



ベビースタ

# あずまこみゆにてい 10月号

## 【9月・10月の講座の様子です！】

### 介護生活は嫌だ！！「フレイル予防は今」(終了/全5回)

講師:古山 節子 先生 井上 睦士 先生



好評につき後期も開催決定です！

受講生募集中！！

開催日 11月17日、2月8日、1月19日、  
2月9日、3月16日

全5回木曜日

開催時間 13:00～15:00(無料)

### ひざ痛や腰痛 外反母趾の痛みを軽減しませんか！(1回目/全6回)

～整骨院の先生が伝える解決法～

講師:坂本 鋭(さとし) 先生



歩き方を教わったり、先生へ質問したり、60分では足りないくらいの内容でした。

### ～初心者の方でもできる～ 手編み 講座(1回目/全6回)

講師:黒田 俊江 先生



先生も受講生も熱が入りました。先生は熱血指導中です！みなさん、宿題がんばってください！！

## 令和4年 あずま生涯学習センターまつり 開催決定！！

11/3(木)～11/6(日)

茶道体験・文化協会の方々や児童・生徒たちの作品展示、芸能発表や音楽の集い、手作り味噌の味噌田楽の販売などを予定しております。

詳細は、配布済みの「あずまこみゆにてい号外」をご覧ください。

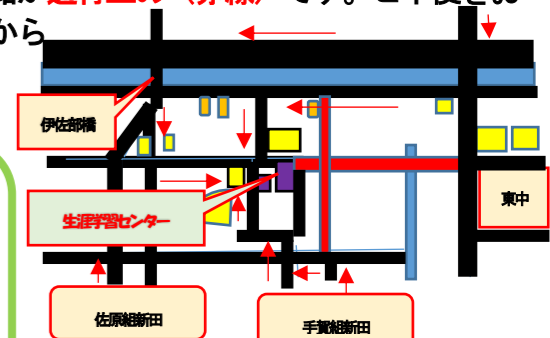
ご希望の方はあずま生涯学習センター窓口にて配布しております。

※ 新型コロナウイルスの感染状況により中止になる場合がございます。

令和5年3月まで 東中学校からあずま生涯学習センターまでの道路が通行止め(赤線)です。ご不便をおかけします。伊佐部橋、新利根川沿い、手賀組新田、佐原組新田からお越しください。

クイズコーナー！！  
味噌田楽にしても美味しいこんにやくですが、こんにやくに含まれる黒いツブツブの正体は何でしょう？？

- ① 土
  - ②こんにやくの皮
  - ③ 海藻
- 味噌田楽、食べに来てね！



裏面もご覧ください。

募集中!

# 門松づくり

明けまして  
おめでと  
う  
ございます

「手作り門松」を飾って、新年を迎えませんか?  
おとな約70cm、中学生以下約40cmを作ります。(一対)

12月18日(日) あずま生涯学習センター

おとな: 9:00~12:00 10名 1000円

中学生以下: 13:00~16:00 10名 500円

(小学生は保護者同席でお願いします。)

講師: センター職員

持ち物: 軍手(手の保護に)・のこぎり・カッター



申込方法: あずま生涯学習センター窓口・電話・FAXにて

締め切り: 12月4日(日) 午後5時まで

募集中!

## 親子で楽しみながらバルンアートに挑戦しよう!!

クリスマスにバルーンを飾って楽しもう!

日時: 12/3 (土) 10:00~12:00

場所: あずま生涯学習センター

講師: 郡司 聖美 先生

募集人数: 幼稚園・保育園児~小学校3年生 親子10組

(応募多数の場合は抽選です。)

参加費: 500円

申込方法: あずま生涯学習センター窓口・電話・FAXにて

締め切り: 11月19日(土) 午後5時まで



募集中! 小学生チャレンジ教室

# 茶道教室!!



日時: 11月27日 12月4日 12月24日

全 3回(日曜日) 10時~12時

場所: あずま生涯学習センター 和室

講師: 吉田茶道教室代表 吉田多嘉子 先生

募集人数: 小学生親子 10組

(応募多数の場合は抽選です。)

参加費: 1,000円

持ち物: ご自宅にある方は、ふくさ(袱紗・帛紗)

と かいし(懐紙)をお持ちください。



申込方法: あずま生涯学習センター窓口・電話・FAXにて受け付けております。

締め切り: 11月13日(日) 午後5時まで



新利根川堤の桜が

咲いています。(10/23現在)

1本だけですが、20輪近く確認できます。  
場所は、センターからハートピア様のわきを通って、堤に突き当たったところです。  
お散歩コースにいかがですか。

白い花ですので、写真では分かりづらいですね。つぼみもありました。

## 食欲の秋だねー



### ご来館のみなさまへ

- ・館内ではマスクの着用をおねがいします。
- ・入館時、体温の測定と、手指の消毒をお願いします。

お問い合わせ先 〒300-0749 稲敷市佐原組新田 1596  
**あずま生涯学習センター** ☎ 0299-79-0053  
 (月・祝日休館) ☎ 0299-79-1793  
 所長 古沢 努  
 担当 山本 益実

いすけのていねいな対応が、利用者様から好評です。また、利用者様とのコミュニケーションを大切にしています。今後も、利用者様のニーズに応じたサービスを提供してまいります。