



ふ で か げ

生涯学習の主役はあなた!

# 須波コミセンだより

みんなで創造  
生きがいロマン

## 須波ふれあいフェスティバル

1月26日(日)、「須波ふれあいフェスティバル」が行われました。会場の須波小学校では、もちつき体験やバザーで賑わいました。



とんどの前で、5・6年生による「須波っ子太鼓」の音が響き渡り、児童の皆さんからは、地域の方や今まで支えて来てくださった方への感謝の言葉がかけられました。その後、無病息災を願う、とんどの炎が空高く燃え上がりました。



### アルマさんと学ぶ 英会話体験教室

日時: 2月15日(土)  
3月1日(土)

募集

小学1~3年生 13時30分~14時30分  
小学4~6年生 14時30分~15時30分  
場所: 須波コミセン ☎67-0512  
定員: 各10名



### 八潮でジャム&クリーム作り

日時: 3月10日(月)  
13時30分~16時

場所: 須波コミセン  
対象: 大人  
費用: 600円  
定員: 18名  
準備物: エプロン・三角巾  
ふきん



### 体験! ヒップホップダンス

日時: 2月15日(土)  
3月1日(土)

15時45分~16時45分  
場所: 須波コミセン  
対象: 小・中学生  
定員: 20名

申し込み先は、須波コミセンまで  
Tel 67-0512

### 教室紹介

### 身近な薬草研究会

身近にある薬草、野草をどのように料理したら美味しく食べることができるかを研究しています。無農薬で自然の薬草、野草に多く含まれるミネラル、ビタミンを摂取して病気の予防、健康の維持を目指しています。会員の中には、糖尿病や花粉症、腰痛が改善した等の報告があります。毎回調理後は、豪華な昼食、楽しい会話で盛り上がっています。

毎月第2・4土曜日 午前9時~12時頃。  
申し込みは、須波コミセンまで。

献立: 七草がゆ、薬草カレー、天ぷら、寿司  
薬草: セリ、ナズナ、タンポポ、ノビル、クコ



### 今年も届いた おせちのまごころ便



年の瀬の十二月二十八日から三十日まで、コミセンや公民館では、お正月のおせち料理作りで二十五年を締めくくりました。民生委員やボランティアの皆さんがおせち料理に腕を振るい、お正月を一人で過ごされる方に届けられました。