



岩代公民館だより

7月号(令和5年7月1日発行)

編集・発行:

岩代公民館 55-2260
(iws.shogaigakushu@city.nihonmatsu.lg.jp)
新殿公民館 57-2111
旭公民館 56-2111

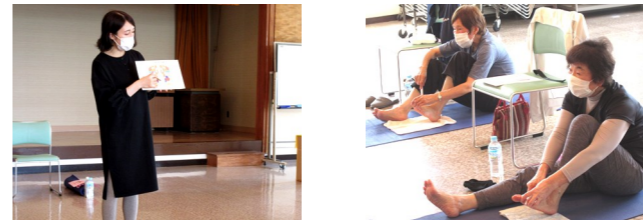
5/26 (金) いわしろ子ども教室 「開講式」

平成27年度より始まった「いわしろ子ども教室」は、地域のボランティアの方と先生方のご協力のもと、小浜小学校の一部の生徒が参加して放課後に開催しています。今回は令和5年度の開講式として、今年1年間のめあてを各学年ごとに話し合って決め、発表しました。今年度のいわしろ子ども教室では、昔遊びやアイロンビーズ、大型かるたとり大会など、年15回の活動を予定しています。



6/10 (土) いわしろ女性の会学習会 「足裏ヨガで整えよう! ~足裏から健幸に~」

いわしろ女性の会の学習会では、昨年度に引き続いてみなさんお馴染みの本多有氏(小浜)を講師にヨガ教室を開催。今年度は「足裏ヨガで整えよう!」と題して、スティックを使って両足のツボを丁寧に刺激していき、足裏が真っ赤に血流良くなったところで軽いヨガに取り組んで汗を流しました。足裏マッサージとヨガの組み合わせで、足元から体がほぐれていく効果を実感しました。



6/14 (水) 小浜セミナー 「初夏のプリコラージュフラワー」

6月の小浜セミナーでは、(有)大鵬園(本宮市)から3人の講師をお招きして、「初夏のプリコラージュフラワー」として寄せ植えに挑戦しました。お花の名前や特徴を教えていただいた後、背の高い花や中心となる花、下草になる植物など全体的なバランスをアドバイスいただきながら鉢に植えていきました。豊富な種類の草花の中から思い思いに好みのものを組み合わせ、ゴージャスな寄せ植えが出来上がりました。



7月の予定

■岩代シニアセミナー:旭セミナー

日時 7月12日(水)午前10時00分~
場所 旭公民館
内容 創作教室 世界に一つだけのポーセラーツ
講師 野地美智子氏
材料費 1,500円程度(申込時に選択)
申込 6月30日(金)までに旭・岩代公民館へ

■岩代シニアセミナー:新殿セミナー

日時 7月14日(金)午前10時00分~
場所 新殿公民館
内容 創作教室 世界に一つだけのポーセラーツ
講師 野地美智子氏
材料費 1,500円程度(申込時に選択)
申込 6月30日(金)までに新殿・岩代公民館へ

■岩代シニアセミナー:小浜セミナー

日時 7月19日(水)午前10時00分~
場所 岩代公民館(大会議室)
内容 創作教室「ポップアップカード作り」
講師 菅野壽子氏
材料費 300円
申込 7月10日(月)までに岩代公民館へ

■市民講座:岩代総合美術講座

日時 7月8日(土)午前9時30分~
7月22日(土) "
場所 岩代公民館(大会議室)
内容 水彩:風景画

■女性学級:ナイトフレッシュセミナー

日時 7月27日(木)午後7時00分~
場所 岩代公民館(大会議室)
内容 学んでみよう「はじめての手話」
講師 保健福祉部福祉課 手話通訳員
申込 7月20日(木)までに岩代公民館へTEL等もしくはかんたん申請・申込システム(右の二次元コード)へ
受講料 500円



■市民講座:男の講座

日時 7月30日(日)午前10時00分~
場所 岩代公民館(大会議室)
内容 男のスイーツ「牛乳パックで作るかんたんマーブルチーズケーキ」
講師 渡邊史子氏
申込 7月20日(木)までに岩代公民館へTEL等もしくはかんたん申請・申込システム(右の二次元コード)へ
材料費 1,000円
受講料 500円



夏休みふるさと探検隊 参加者を募集します!

①eスポーツで世代交流しよう!

日時 7月25日(火)午前10時00分~
場所 岩代総合文化ホール
内容 太鼓の達人・ぷよぷよ・グランツーリスモなどのeスポーツで世代を超えて交流します
講師 福島県eスポーツ推進協議会 中河西宏樹氏
対象 小浜・新殿・旭・石井・大平小の小学生 15名
シニア世代の方(性別を問いません) 15名

②こどもスポーツ教室

日時 7月27日(木)午前10時00分~
場所 岩代総合文化ホール
対象 小浜・新殿・旭・石井・大平小の小学生 50名
参加費 500円(保険料込み)
持ち物 上履き・飲み物・昼食(午後も参加の場合)
※(一社)いわしろふれあいSCとの共催事業です。

③ミニチュアフードをつくろう

日時 7月27日(木)午後1時30分~
場所 岩代公民館(大会議室)
講師 ゆめ井亭 山家みゆき氏
対象 小浜・新殿・旭・石井・大平小の小学生 30名
参加費 800円
持ち物 上履き・飲み物・昼食(午前参加の場合)

④見学学習「ロボットテストフィールド」と「請戸小学校・東日本大震災伝承館」

日時 8月3日(木)岩代公民館午前8時30分集合
新殿公民館午前8時50分集合
旭公民館 午前9時00分集合
場所 南相馬市・浪江町・双葉町方面
対象 小浜・新殿・旭・石井・大平小の3年生~6年生 20名
参加費 500円
持ち物 昼食・飲み物・お菓子(300円程度)

⑤パティシエに教わる「ふわふわオムレット」

日時 8月10日(木)午前9時30分~
場所 岩代公民館(調理実習室)
講師 ケーキ工房 Patisserie MoMo
パティシエ 釜崎みゆき氏
対象 小浜・新殿・旭・石井・大平小の小学生 16名
参加費 700円



①小学生申込 ①シニア申込 ②~④申込 ⑤申込



7/20〆切



7/17〆切



8/3〆切

5/25 (木) ナイトフレッシュセミナー開講式 私、大丈夫!自分に自信もてる「お守りノート」を作ろう講座

今年度のナイトフレッシュセミナーの開講式として、齋藤かおり氏(油井)を講師に「お守りノートを作ろう」と題してワークショップを開催。4人グループに分かれ、誰かに言われて嬉しかった言葉や人から欲しい言葉を書き出し、グループ内で共有しました。次に自分のネガティブな思いグセをリストアップし、それをグループ内でポジティブに言い換え、「自分宣言」として発表しました。生年月日に基づいて自分をカラーで表す「キレイデザイン学」についても解説いただき、これからの人生を前向きに生きるために、自分自身のことを見つめ直す有意義な機会となりました。



5/26 (金) 岩代シニアセミナー三地区合同開講式 名物バスガイドと行く世界遺産バーチャルツアー 「世界遺産を見学したつもりツアー」

令和5年度の岩代シニアセミナーの開講式では、福島交通(株)名物バスガイドの八巻ひろえ氏をガイド役に「世界遺産を見学したつもりツアー」が開催されました。ガイドさんの軽妙なトークに案内されながら、日本全国のみならず海外も含めて世界遺産をスライドショーでめぐり、旅気分を楽しみました。気軽に旅行も許されなかったコロナ禍もようやく収束の兆しを見せ始める中、どこか遠くへ旅に出たい気分の高まる講演でした。



「岩代公民館のウェブページ」

岩代公民館だよりのバックナンバーや公民館からのお知らせを市ウェブサイトに掲載しています。講座の予定の確認・お申込みこちらからできます。



https://www.city.nihonmatsu.lg.jp/bunka_sports_syo/syougai/page007487.html