

東風 (こち)

北広島市HP
生涯学習振興会
のページへ



発行
東部地区生涯学習振興会
発行責任者 井上 清人
北広島市朝日町5丁目1-1
(北広島市中央公民館内)
TEL/FAX: 372-3332

東部地区生涯学習振興会だより第7号 令和7年12月1日発行

12月以降の今年度事業予定

●事業の内容等、詳細は「募集チラシ」をご覧ください。

月日	曜	事業	募集期間	主な内容
12/6	土	クリスマス飾り教室 【地域コミュニティ】	募集終了	・9:30~12:00 講堂 【内容】生花を使ったスワッグの制作 【講師】うえはら生花店より
12/20	土	クリスマス ・フェスティバル 【地域コミュニティ】 	12/2 ~ 12/16	・13:00~15:00 講堂 【出演】東部中学校合唱部・北広島高校吹奏楽局 The City Hall ★ Stars 【内容】①点灯式・開会式 ②東部中合唱部発表・北広高吹奏楽局発表 The City Hall ★ Stars 発表 ③Xmas ソングを歌おう ④フィナーレ 【協力】※稲穂保育園の園児のみなさんが作品展示・ツリーの飾りつけで協力してくれます。
1/9	金	冬休み おもしろ音楽教室 【生活文化】	12/2 ~ 12/18	・10:00~12:00 東部中音楽室 【内容】和楽器「箏」の演奏体験 対象小4~小6 ①中学校和楽器の授業に役立つ「箏」体験 ②日本の伝統楽器である「箏」に触れ、演奏を楽しもう。 【講師】東部中学校 音楽科教諭 中本早紀先生
1/21	水	きたひろおやき教室 【生活文化】	12/2 ~ 1/7	・10:00~12:00 学習室1・調理室 【内容】○北広島産の米粉を使った生地で、新グルメ「きたひろおやき」づくりに挑戦します。 【講師】平山商店 平山ゆかりさん
1/24	土	ポッチャ交流会 【スポ・レクリエーション】	12/2 ~ 1/14	10:00~12:00 中央公民館講堂 【内容】○ポッチャ体験と大会 ○2~3名1チームによるトーナメント戦
2/4	水	スノーシューで冬芽と動物の足跡発見 【スポ・レクリエーション】	1/6 ~ 1/27	・10:00~12:00 総合体育館集合⇒レクの森 【内容】スノーシュー体験・冬のレクの森を木の芽や動物の足跡等を観察しながら散策します
2/7	土	東部アダプテッド・スポーツ交流会 【会場：東部小】 【スポ・レクリエーション】	1/6 ~ 1/27	・9:00~13:00 東部小学校体育館 【内容】○フロアカーリング、ポッチャ、リアル野球盤のチームトーナメント戦 ○総合得点によりチーム表彰があります ○お楽しみ抽選会・お汁粉提供

※申込期間中の(日)・(月)や年末年始休業期間は、電話申込ができませんのでご了承ください。
※留守電に入れて折り返しを希望する場合は、ご自分の電話番号も音声で録音ください(ナンバーディスプレイ非対応のため)

※募集要項の詳細は、「町内会回覧・学校配布案内チラシ(二次元コード申込が可能)」等でご確認ください。

【事業の申込・お問い合わせは】東部地区生涯学習振興会まで
TEL/FAX: 372-3332 (電話は火~土 9:00~15:30)
Mail: chuoad@civ.city.kitahiroshima.hokkaido.jp

年末年始のお知らせ

12月28日(日)~1月5日(月)

の間お休みさせていただきます。

一年間お世話になりました。

来年もよろしくお祈りします。



事業報告（10月下旬～11月初旬）

●「健康教室」 10/28（火）参加者6人

- 目的** 健康に関する講義・実技を通して、参加者自らが、自己の健康維持、意識を高め、参加者同士の交流を深める。
- 講師** シンコースポーツ北海道(株) 健康運動指導士 柳沼 浩さん
- 内容** ○正しい姿勢と腹式呼吸・きたひろげんき体操
○運動の効果と最新情報・正しい歩き方のポイント 等



- 参加者の声** ○姿勢、運動、食事等、とても参考になる話が聞けて良かった。
○運動と同時に1つ1つのストレッチの動きの理論（説明）が大変納得することばかりだった。
○歩き方は、目からウロコ状態です。車ばかりの移動で運動ゼロの日々なので、健康の為に、ウォーキングから始めたいと思います。テレビを見ながらできる「ストレッチ」も良いですね。

●健康マージャン教室 10月毎週木曜 ①10/2 ②9日 ③16日 ④23日 ⑤30日 参加者15人

- 目的** 健康マージャンを通して、参加者同士がお互いを尊重し、楽しい雰囲気の中で、マージャンを楽しみながら、脳トレや介護予防等、健康的な生活習慣をつくる。

- 講師** 特定非営利活動法人ライフアップ 蒲原史起さん
- 内容** ○マージャンそのものを楽しむことはもちろん、週に1回出かけ、そこに集う仲間とのコミュニケーションを大切にしたい事業です。

- 参加者の声** ○脳の活性化になり、とても楽しい時間でした。和気あいあいの行事になり、皆さん喜んで帰られて、次回につながる良い会だと思えます。
○せっかく覚えたので、この続きを教えてください。ぜひ第2弾をお願いします。



●「親子 DE お菓子作り教室」 11/1（土）参加者 10組20人

- 目的** お菓子づくりの技術を学ぶとともに、「食」についての理解を深め、親子、参加者の交流を深める

- 講師** お菓子の安寿真 代表取締役社長 東隆史さん
- 内容** ①クレープ作り ②ケーキのデコレーション

- 参加者の声** ○初めてケーキのクリームぬりをしましたが、とても楽しく、上手にできました。
○ケーキやクレープを作ってみて、お菓子を作っている人は一つ一つ丁寧に作っているんだなあと思いました。
○クリームがうまかった。将来パティシエになるぞ とても良い経験になりました。

