



不思議つりぼり



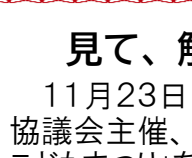
ワクワク工房



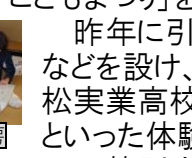
絵本の読み聞かせ



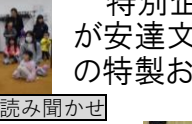
二本松実業高校コーナー



ラジコン操作



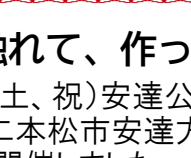
レンガ橋づくり



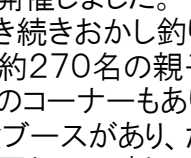
ボンボンかざり



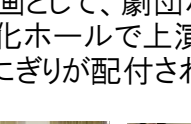
かみしばい



スポーツひろば



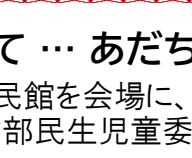
ものづくり体験教室



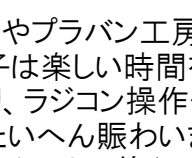
つるの恩返し



二本松実業高校コーナー



射的



キャンダル作り体験

見て、触れて、作って… あだちこどもまつり

11月23日(土、祝)安達公民館を会場に、安達公民館、安達地区社会福祉協議会主催、二本松市安達方部民生児童委員協議会の共催により「あだちこどもまつり」を開催しました。

昨年に引き続きおかし釣りやプラバン工房、新たに「ものづくり体験教室」などを設け、約270名の親子は楽しい時間を過ごしました。また、県立二本松実業高校のコーナーもあり、ラジコン操作やレンガ橋づくり、ボンボン飾りといった体験ブースがあり、たいへん賑わいました。

特別企画として、劇団バクによる着ぐるみ人形劇「つるの恩返し」が安達文化ホールで上演され、終了後には安達地区婦人会手作りの特製おにぎりが配付されました。

第57回安達文化祭

11月2日から4日にかけて安達文化祭が開催され、文化団体による作品展や芸能発表、各公民館学級生による作品展などがあり、多くの方が訪れました。



ふくしま駅伝

11月17日(日)第36回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会が開催され、安達支所前が第13中継所となりました。選手の皆さんを始め、各役員、市民皆様のご協力により、トラブルもなく無事終了することができました。ありがとうございました。



お知らせ

パソコン更新に伴い、編集ソフトが変わり字を見直しました。



「ハッハッハ」で脳が活性化！

11月10日(日)渋川女性学級では、講師に白幡文子さんをお招きし「みんなで笑いヨガ」を開催しました。学級生は、表情豊かに大きな声で笑うことが脳の活性化や免疫力アップに役立つことを学び、運動も交えながら楽しく笑い、日頃のストレスも発散しました。笑う皆さんの門に福が来ますように！



白熱した試合で盛り上りました!!

11月13日(水)、上川崎ふれあい・女性学級は、東和さわやかスポーツクラブマネージャー・佐々木久美子さんを講師に、「ニュースポーツに挑戦！」を開催。ラダーゲッターや卓球バレーに挑戦しました。卓球バレーの試合では、思わず大きな声が出て熱い戦いが繰り広げられました。



冬も元気に！

11月14日(木)下川崎ふれあい学級では東和さわやかスポーツクラブマネージャー・佐々木久美子さんを講師に迎え、モルックを楽しみました。試合中「キャー↑!」、「アー↑!」など、学級生の楽しい声が教室に響きました。そのほか、座って行う運動なども学びました。これで冬も元気に過ごせそうですね。



狙って、狙って、モルック！

11月14日(木)渋川ふれあい学級では「ニュースポーツ体験教室」を開催し、東和さわやかスポーツクラブマネージャー・佐々木久美子さんのご指導により「モルック」を体験しました。学級生は団体戦でゲームを行い、一投一投に歓声を上げながら、和気あいあいと教室を楽しみました。



バスでお出かけ！

11月9日(土)元気いっぱい20名が参加した「あだちチャレンジ教室」は、観光バスをチャーターして見識を深めてきました。

アクアマリンふくしまでは、グループ単位での自由行動のため、あちこち見て回ったり、買い物を楽しんだりしました。

また、いわき市考古資料館では、土器や土偶などを作成する体験活動に楽しく取り組みました。



日頃の備えを再認識

11月13日(水)あだち生涯学級では移動学習を行いました。

まず訪れた震災遺構 仙台市市立荒浜小学校ではボランティアの説明を受けながら、東日本大震災の被害状況と当時の写真とを照らし合わせて見て回り、展示室では震災当時の映像を見て、津波の脅威や教訓を学びました。

午後からは、金運円満などにご利益があるといわれている岩沼市の金蛇水神社を参拝しました。



本とおともだち♪

11月16日(土)安達公民館において開催した「あきのおはなしかい」には4組の親子(10名)が参加しました。秋をテーマとして語り部による「お月さまとうさぎのはなし」などの読み聞かせがあり、子どもたちは真剣に聞き入っていました。

後半は工作の時間として、「クリスマスボックスづくり」を楽しく行いました。

次回「ふゆのおはなしかい」は、年明け1月18日(土)午前10時から開催します!!



塩分控え目の冬野菜料理

11月20日、21日の両日、安達公民館において開催した「冬野菜で減塩料理に挑戦」では、調味料を上手に使った減塩タンドリーチキンほか4品を調理し、試食も行いました。21日には見学で訪れたポラリス保健看護学院の看護学生も参加して、40名(両日合計)の参加者はスパイスなどを利用して香ばしさや食感の良さを感じながら、減塩料理を味わいました。




新そばを召し上がり

安達公民館では、11月10日、24日の2回コースで、市民講座「新そばで手打ちそば道場」を開催しました。

初日の「体験編」では講師のお手本を元に、班分けされた受講生がそば打ちを体験し試食しました。

二日目は「実践編」として、そば粉それぞれの性質や配合、おいしい茹で方や保存方法などの説明を受け、一対一で新そばを打ち自宅に持ち帰りました。参加者からは、「そば打ち」の奥深さを知ることができたといった感想が寄せられました。




けいこさんの部屋

わたなべけいこさんの絵手紙作品は、安達公民館1階ロビーに展示されています。



【1月の行事予定】

公民館	日	内容
○安達公民館	1月12日(日)	安達地域 二十歳のつどい
	15日(水)	あだち生涯学級 「腸活教室」
	24日(金)	あだち生涯学級 「運動不足解消ストレッチ」
	25日(土)	あだちチャレンジ教室 「閉講式」ほか
○渋川公民館	27日(月)	あだち生涯学級 「運動不足解消ストレッチ」
	1月22日(水)	女性学級 「スポーツ(ボッチャ)」⇒
○上川崎公民館	1月14日(火)	ふれあい学級 ～児童との交流～ 「小正月行事・だんごし」
	22日(水)	ふれあい・女性学級 「脳トレーニングでリフレッシュ！」
○下川崎公民館	1月16日(木)	ふれあい学級 「交通安全教室」
	23日(木)	女性学級 「ニュースポーツ スカットボール」↑