



あずまこみゆにてい 9月号

【7月8月の講座の様子です。】

公民館講座

PPバンド初級編
基礎とコツを学びバッグをつくろう
木曜コース(5回目/全5回)講師:栗山 美佐子先生



詰めの作業。「つめつめ」ご苦労様でした。PPバンドのバッグは、洗えて衛生的なので、夏にぴったりなアイテムですね。たくさん使って下さい！

PPバンド初級編
基礎とコツを学びバッグをつくろう
火曜コース(5回目/全5回)講師:栗山 美佐子先生



さっそくアレンジして制作している方がいらっしゃいました。基礎が学べた証ですね。ちなみに、先生のエプロンは、知人にオリジナルで作成してもらったそうです。すてきでした。

家庭でできるツボ療法を学ぼう！！
(4・5回目/全5回)

講師:関東鍼灸師専門学校 桑原 陽二先生



慢性的なひざの痛みや、胃腸虚弱などのツボを教えていただき、改善が見られた方もいらっしゃいました。ぜひ、これからも継続してください。

免疫力アップ！！ホップステップ健康体操
(6回目/全8回) 講師:多田 久美子先生



多田先生のご指導のもと、音楽に合わせて、体操中！

最後は、マットを使って、体をほぐしながらクールダウン！

残り 2回、がんばりましょう！！

あずま生涯学習センター講座

楽しい ハーモニカ 教室(5回目/全5回) 講師:砂川 ひろみ先生



最終日です。受講生の皆さんが一人ずつ演奏しました。(写真はその様子を1枚にまとめたものです)最後に砂川先生の模範演奏です。

今できるフレイル予防・改善(4回目/全5回)



講師:古山 節子先生 井上 陸士先生
4回目のフレイル講座です。時折雨が降り、蒸し暑い日でしたが、元気いっぱい受講しました。折り紙(八角箱)、家でもできる体操、フレイル体操を行いました。

ハーバリウムで夏を感じよう！(8月5日)



親子で協力して涼しげな作品ができました。



砂やビー玉、保冷材や、アロマオイルを入れて世界に一つだけの作品になりました。



講師:長島 久美子 先生



最後に、抽選会を行い、先生作りのキャンドルをいただきました。

クイズコーナー

秋の夜長に聞こえる虫の声に、風情を感じる季節になりますが、そもそも虫の声が聞こえるのは、日本人とポリネシア人のみで、西洋人には聞こえない。○か×か！？



裏面もご覧ください。

**いよいよ令和5年度後期センター講座
の募集が始まります！！**
お申込み・お問い合わせは、
あずま生涯学習センターまでご連絡ください。



待ってるにゃ！

あずま歴史探訪（東地区の歴史を知る） **募集中!**

東地区には素晴らしい史跡があるのをご存知ですか。
いつもは見逃している景色をバスで巡ります。

日時：10月17日(火)
あずま生涯学習センター 8時50分集合
講師：姥貝 守先生
行程：センター(発)9時～横利根閘門～満願寺～
観音寺…大宮大神～歴史民俗資料館～センター(着)



大宮大神 山門

募集人数：20名
参加費：無料



満願寺 山門



稲妻雷五郎の碑

12時頃予定

締切
10/3(火)
17:00 まで

素敵な 折り紙 教室

どれも基本の鶴折りからのアレンジです！
秋から冬のイベントの小物をつくりましょう。

鶴折りの小物

椿の花



募集中!

日時：10/8、15、22 日曜日 (全3回)
10:00～12:00 あずま生涯学習センター 研修室
講師：日本折紙協会認定講師 高城 厚子先生
募集：中学生以上 12名

参加費：無料
材料費：300円

締切
9/24 (日)
17:00 まで

かぼちゃのバスケット

クリスマスリース



募集中!

初心者でも簡単!



ちりめん細工～雛の一本飾り～

日本の伝統文化「ちりめん細工」を一緒に学びませんか?

日時：10/11、25 11/8、22 12/6、20

水曜日 (全6回) 10:00～12:00

あずま生涯学習センター研修室

講師：人形作家 喜多川 祥子先生

募集人数：10名

参加費：無料 材料費：3,000円

持ち物：裁縫道具・紙きりハサミ 等



拡大図

締切 9/27(水)
17:00 まで

**募集中! はじめての
羊毛フェルト**

専用の針で羊毛をチクチク刺し固めながら作ります。
コツをつかめば、アレンジ自在!!



日時：10/27 11/10、17 12/1 金曜日 (全4回)

13:00～15:00 あずま生涯学習センター研修室

講師：伊藤 裕美先生

内容：①アクリル羊毛の小物づくり ②ウール羊毛の動物づくり (土台)
③ウール羊毛の動物づくり (仕上げ) ④クリスマス・オーナメント

募集：8名 参加費：無料 材料費：1,500円

締切 10/13 (金)
17:00 まで

募集中! 初心者限定! スマートフォン講座～基本を学ぼう～

スマホにしかけど電話しか使っていない方、大文字・小文字って何?の方、待ってます!

日時：10月4日、10月18日(水曜日)10:00～12:00 あずま生涯学習センター研修室

講師：元地域おこし協力隊 瀬谷 勇先生

受講料：無料

募集定員：10名(応募多数の場合は抽選)

講座内容：①詐欺被害にあわないために ②アップデートの必要性と仕方

③ラインの使い方 ④カメラ機能の使い方

⑤WiFiの有用性と接続方法

(前回のスマホ講座に参加された方のご応募は、ご遠慮ください。)



締切 9/20(水)
17:00 まで

※いずれの講座も、応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

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 梶野 恵子
担当 山本 益実

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 梶野 恵子
担当 山本 益実