

ねっとワーク・いわき

～ 公 民 館 活 動 情 報 ～

弘前市立中央公民館岩木館 発行
弘前市大字賀田一丁目18-3
Tel.82-3214 Fax.82-3426

参加者募集

大人のまなびば

夏をエンジョイ！^{くんせい}燻製体験

【日 時】 6 月 27 日 (金)

19 時 00 分

～

21 時 00 分

【会 場】 中央公民館岩木館 2階調理実習室

【講 師】 燻製所トパーズ 成田 修さん

【対 象】 岩木地区在住の方

【参加費】 1,000 円 (燻製材料費として)

【持ち物】 エプロン、三角巾、飲み物

燻製してみたい(加熱しなくても食べられる)食品をひとつ

※詳細は別紙の募集チラシをご覧ください。

●●●● 公民館の各事業が始まりました！ ●●●●

おもと

万年青大学 開講式

4月23日(水)に開講式を行いました。各クラブの講師紹介後、弘前市西部地域包括支援センターの石山唱子さんを講師に玄米ダンベルを使った介護予防のための体操を行いました。開講式後は各クラブごとに打ち合わせを行い、5月からの本格的な活動スタートに向け連携を深めていました。



ミニ講座の様子



おおむね 60 歳以上の方であれば、どなたでも申し込み出来ます。経験がなく不安という方は見学からでもOKです。興味のある方は、お気軽に岩木館にお問い合わせください。

【クラブ一覧】 音楽・書道・フラ・水中ウォーク・ユニカール・グラウンドゴルフ

大人のまなびば 「初めてのそば打ち体験」

そば打ち初心者を対象に十割のそば打ち体験を行いました。講師は手打ち十割そばの家「ひとやすみ」の畠山弘樹さんです。そば粉を混ぜ熱湯少々と水を入れてこねた後、棒でのばし、更にのばした生地をたたんで切りました。

切ったそばは持ち帰り、講師が打ったそばを試食しました。

参加者からは「そば粉や道具はどこで買えるのか？」などの質問や「家でも作ってみたい」などの感想が寄せられました。



伝統文化学習講座



岩木小学校から各講座を開始しました。津軽中学校、常盤野小中学校も順次、開始予定です。

受講した児童、生徒は若干、緊張の表情がうかがえましたが、講師の指導を受け、熱心に取り組んでいました。

【伝統文化学習講座とは】

岩木地区の各小中学校で、子どもたちへ郷土に伝わる伝統文化に親しんでもらい継承していくことを目的に平成7年から実施しています。

今年度は登山ばやし・津軽三味線・こぎん刺し・あけびづる細工・ねぶた絵、郷土料理の6講座の講師を各小中学校に派遣しています。

参加
無料

26日(木)『あんよセラピー講座』

お子さまと一緒に親子体操やマッサージなど足からの健康を楽しく学びましょう。事前申し込みの上、ご参加ください。

【講師】スマートフットワーク代表
フットセラピスト 境 江利子さん
【会場】中央公民館岩木館 1階大和室

【時間】10:15～11:15

【対象】乳幼児と保護者

【持ち物】汗拭きタオル、おやつ、飲み物

動きやすい服装でご参加ください。

申し込み締め切り:6月 19 日(木)岩木館まで
お申し込みください。

【お問い合わせ先】中央公民館岩木館 TEL 82-3214

筋力向上トレーニング教室

《6月の開催日》13:00～14:00

① 3日(火) ② 10日(火)

③ 17日(火) ④ 24日(火)

【会場】中央公民館岩木館2階大ホール

※3日(火)・10日(火)は岩木庁舎で開催

【講師】整骨院・接骨院の柔道整復師

【対象】65歳以上の弘前市民

【持ち物】汗拭きタオル、飲み物、マスク(推奨)

【お問い合わせ先】弘前市介護福祉課 TEL.40-7072

鳴海要記念陶房館

※開館時間:9:00～16:00 休館日:火曜日

◆ みんなで作る簡単 着物リメイク

【日時】6月 11 日(水)・12 日(木)
10:00～15:00

【主催】佐藤 ちづ子さん

【参加料】2200 円(参加費)+ランチ・飲み物代

【持ち物】布、ミシン他、詳細はお電話でお問い合わせください。

◆ 龍と光のクリスタルガーデン・6人展

【日時】6月 16 日(月)～22 日(日)
9:00～16:00 ※17日(火)休館日です。

【出展者】村上 里美さん、當麻 恭子さん
小澤 寿会さん、蛸名 有紀子さん、
佐藤 会津子さん、佐藤 裕子さん

【内容】サンキャッチャー、針金アート、水晶の
ビーズ細工の展示、販売

◆ 前掛けバック展～おもしろ前掛けの展示～

【日時】6月 30 日(月)～7 月 13 日(日)
9:00～16:00

※7月1日(火)・8日(火)は休館日です。

【主催】船木 利雄さん

【内容】前掛けバックの販売とおもしろ前掛けの
展示

◆ こぎん刺し体験と小物販売

【日時】6月 8 日(日)・22 日(日)
10:00～15:00 随時受付
最終受付:14:30

【主催】岩木かちやらず会

【体験料】250 円～(コースター・栞)

【お問い合わせ先】鳴海要記念陶房館 TEL.82-2902
※ホームページ・フェイスブックあります。

集いの場 かだるんるん♪

参加
無料

【会場】パインハウス岩木
【日時】6月 11 日(水)・25 日(水)
13:30～14:30

【持ち物】汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

【内容】玄米ダンベル体操・音楽に合わせて
ストレッチ・座談会等

【参加にあたり留意いただきたい点】

- ・参加時はマスク着用、手洗い等の感染症対策にご協力をお願いします。
- ・体調や体温等を記録させていただきます。
- ※感染症感染拡大状況によっては中止または変更して開催する場合があります。ご了承ください。

【お問い合わせ先】弘前市西部地域包括支援センター TEL.82-1516

記事の募集をしています！

活動記事や事業写真など
気軽にお寄せください。



締切は
毎月 10 日です

☆中央公民館岩木館ホームページ
にバックナンバー掲載中

<http://www.city.hirosaki.aomori.jp>

