

東野校区公民館
休館日 毎月第3日曜日
他に全館清掃日等
を臨時休館します

ひまわり館 東野 だより

第127号
2017/11/15
小都市三沢 83-1
TEL&FAX 75-7066
担当 渡邊

秋 主催講座の御案内 学

★生き生き健康講座★ バス研修「嶋田病院見学」

日時：11/22(水) 9:00~12:00
場所：嶋田病院 無料 11/18×切
募集 若干名 お問合せ下さい！
内視鏡センターを中心とした病院見学ツアー
です。検査食の試食や筋肉量の測定を行います。
ひまわり館よりバスで行きます。
8時半集合

♪手作り発酵食品シリーズ♪ キムチ作り講座

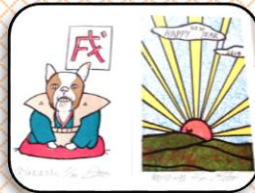
日時：12/7(木) 10:00~12:00
場所：ひまわり館東野 料理室
材料費：500円程度
定員：10名 要予約！ 11/30×切
持参品：エプロン・三角・布巾・台ふき
美味しいキムチ作りにチャレンジ！！

クリスマスの伝統的な飾りとしてリース
とともに人気のスワッグ！
スワッグとは、「壁かざり」です。飾る
だけでクリスマス気分が盛り上がります！

11/22(水)開催の「くすり博物館見学とお屠蘇
作り講座」は、好評につき定員に達しました！

★ペーパースクリーン版画で 年賀状作り講座★

日時：11/30(木) 13:30~16:30
場所：ひまわり館東野 学習室1
材料費：100円 11/24×切
定員：15名 要予約！
講師：光武栄一さん
持参品：新聞紙・エプロン
昔のガリ版刷りを応用した
版画です。
手作りの年賀状で新年を！



成年！

🌸ポタニカルライフ講座🌸

②クリスマス飾り スワッグ作り
12/2(土) 10:00~11:30
③お正月寄せ植え講座
12/15(金) 10:00~11:30

場 所：ひまわり館東野
材料費：②1,500円 ③1,800円
定 員：②10名 11/25×切
③15名 12/8×切 要予約！
見本は月末頃に公民館に展示！



🌸 前回の寄せ植えの様子 🌸

10月中旬~11月の主催講座の御報告

10/19 多肉植物寄せ植え&ハンギング作り講座



多肉植物の寄せ植えとハンギングの網を作りました！

10/30、31、11/7 みそ作り講座



毎年大好評のみそ作り講座！！小郡産の大豆を使い、今年も美味しいお味噌が出来ました！

10/13、11/9 顔ヨガ講座



顔の筋トシ 顔ヨガ！！継続は力なり！
毎日継続していくと必ず効果があります！

🌸館内清掃・消防訓練🌸



当館ご利用のサークルの方々にご協力頂き、
館内清掃を行いました。
清掃後は、参加者全員で消防訓練を行いました。
雨の中、ご協力ありがとうございました。

10/25 健康講座「歩くための健康ストレッチ体操」



歩くことの大切さを学びました！

11/9 かたらしてカフェ 丸山病院見学



かたらしてカフェで丸山病院を訪問！
在宅医療や介護サービスについて学びました！

11月中旬~12月の予定表

月	日	曜日	行事
11	16	木	つどいの広場「離乳食教室」 アンチエイジング講座②「アロマの熟睡術」
	19	日	休館日
	22	水	生き生き健康講座「嶋田病院見学」 お屠蘇作り講座
	24	金	陶芸教室
	25	土	つどいの広場「木工教室」
	26	日	サークル連絡協議会
	30	木	ペーパースクリーン版画「年賀状作り」 つどいの広場「ベビーマッサージ」

月	日	曜日	行事
12	2	土	ポタニカルライフ講座②「スワッグ作り」
	6	水	そば打ち講座
	7	木	発酵食品講座「キムチ作り講座」
	12	火	男の料理教室
	14	木	かたらしてカフェ
	15	金	ポタニカルライフ講座③「お正月寄せ植え講座」
	17	日	休館日
	20	水	そば打ち講座
12/28~1/4 は年末年始のため休館いたします。			

講座の予約・問合せはひまわり館東野へ

電話(75)7066