来館にて受付。9月8日(金)午前9時から受付開始(×切9月20日(水))

○内容についての問合せ

市健康推進課健康づくり係(保険センター内)

Tel0276-74-5155(申込みは中部公民館へ)



「生活習慣病予防教室」でメタボを撃墜!

生活習慣病は、運動不足やバランスの悪い食事などが原因で起こります。

この教室では楽しく体を動かすことができる、今話題の「スローエアロビック」を紹介します。

一緒に、“脱・メタボ”と“アンチエイジング”しませんか?

◇日 時 9月29日(金)

午後2時から3時30分

◇場 所 保健センター

◇対象者 概ね64歳までの市民(定員20名)

◇内 容 講話、実技(スローエアロビック)

◇講 師 健康運動指導士 梶田万里子 先生

◇参加費 無料

◇持ち物 ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル、運動できる服装・靴

◇申込み・問合せ

健康推進課健康づくり係(保険センター内)

Tel0276-74-5155



わんぱく米づくり隊



8/20(日) 稲の生育観察と田の草取り

夕方の比較的涼しい時間帯に実施しました。稲の成長を確認しながら、草取りを行いました。カエルやタニシ、ヤゴなどの生き物も見つけました。



収穫は10月上旬を予定しています。

ちゅうぶ9月のおもな予定

5日(火) 歴史散策講座①

12日(火) 女性セミナー及び高齢者教室
(プラネタリウム鑑賞)

13日(水) 家庭教育学級(給食センター見学)

24日(日) 休館日

29日(金) 生涯骨太クッキング

30日(土) キッズ・チャレンジャー隊
(城沼探検ネイチャーゲーム)