

東風(こち)

東部地区生涯学習振興会だより

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

クリスマスフェスティバル 2022

【日 時】 12月17日(土) (開場12:45~)
 午後1時~午後3時30分

地域のみなさんと、
 クリスマスを楽しみ
 ましょう!



【場 所】 北広島市中央公民館(朝日町5丁目)

【内 容】 ★健全育成標語表彰式(東部地区青少年健全育成連絡協議会)

☆合唱発表(東部中学校合唱部)

☆吹奏楽発表(北広島高校吹奏楽局)

☆みんなでドラム(札幌☆ドラムサークル) など



12:45から開演までの間
 会場にあるクリスマスツリー
 の飾りつけをします。
 一緒に飾りましょう!



【ドラムサークル】って何…?

参加者が輪になって、即興的につくりあげる打楽器(パーカッション)のアンサンブルです。
 その場にいるみんなが参加者です。楽器の経験がなくても大丈夫!
 ファシリテーターと呼ばれる案内人役の指示にあわせて、会場のみなさん一緒になって楽しみましょう!

参加料は無料ですが、申し込みが必要です!

東部防災教室

地域の子もたちと一緒に防災を学ぼう

【日 時】 令和5年1月28日(土)
 8:45~10:05(受付8:30~)

【場 所】 東部中学校 体育館

【対 象】 東部地区にお住まいの方

【持ち物】 上靴、筆記用具

【申込み】 1月24日(火)まで

【内 容】 東部中1年生とともに防災について学びます

地域の中学生の
 グループに入り、
 共に学び・考え・
 語り合い・体験
 してみませんか?

冬休み中は、これだ!

①親子で「飾り切り」教室(ウィナーの飾り切り)
 ・日本ハムのスタッフに教えていただきます。

【日 時】 令和5年1月7日(土) 10:00~

【運営費】 無料

※12月10日(土)しめきりです!

②おもしろ技術教室「スマホスタンドづくり」
 ・中学校の先生に教えていただきます。

【日 時】 令和5年1月11日(水) 10:00~

【運営費】 100円(保険料他)

※12月16日(金)しめきりです!

学校から配られるチラシを見て申込んで下さい

2月4日(土)東部地区生涯学習振興会の新事業を開催します。
 今、話題の3種目。老若男女、だれでもできるスポーツ。
 それが『アダプテッド・スポーツ』です。

【ポッチャ】 TOKYO2020でおなじみ

【フロアカーリング】氷上のチェス「カーリング」の室内版

【リアル野球盤】卓上ゲームの野球盤を広いフロアで…

予告

東部地区
 アダプテッド
 スポーツ交流会

※参加した皆さんで、チームを組んで、3種目の対戦結果で総合優勝を決めます。是非、みなさんで楽しむ、機会にしませんか?
 チームでも一人でも参加できますよ! 詳しくは、次号! 学校からもチラシが…

アダプテッド・スポーツ 体験会

その前に!

ポッチャ大会

【日 時】 令和5年1月6日(金)
 10:00~12:00(受付9:45~)

【場 所】 北の台小学校

【対 象】 市民の皆様(小学生以上)

【内 容】 ポッチャとフロアカーリングのルールとゲーム

【運営費】 100円(保険料込み)

【申込み】 12月20日(火)まで

【日 時】 令和5年1月21日(土)
 10:00~12:00(受付9:45~)

【場 所】 中央公民館 講堂

【対 象】 市民の皆様(小学生以上)

【内 容】 2~3名で1チームとし、交流します。
 参加人数により当方でチームを
 組み、チーム数を確定します。

【運営費】 200円(景品、保険料他)

【申込み】 1月13日(金)まで ※1名での参加も可能です。



事業報告

10月19日(水)、珈房サッポロ中央公民館調理室で『喫茶教室 行いました。珈琲のよさや基礎おいしいコーヒーの淹れ方について学びました。今年は、二人で1セットの抽出用具を準備していただき、コーヒーを抽出しては、周りの方ともテイスティング。同じ豆、同じ用具、同じお湯なのですが、一人ひとりの味や香りが全然違います。また、今回も淹れたてのコーヒーを即、おいしくする裏技を特別に教えていただきました。



喫茶教室 おいしいコーヒーの淹れ方

珈琲館の伊藤 仁代表をお迎えて、～おいしいコーヒーの淹れ方～を知識について、DVDを視聴した後、



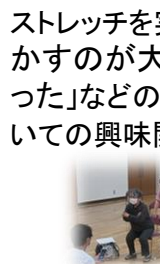
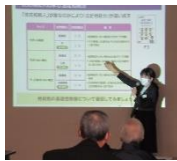
9名の受講者からは、学んだことや楽しかったこと次年度への期待などの声が寄せられ、大変好評でした。先日の「秋の夜長のコンサート」は(カフェ)コンサートとしての実施はできませんでしたが、本事業はコロナ下の3年間、一度も中止にならずに実施することができました。今年度のコーヒーの味も香りも格別なものとなりました。本当に良かったです。



教養講座

高齢である私や家族が困らないためには(相続編)

11月16日(水)シャベル☆きたひろとの共催で実施しました。講師の明治安田生命松野氏のお話を聞き、参加された26名の皆さんはよりよい未来のために「相続が争族にならないために」・「ライフ&エンディング」についてしっかり学び、考えるきっかけとなりました。



10月26日(水)北広島市スポーツ協会から健康運動指導士の柳沼浩氏を講師に迎え、中央公民館で「健康教室」を開催しました。体ほぐしストレッチの後、简单体力測定、おすすめ筋トレが行われました。健康講話では、「冬に太らないカラダづくり」のお話がありました。その後、正しいウォーキングのポイントを学び。最後は8つのストレッチを実践しました。受講者からは「冬こそ積極的にカラダを動かすのが大事と感じました」「簡単で手軽にできそうでとてもよかった」などの声が寄せられ健康教室を通して、健康や体力の増進についての興味関心が高まったようです。

健康教室 ～冬に太らないカラダづくり～

親子DEお菓子作り教室

11月6日(日)、中央公民館調理室で、講師に「(株)お菓子の安寿真」の東隆史氏をお招きし、「親子DEお菓子作り教室」を開催しました。例年同様、受付開始2時間ほどで定員となりました。当日のキャンセルが



1組ありましたがケーキのデコレーの東さんの丁寧な手さばきにいました。にカスタードを混ぜ、フルーツを並べ、ホイップクリームをたっぷりぬり、のプレートにメッセージを書いて完成。でしたが、スポンジもクリームもお店味の方は間違いなし。参加した親子は、みな楽しく取り組むことができました。参加者アンケートには感謝と満足の声でいっぱいでした。来年は親子10組満員で、試食もできたら、うれしいですね。



みんな、上手にできました。

親子9組が「クレープつくりとション」に挑戦しました。講師でわかりやすい説明と鮮やかな驚きと感嘆の声が上がってクレープはホイップクリームべて包み、デコレーションフルーツを飾り、チョコレート今年も試食とはなりませんのものと同じということで、お



安寿真のケーキは、誰の手に?

申込み・お問合わせ
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)
メール chuoad@civ.city.kitahiroshima.hokkaido.jp



年末年始のお知らせ
12月28日(水)～1月4日(水)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。

