

生涯学習のすすめ...
心わくわくいきいきライフ

宮浦コミセンだより



7/24 紙のステンドグラス ～ローズウィンドウ～



7月24日の月曜日、紙のステンドグラス～ローズウィンドウ～の体験講座がありました。ローズウィンドウ作家の村尾きみかさんデザインの図案から好きなものを選び、好みの色の紙をハサミやデザインカッターで切り、3枚の紙を重ね合わせて作品を仕上げます。光に透かすと浮かび上がるデザインに感嘆の声。夏休み中だったので、親子で参加された方も素敵な作品を仕上げてもらいました。



★次回は、12月「冬の窓飾り」を予定しています。
クリスマス飾りにしても素敵ですよ。

参加者募集！あなたも体験してみませんか？

いきいき100歳体操



6月の地域健康度測定会で紹介していただいた「いきいき100歳体操」を地域の民生委員 牧野さんのお世話で実施中。どなたでも参加できます。お気軽にどうぞ。

実施予定日 9月の毎週金曜日13:30～(30分程度)

実施場所 宮浦コミセン1階 図書室

※参加希望者は、直接会場へどうぞ。



8/19 そば打ち体験試食会



8月19日(土)そば打ち体験試食会がありました。ご夫婦や親子連れの方も参加され、「三原そばの会」のマンツーマンの指導で、そば打ちを体験されました。打ったそばは、お土産に。試食には、そばの会の方が実演で打ったおいしい新そばをいただきました。



8/5 中央公民館の平和イベント【読み語りと音楽の集い】

8月5日の平和イベントには、宮浦コミセンからウクレレB「4strings」と歌声教室「野の花」が参加し、渡辺先生の進行でイベントを盛り上げました。



基礎から学ぶ 日常英会話



英会話初心者のための講座です。あなたも始めてみませんか？

日時 10月2日(月) 13時30分～15時

定員 20人(申し込み先着順)

講師 デレッシュ濱元鈴子さん

持参物 筆記用具(辞書等あれば)

対象 大人(申し込み先着順)

参加費 受講料100円

申し込み 9月1日～29日まで



★次回の予定は、11月6日(月) 12月まで毎月第1月曜に開講
受講者が集まれば、来年5月から連続主催講座として開講予定

ベビーマッサージ& ママのリラクゼーションストレッチ

日時 9月8日(金)

①10時～11時 ②11時～12時

場所 宮浦コミュニティセンター1階和室

対象 ①3ヶ月～6ヶ月の子と保護者

②7ヶ月～11ヶ月の子と保護者

参加費 親子で受講料200円+オイル代200円(希望者)

持参物 レジャーシート・バスタオル・タオル

定員 各8組(申し込み先着順)

講師 O~chal(お~ちゃん)の皆さん

申し込み 9月1日(金)～9月6日(水)まで



★次回予定11月10日(金) ①10時～ ②11時～