



親子で楽しいデイキャンプ

10月19日(日)、市内下川崎地内の「サクラ ブッシュクラフト フィールド」で市民講座「はじめての親子デイキャンプ」を開催しました。8家族、22名が参加し、牛乳パックを燃料に飯ごうでご飯を炊いたり、チリコンカンを楽しむ経験をしました。薪割りやハンモック体験もあり、参加者からは「非常に充実していた」との声が多数寄せられました。自然に触れることができた貴重な一日となりました。



心のままに描こう!

10月2日(木)下川崎女性学級では「ゼンタングル」に挑戦しました。講師のひぐらしきいさんから「ゼンタングルとは何か?」やその描き方を教えていただきました。学級生の



の皆さんはそれぞれ思いのままに集中して作品を描き、素敵な作品が完成しました。ゼンタングルはとっても楽しいですよ!

上杉鷹山を学ぶ研修~米沢市~

10月15日(水) 渋川ふれあい学級では「秋の館外研修」として米沢市を訪問。米沢藩主として行財政改革を成し遂げた上杉鷹山について学習しました。学級生は鷹山所縁の地を辿り、その時代に思いを馳せ、博物館では国宝「洛中洛外図屏風」も鑑賞しました。



認知症を知ろう

10月9日(木)下川崎ふれあい学級では安達地域包括支援センターの庄司健介さんを講師に迎え、「介護予防教室『認知症予防講座』」を開催。物忘れと認知症の違いや難聴との関係を学び、軽い運動やクイズで楽しみながら認知症予防について理解を深めました。



芸術の秋を堪能しました!

10月22日(水)、上川崎ふれあい・女性学級では大山忠作美術館にて「いきものたちとみる大山芸術」を鑑賞しました。菊人形会場では、菊の香に包まれ、美しい菊をまとった人形を見学しました。



浜通りの現状を学ぶ



あだち生涯学級では、9月18日と10月3日に計60名が移動学習に参加。相馬共同火力発電所では二酸化炭素排出削減について学び、「震災遺構」である請戸小

学校では震災の教訓を感じる体験をしました。参加者からは「貴重な体験だった」との声が寄せられました。



素晴らしい和紙作品

あだち生涯学級では10月7日(火)「~和紙で作る~ 一輪挿し掛け軸づくり」を開催し、18名が参加。講師の「工房ゆあさ」湯浅寿夫氏と共に、和紙を使ってオリジナルの掛け軸を作成しました。参加者は好みの型紙を使い、指導を受けながら素晴らしい作品を完成させました。



にこにこブックふれんず



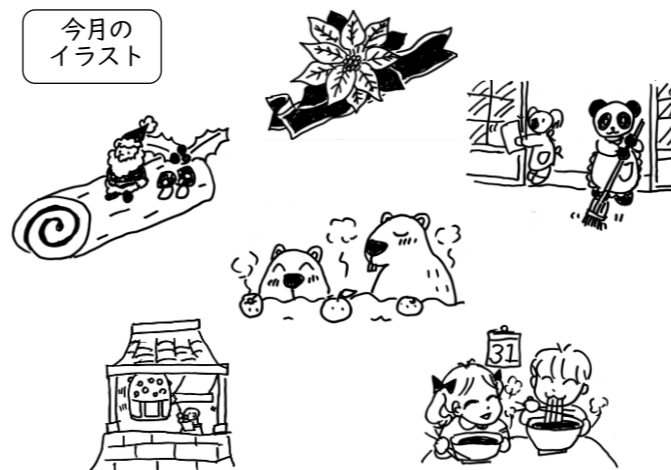
「あきのおはなしかい」が10月18日(土)に開催され、親子22名が参加しました。読み聞かせでは「龍泉寺伊佐沼の龍」などの5冊を楽しみ、工作の時間では個性あふれるハロウィンのキャンディーボックスを親子で仕上げました。



イラストのご協力をいただいております「わたなべけいこ」さんは、現在「絵手紙愛好会」でご活躍中です。なお、絵手紙作品は安達公民館1階ロビーに常時展示されています。



今月のイラスト



モザイクランプをデザインしたよ



第5回あだちチャレンジ教室が10月4日(土)に開催され、23名が参加しました。参加者は、3種のランプから選び、色とりどりのガラス片やビーズを使っ

てオリジナルの模様を作成しました。素敵な作品を自宅でも飾って楽しんでほしいです。



塩分控えて美味しい料理

あだち生涯学級の「適塩料理教室」が10月21日と22日に開催され、合計30名が参加。講師は市健康増進課・国保年金課の管理栄養士。高血圧についての講話後、主菜や副菜を作り、減塩でもおいしい料理を学びました。参加者からは、家庭でも作りたいとの声が上がりました。



【12月の行事予定】

○安達公民館

- 12月 3日(水) まったりニュースポーツ教室「輪投げ」
- 4日(木) 生涯学級「芸術鑑賞 県立美術館①」
- 5日(金) 生涯学級「芸術鑑賞 県立美術館②」
- 20日(土) あだちチャレンジぷらす「親子でお正月かざりをつくろう」
- 25日(木) 生涯学級「フラワーアレンジメント教室」
- 26日(金) あだちチャレンジ教室「福島の魚をさばこう」

○渋川公民館

- 12月10日(水) ふれあい学級「交通安全教室」
- 14日(日) 女性学級「キャンドル」

○上川崎公民館

- 12月10日(水) ふれあい学級 川崎小学校児童と交流「しめ縄作り」
- 26日(金) 女性学級(下川崎と合同)「正月の生け花」

○下川崎公民館

- 12月 4日(木) ふれあい学級「ニュースポーツに挑戦!」
- 26日(金) 女性学級(上川崎と合同)「正月の生け花」

ペーパーファンと和紙の壁飾り

10月26日(日) 渋川女性学級では、本田智子さんのご指導により、色とりどりの折り紙や安達地域の特色を生かした和紙などで飾り付けし、枠にはまらない想像力豊かな壁飾りを作成しました。学級生のみなさん、素敵な壁飾りができましたね!



素敵な寄せ植えできました

10月30日(木)下川崎ふれあい学級では、講師の「ちえのお花屋さん」阿部裕美さんからご指導いただきながら、学級生は色



とりどりの花を使用した素敵な寄せ植えを作りました。この活動を通じて、みんなの気持ちも明るくなりました。