

### スマホがわかった！

10月3～5日にわたり、安達公民館で市民講座「高齢者スマートフォン教室」の初心者向けコースが13名の参加により行われました。

参加者自身のスマートフォンを使い、Wi-Fiを繋いでの講座であったため、「とてもわかりやすかった」、「次回の講座を友達にもお勧めしたい」などの声が寄せられました。



### みんな、スカット

10月11日(水)安達公民館を会場に、「まったりニュースポーツ」として「スカットボール」を開催しました。参加した11名はストレッチをしっかり行ったところで4班に分かれ、総当たり戦での対戦となりました。

参加者は皆和気あいあいとプレーを楽しみました。



### 打ち立て蕎麦を食べたいな(^\_^)〃



10月15日(日)渋川女性学級では「そば打ち教室」を開催。安達そば打ち愛好会(田代仁一会长)の丁寧なご指導で打ちあがりしました。お楽しみの試食では打ち立て蕎麦のあまりのおいしさにびっくり。おいしくて、笑顔いっぱいの教室となりました(^\_^)〃

### ～ミニコンサート開催～

10月26日(木)安達公民館1階ロビーで、「昼の民謡」と題して、尺八・三味線松栄会から6名の方に出演していただきました。「花笠音頭」や「ソーラン節」など、代表的な民謡5曲を披露しました。



### 火災を防ぎ、そして備える！

10月19日(木)渋川ふれあい学級では「火災予防対策」を開催しました。避難訓練、消火訓練を実施後、講師の安達地方広域行政組合北消防署の国分誠さんの講話をお聞きし、日常生活における火災予防について学習しました。



### 「石鹸デコパージュ」づくり

10月5日(木)下川崎ふれあい学級、10月12日(木)下川崎女性学級で石鹸デコパージュを作成しました。東和さわやかスポーツクラブ 佐々木久美子さんを講師に迎え、皆さん楽しみながら様々な柄の紙ナプキンで石鹸を彩り、素敵な作品が出来ました。



### 館外研修 (大山忠作美術館・菊人形)

10月25日(水)、上川崎ふれあい・女性学級では大山忠作美術館にて絵画を鑑賞し、素晴らしい作品に息を呑みました。菊人形会場では、秋晴れの下菊の香に包まれ、美しい菊を見学しました。学級生は芸術の秋を堪能しました。



### 毎日健やかに…

10月19日(木)下川崎ふれあい学級で講師の看護師 高橋久美子さんから「心臓を大切にするために」として、高血圧の怖さや改善の方法、健康診断の重要性を教えてくださいました。学級生からも健康の維持について積極的に質問がありました。



### 「手ぬぐい帽子」づくり

10月16日(月)安達公民館において、生涯学級、女性学級に加え、一般参加者を含む合同特別学習会として、「手ぬぐい帽子」づくりを開催しました。

47名の参加者は針と糸を手に、各自思い思いに2種類の帽子を仕立てました。



### 瓶の中の小さな世界！

10月21日(土)安達公民館で、あだちチャレンジ教室「親子で苔テラリウムをつくろう」が48名の参加により行われました。

テラリウムとは、光が通る密閉された透明なケースの中で、陸上の生き物を育てる方法のことです。今回は小さいガラス容器に土や苔(こけ)を入れ、石と人形で飾り付けを行い、オリジナル作品を完成させました。



### 鉢でガーデン気分 〃

あだち生涯学級では、10月31日(火)安達公民館において、「季節のお花でミニガーデン」と題し、花の寄せ植え教室を開催しました。

28名の参加者はビオラ、なでしこなど5種類の花苗を植木鉢に植え替え、自分好みのミニガーデンを作り上げました。



こんにちは！『上川崎わがみ会』です。

会長の三浦正子と申します。

わたしたちの団体は、千年以上の歴史を持つ上川崎和紙を使って和紙工芸品(押し絵、切り絵、アクセサリー、一閑張など)を楽しく作っている趣味の会です。

毎月第4土日曜日には、「にほんまつ城報館」のマルシェにも出店しています。ぜひ、見学においでください。わたしたちと一緒に楽しみましょう!!

☐問合せ先 上川崎公民館、安達公民館まで

### サークル情報コーナー



○活動日(活動時間)  
毎月第1、第3日曜日(午前9時～正午)

○活動場所:上川崎公民館

### 【12月の行事予定】

- 安達公民館
- 12月 3日(日) にほんまつ食育フェスタ
  - 4日(月)～6日(水) 市民講座  
「初心者向けスマホ教室」  
「もっとスマートフォン教室」
  - 6日(水) まったりニュースポーツ
  - 8日(金) 演劇ワークショップ
  - 11日(月) 女性学級「新聞で1年を振り返ろう」
  - 19日(火) 生涯学級「脳トレ教室」
  - 21日(木) 演劇ワークショップ
  - 23日(土) にこにこブックふれんず
  - 23日(土) あだちチャレンジがらす  
「冬休みプログラミングでお絵かき教室」
  - 27日(水) あだちチャレンジ  
「手作りうどん・ブレイクダンス教室」



※新型コロナウイルス感染症の感染状況によって予定が変更となる場合があります。

- 渋川公民館
- 12月14日(木) ふれあい学級「交通安全教室」
  - 17日(日) 女性学級「工作教室(クリスマス・お正月リース)」
- 上川崎公民館
- 12月13日(水) ふれあい学級  
児童と交流「しめ縄作り」
  - 28日(木) 女性学級(下川崎と合同)  
「正月の生け花」
- 下川崎公民館
- 12月 7日(木) ふれあい学級「レクリエーション」
  - 28日(木) 女性学級(上川崎と合同)  
「正月の生け花」

