



# 本郷生涯学習センターだより

## NO.147 (平成29年9月1日発行)



### ～8月2日に行った「すまいる似顔絵講座」の様子～



講座には 11 名の参加がありました。「楽しむ心・思いやる心」を大切に似顔絵を書こう!という講師の言葉が印象的でした。



### 9月の「体験講座」の案内

#### たのしく脳活よくばり講座 ～脳と体と心の「3つ」を元気にする～

日時：9月19日(火) (13:30～15:00)  
場所：本郷生涯学習センター(多目的ホール)  
講師：篠原 高英さん(シナプソロジーインストラクター)  
参加費：受講料 100 円  
募集人数：20名(申込先着順)  
募集対象：大人  
持参品：運動しやすい服装と靴, タオル, 飲み物  
申込期間：9月1日(金)～9月18日(月)

### 親子ふれあい教室(陶芸)を開催しました。 ～7月28日, 8月23日～



☆子ども13名, 大人6名が参加し, 親子でマグカップを作りました。  
(青少年育成三原市民会議本郷支部主催 共同募金事業)

### 親子ふれあい教室(竹とんぼ・輪ゴム銃作り)を開催しました。 ～8月7日～



☆子ども17名, 大人9名が参加し, 親子で竹とんぼ・輪ゴム銃づくりを楽しみました。  
(青少年育成三原市民会議本郷支部主催 共同募金事業)

### これからの「体験講座」の予定

#### 型絵染め講座 ～染物の奥深さに挑戦～

「ティーマット」を作ろう!  
～ 染め方も使い方も,  
アイデア次第です



日時：10月10日(火) (13:30～16:00)  
場所：本郷生涯学習センター(工芸室)  
講師：金光 康子 さん  
参加費：受講料 100 円, 材料費 1,300 円  
募集人数：15名(申込先着順)  
募集対象：大人  
持参品：エプロン, タオル, 霧吹き(あれば)  
申込期間：9月1日(金)～10月2日(月)

### たのしみながら「ロコモ体操」

ロコモ体操～運動器の働きを向上させるプログラム

日時：10月25日(水) (10:00～11:30)  
場所：本郷生涯学習センター(ギャラリー)  
講師：向田 香織 さん  
参加費：受講料 100 円  
募集人数：20名(申込先着順)  
募集対象：大人  
持参品：タオル, ヨガマット(あれば), 飲み物  
申込期間：10月2日(月)～10月23日(月)

### 本郷図書館からのお知らせ

#### 『読書のすすめ ～敬老の日～』

中・高年の方々に読書を楽しんでいただくための本をご用意しています。  
心豊かに, 生涯読書を楽しみましょう!



三原市立本郷図書館 85-0703



# 主催講座・自主講座のご案内



H29年9月の講座・同好会(各研修室・調理室・工芸室・情報学習室・多目的ホール・展示ギャラリー)

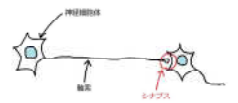
日	曜	講 座	日	曜	講 座
1	金	押し花で飾ろう(主) IT きらら 中国語 リコーダー(主) ホームベーカリー	16	土	レイフラワー本郷 暮らしの筆文字(主) なでしこクック
2	土	暮らしの筆文字(主) レイフラワー本郷 原爆被爆者之会 大人と子供のアート教室	17	日	らくらくインターネット 三原盆栽会
3	日	らくらくインターネット	18	月	PC 初心者(主)
4	月	PC 初心者 絵笑の会 いないないばあ	19	火	食育クッキング(主) 老大 PC むくげの会 絵画 PC-A VMC 手話おおぞら
5	火	食育クッキング(主) 老大 PC PC-A VMC むくげの会 絵画 手話おおぞら	20	水	茶道(裏)(主) フォークダンス アートフラワー 実用 PC IT さくら 老大料理
6	水	茶道(裏)(主) フォークダンス ラビアン アートフラワー 実用 PC IT さくら 老大料理	21	木	囲碁講座(主) PC 初級(主) ちゅうりっぷ たのしむ絵画(主) 書道
7	木	囲碁講座(主) PC 初級(主) パンベール たのしむ絵画(主) 書道	22	金	コーラスほほえみ ベーキングラブ
8	金	コーラスほほえみ	23	土	茶道(表) かな書道 PC シニア
9	土	茶道(表) かな書道 PC シニア	24	日	
10	日	人物描こう会	25	月	トールペイント
11	月	絵笑の会 アンパンマン ハワイアンキルト	26	火	ハングル初心者(主) やさしくストレッチ(主) ヨガ A、C ムグンファ 英会話 PC 中級(主) ボジーが新高・本郷
12	火	ハングル初心者(主) やさしくストレッチ(主) ヨガ A、C ムグンファ 英会話 ろうの華 PC 中級(主) ボジーが新高、本郷 ゆめふうせん	27	水	ヨガ B あひるの会 PC-B ラビアンローズ たのしく英会話(主) 歌声のチカラ(主)
13	水	ヨガ B あひるの会 PC-B ラビアンローズ たのしく英会話(主) 歌声のチカラ(主) 沼田川ファミリークラブ	28	木	基礎からの書道(主) IT さわやか 書道 シュタイナー
14	木	基礎からの書道(主) IT さわやか シュタイナー	29	金	リコーダー(主) コーラスほほえみ
15	金	リコーダー(主) 押し花(主) IT きらら 中国語 ローズパン	30	土	茶道(裏)(主) 老大料理

## (主) 主催講座

たのしく脳活よくばり講座の「シナプソロジー」とは

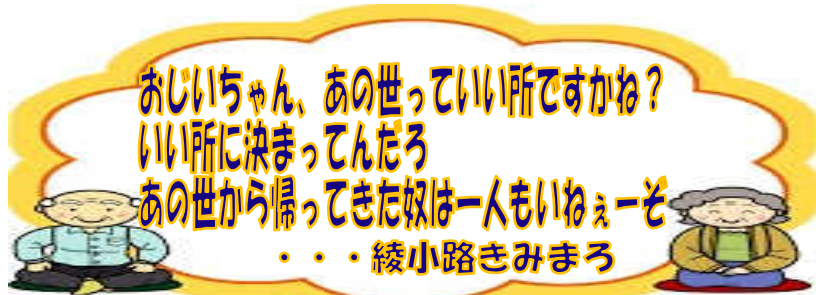
「脳が喜ぶ」「笑顔が生まれる」脳を活性化するプログラム。  
認知機能アップ、判断能力・反応時間の向上などに効果あり。

脳を活性化するには  
手を使うことや声を出すことが重要。  
新しい刺激、習慣でないことを行うと、  
脳は「間違え、考え、戸惑い」  
混乱して、適応しようと脳神経の  
シナプスが繋がり、脳がフル回転して活性化。



プログラムの構成

基本動作 × **感覚器刺激** + **認知機能刺激**  
 聴覚、視覚 記憶、学習、思考  
 嗅覚、味覚、触覚 注意・集中、言語  
 空間認知  
 スパイスアップ (刺激の変化)



## 9月の催し物

月 日	曜	開始時間	催し物	主催者	会場	お問合せ
9月 3日	日	14時	第18回 定期演奏会	三原高校器楽部 OB 会	に	—
9月 18日	月	9時15分	本郷地区 敬老会	本郷地区社会福祉協議会	に	—
9月 19日	火	13時30分	たのしく脳活よくばり講座	本郷生涯学習センター	多	85-0701
9月 23日	土	14時	オータムコンサート♪	柳川 豊香	多	—

問い合わせ 本郷生涯学習センター TEL 85-0701 生涯学習相談員 角島・荻山

