

陽だまり

2021年12月17日発行

高浜公民館だよりNo. 60

今月の題字

若宮区 氏名 浅野翠月

高浜公民館講座

リング型のリースにユーカリ、スギなど様々な植物を巻き付け、配置や見た目のバランスなど周りの方と相談したり、講師に確認してもらいながら思い思いのリースを作っていました。

クリスマス華やかに・・・

12/4(土) クリスマスリース作り

講師 丁字屋
盛次 信子さん
(小和田区)



お正月の
準備を・・・

11/27(土) お正月苔玉教室

講師 さつき同好会 代表
福谷 達雄さん (青区)

苗の中でも縁起物とされる万両・南天や、枯れることが少ないタマリユウと言う3つの苗を、土台となるケト土で包み込んでから苔を張り付け、お正月仕様の苔玉を作りました。

エントランスホールでは、クリスマスソングを流しながらリース作りを行い、参加者は少し早いクリスマス気分を味わいました。



参加者は談笑を交えながら、ケト土の量、苔バランスなど講師の福谷さんから丁寧に教わり、明るい雰囲気の中苔玉を完成させることができました。

さつき同好会の活動やサークルに興味がある方は、高浜公民館(72-7725)までお問合せください。

11/18・25 (木)

カラーセラピー

～色彩心理で自分を知ろう～



想像した悲しい気持ちや嬉しい気持ちをクレパスに表現して、参加者同士で配色理由を発表したり、色の持つ意味や力を講師から教えてもらいました。

作品作りや運動に関する公民館講座が多いなか、参加者同士や講師と話し合ったり、感想を言い合ういつもとは一味違った講座となりました。

講師

TCプラチナトレーナー
増田千鶴子さん (宇治区)

11/23 (火・祝)

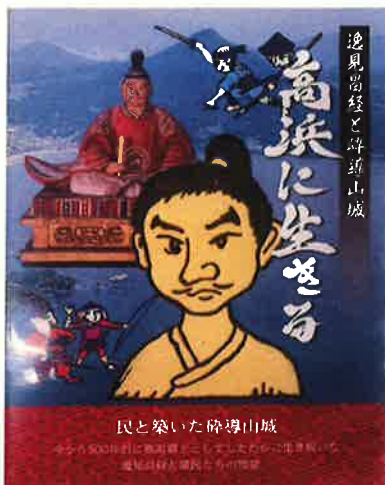
大人の水引教室

夏休みに小学生を対象に実施した『水引細工』に続き、今回は大人を対象に水引教室を行いました。

初めに【あわじ結び】を紙紐で何度も練習してから、後半は水引紐を使って、好みの色・配置を考えながら、あわじ結びを応用した【梅結び】などに挑戦して好みの水引を作りました。



講師 文化会館職員
濱田明子さん



逸見昌経と碎導山城 高浜に生きる

来年で逸見昌経生誕500年にあたることから、碎導山城跡保存会が記念として逸見昌経の人物像や碎導山城の多彩な仕組みを紹介したDVDを製作しました。

お買い求めの際は下記販売元まで

販売元➡常田書店、丁字屋、UMIKARA
高浜まちづくりネットワーク

1/23(日)まちかどコンサート
in高浜公民館について

ハーモニーホール
ふくい主催



現在、定員50名に対して
9割が予約で埋まっている
状況です。

予約の希望や詳細の確認
はQRコードから行えますの
で、ぜひご確認ください。





高浜仏像写真展

12/15(水)~1/31(月)

郷土史家

館太正さん(本町区)の作品



 講座から趣味へ 高浜公民館 池田 秀文 

特に目的は無かったですが、高校を卒業してしてから今年までの約10年ほどは趣味でランニングやトレーニング場で体を動かすことを日課としていました。

しかし、7月から腰痛が悪化してほぼ運動ができない状態となってしまいました。



そんななか7月に小学生を対象に『水引細工』、11月は『大人の水引教室』を実施したことがきっかけで、水引を自宅で始めました。

百均の水引紐と接着剤だけで始めることができたので、気軽に始めることができました。



初めは苦戦しましたが、今では4~6本を使って作れるようになりました。

結び目の大きさや色の配置を好きに変更できることが魅力の一つだと思います。

小浜でコーチをしている、小学生陸上チーム内で最近怪我が多いので、お守り代わりに全員分作っていかうかな~と思っています。



高浜公民館 “陽だまり”

TEL : 72-7725 FAX : 72-2879

〒919-2292 福井県大飯郡高浜町宮崎第86号23番地2

E-mail : hidamari@town.takahama.fukui.jp

高浜公民館 講座予定 (申込み必須)

セルフケアフィットネス

【日時】1月7日(金)19:30~20:30
 【会場】高浜公民館 2階 多目的ホール
 【講師】高浜町保健福祉課 理学療法士 松本 悠作 さん
 【参加費】無料
 【定員】10名
 【内容】健康維持に役立つエクササイズ、セルフメンテナンスを行います。

親子で体操あそび

【日時】1月8日(土) 2~3歳コース
 2月19日(土) 4~5歳コース
 3月26日(土) 2~3歳コース
 10:00~11:00
 【会場】高浜公民館 2階 多目的ホール
 【講師】SmileEnjoyClub 松本 健作 さん
 【参加費】無料 【定員】10組
 【内容】マット、鉄棒、飛箱、ボールを使った体操あそび

冬の薬膳ケア講座

【日時】1月13日(木)13:30~15:30
 【会場】高浜公民館 1階 調理室
 【講師】青葉山麓研究所 職員2名
 【参加費】300円
 【定員】10名
 【内容】①薬草の手浴体験
 ②薬膳茶 ③薬膳だんご作り

~燃焼系~体幹トレーニング

【日時】①1月18日(火) ②25日(火)
 ③2月1日(火) 19:30~20:30
 【会場】高浜公民館 2階 多目的ホール
 【講師】健康ケアトレーナー・柔道整復師 後藤 康耀 さん
 【参加費】無料 【定員】20名前後
 【内容】1人では行う機会のないハードトレーニングを参加者で行います。

みそ作り体験教室

【日時】1月19日(水)10:00~15:00
 【会場】高浜公民館 1階 調理室
 【講師】時岡 好枝 さん
 【参加費】1,500円
 【定員】10名
 【内容】豆を塩、麴から混ぜ合わせ、手作りのみそ作りを体験します。作ったみそは持ち帰っていただき6~10カ月後、好みのタイミングで使用します。

各講座の申込み、詳細については高浜公民館 (TEL:72-7725) までお問い合わせ下さい。

新型コロナウイルスの影響により、講座を延期、中止とすることがあります。あらかじめ

※年末年始の休館日について※
 12月27日(月)~1月4日(火)
 9日間は休館日となります。ご注意ください。

1月 公民館・地域行事スケジュール

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1 休館 <small>祝日</small>
2 休館	3 休館	4 休館	5	6	7 セルフケア フィットネス	8 親子で 体操あそび
9	10 休館 <small>祝日</small>	11 元気あっぶ 体操①	12	13 冬の薬膳 ケア講座	14	15
16 休館	17 休館	18 体幹トレ①	19 みそ作り 体験教室	20	21	22
23 まちかど コンサート	24 休館	25 元気あっぶ 体操② 体幹トレ②	26	27	28	29
30	31 休館					

職員コラム

先日、青葉山ハーバルビレッジのイルミネーションを見に行ってきました。冬の澄んだ空気の中で、5万個の電球がキラキラと光の木々となってとても綺麗でした★(12月25日まで週末の金・土・日に開催中・・・あと少し)

コロナも少し落ち着いてきて、こうして少しずつ出かけたり、会えなかった人に会うことができるようになりました。

来年は、もっと楽しい時間が過ごせるといいですね。

皆様、どうぞ、よいお年をお迎えください。
 たぶち☺