

南方コミセンだより

第186号

平成 26年9月1日

南方コミュニティセンター

TEL 86-4858

親子食育クッキング

7月21日(月)食生活改善推進員の皆さんの指導で、親子食育教室を行いました。親子23人が参加して4品目の料理に仲良く挑戦しました。エプロンに三角布姿のかわいい調理師さん達が大活躍です。お母さんも横から少しお手伝い。調理室も和やかな雰囲気の中、次々と料理が出来上がりました。料理を目の前に全員でにっこり《ハイチーズ》暑い夏もおいしく食べて、夏を元気に乗りきりましょう。

メニュー

やっさ パエリア

ひじきのごまサラダ

新タマネギのみそ汁

杏仁豆腐



美味しい食事を目の前に



陶芸教室 (子ども体験講座)



受講者作品

トン・トン・トン 南方コミセン研修室に粘土をこねる音が響きました。7/29(火)と8/9(火)2日間松田先生の指導で、マグカップ・湯呑み・花瓶のいずれかを選び陶芸体験を行いました。初日は粘土のブロックを丸棒や素手でたたいて平に伸ばし空ビンに巻きつけて形にしました。2日目には本体に絵具(陶芸専用)を使い図柄を書き釉薬液(ゆうやく)に浸けて乾燥させます。思った以上の出来栄えに参加者も満足そうでした。

竹細工教室 (南方小学校・長寿会・西長寿会)



8月21日(木)9:30から南方地区の長寿会と西長寿会の皆さんによる竹細工教室が行われました。南方小学校4年生17人が参加し、切り出しナイフを使って根気強く水鉄砲・花受け・お箸づくりに挑戦しました。長寿会の皆さんの優しく丁寧な指導で怪我もなく立派な作品ができました。

☆ お知らせ ☆

南方コミセンの玄関にAEDが設置されました。
これに伴い AEDの実施講習会を行います。

日時 9月29日(月) 10:00~11:00

是非ご参加ください。(申込み先 南方コミセン ☎86-4858)



今後の体験教室のご案内

◀ 男性料理教室 ▶

日時 9月26日(金) 10:00~12:00

場所 南方コミセン 調理室

参加費 材料費500円・受講料100円

持参物 エプロン・三角巾・マスク・タオル

申込み先 南方コミセン 86-4858

みんなで ^{いきいき} ◀ 生き生き健康体操 ▶

日時 10月24日(金) 13:30~14:30

場所 南方コミセン 大ホール

受講料 100円

講師 大植 陽子さん

持参物 タオル・水分・バスタオルかヨガマット



9月の利用予定 (8月20日 受け付け分まで)

日	曜	利用団体名又は行事名	日	曜	利用団体名又は行事名
1	月	マーガレット・気功・絵手紙・アミューズ・カラオケ	16	火	愛基会・リフレッシュ3B・空手
2	火	愛基会・リフレッシュ3B・空手	17	水	食推・すみ絵・MTハンダース・秀諒会
3	水	MTハンダース・民謡秀諒会	18	木	麵打ちクラブ・太極拳
4	木	本郷邦楽同好会・太極拳	19	金	ビーズ教室・クイーンクッキング
5	金	南方地区社協	20	土	貞丸クラブ・アットホーム
6	土	貞丸クラブ・アットホーム	21	日	南風エイサー隊
7	日	南風エイサー隊	22	月	マーガレット・絵手紙らんど
8	月	マーガレット・絵手紙らんど	23	火	愛基会
9	火	愛基会・空手同好会	24	水	ひだまりサロン広井
10	水	クイーンクッキング	25	木	カンフークラブ
11	木	カンフークラブ	26	金	男性料理教室(体験講座)・すみれ会
12	金	ビーズ教室・女性会・すみれ会	27	土	STJ・ビーチバレー
13	土	STJ・ビーチバレー	28	日	カラオケ発表会
14	日	敬老会準備 暮沼女性会	29	月	AED講習会・気功・マーガレット・アミューズ
15	月	敬老会・南方カラオケ	30	火	愛基会・空手同好会

コミセンの利用・ご意見・ご要望等 お気軽にご相談ください。

南方コミュニティセンター

☎ 86-4858

生涯学習相談員 竹之内 昇

名越 理恵