



あずまこみゆにてい 11月号

【10月・11月の講座の様子です！】

公民館講座

ひざ痛や腰痛 外反母趾の痛みを軽減しませんか！
～整骨院の先生が伝える解決法～(2, 3, 4回目/全6回)

講師:坂本 鋭(さとし)先生



椅子に座る時の姿勢から見直しましょう！！

公民館講座

～初心者の方でもできる～ 手編み 講座～(2, 3回目/全6回)

講師:黒田 俊江先生



×2枚

2回目は六角形の半分の大きさを2枚作りました。
あとは宿題です！



3回目はいよいよつなぎ合わせ始めました！



あずま生涯学習センター講座

介護生活は嫌だ！「続・フレイル予防は今」(1回目/全5回)

講師:古山 節子先生 井上 睦士先生



折り紙のお題は「サンタとトナカイ」です



イナシキッズあずま

皆既月食を観察しよう！！親子講座(11月8日)

講師:幸田 尚志先生 水飼 良一先生



桜川中学校の大きな天体望遠鏡で観察しました！

あずま生涯学習センター講座

手作りおもちゃ5 竹笛・紙ホイッスル(11月12日)

講師:センター職員(山本)



我が子のカッターを使う姿は、何回見てもハラハラするう～。

あずま生涯学習センター講座

どいちゃんと遊ぼう！！「親子スポーツ体験」(11月13日)

講師:地域おこし協力隊 土井畑幸一郎 先生



準備運動をして、ボール投げやまとあて、バスケなど、ボールを使ってたくさん体を動かしました。

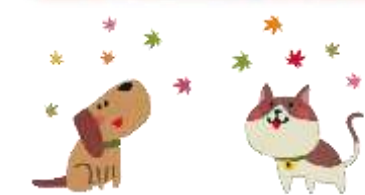


クイズコーナー！

食欲の秋に欠かせないのが、炊きたてのホカホカご飯ですが、「お米をつくるには、〇〇の手間がかかる」と言われています。〇〇に入る数字は次のうちどれでしょう。

- ① 22 ② 88 ③ 99

ヒント:米という漢字の由来になってます。



裏面もご覧ください。



令和4年 稲敷市 あずま生涯学習センターまつりが開催されました！！

新型コロナウイルス感染症の影響で3年ぶりとなりましたが、皆様のご協力により、無事、開催することが出来ました。作品展示や、芸能発表、味噌田楽の販売など、もりだくさんの内容にたくさんの笑顔が見られました。また来年、会いましょう！



開会宣言により、いよいよ開幕！
茶道体験は100人以上の方が体験されました。
展示会場では、児童・生徒たちや文化協会の方々の華やかな作品を大勢の方が見に来られました。



コンニャクと大根のセット
これで100円！

ゆず味噌が大好評の味噌田楽。2日間とも午前中で完売！！



市長も訪問。
愛刀会の皆さんとパチリ！



あそびばコーナーでは、竹とんぼやぶんぶんゴマ、折紙など、たくさんの方に参加していただきました。大人も童心にかえりペーゴマ対決！



稲敷市文化祭 芸能発表会

ホールでも、たくさんの団体の方が、歌や演奏で、文化祭を盛り上げてくれました。



募集中！

やさしい折り紙教室

～お正月らしい和の小物と、かわいいバラの小箱をつくってみませんか～



祝い鶴
風船うさぎ
やさしいくす玉

※内容は変更の場合あり

バラの
ギフトボックス



講師：高城 厚子
日本折紙協会認定講師

日時：令和5年1月8日（日）、22日（日）、2月5日（日）
午前10時～12時

募集定員：一般 15人 受講料：無料 教材費：300円

※問合せ・申込み：あずま生涯学習センター 締め切り 12月25日
電話番号：0299790053 ファックス番号：0299791793

このイベントは、稲敷市文化祭の一環として開催されます。参加費は無料です。お問い合わせは、あずま生涯学習センターまで。電話：0299-79-0053。FAX：0299-79-1793。締切：12月25日。

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
(12/29～1/3 まで休館) 所長 古沢 努
担当 山本 益実