



大井中央公民館だより 9月号



NO.185

ふじみ野市立大井中央公民館(大井郷土資料館内) ☎049-261-0648

◇安全なサークル活動をするために新型コロナウイルス感染防止対策の徹底を継続しましょう!!

10月の大井寄席のチケットを販売のご案内!!

10月の大井寄席のチケットを次のとおり販売します。

10月の寄席は 柳家 あお馬 さん が出演します。皆さまのお越しをお待ちしております。

- ◆日 時 10月21日(金)午後2時30分開演(開場:2時)
- ◆会 場 大井総合福祉センター4階 多目的ホール
※元大井中央公民館の裏側です。
- ◆前売り券 500円 ※前売り券のみの販売 予約もお受けしません。
- ◆販売場所 大井中央公民館事務所(大井郷土資料館内)
- ◆販売期間 9月20日(火)から10月20日(木)まで
- ◆販売時間 午前9時から午後5時まで(月曜日は休館)
- ◆定 員 20名



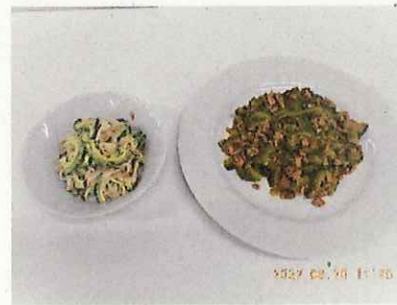
※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、当日券の販売はしませんので、予め前売り券をご購入ください。

※必ずマスクの着用(マウスシールド、フェイスシールドは不可)をお願いします。マスク未着用の場合は、入場をお断りします。(チケットの払戻はありません。)

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、中止になる場合があります。

◎11月の出演予定は 金原亭 馬久 さん です。お楽しみに!!

◇ゴーヤ料理教室◇



8月20日(土)にステラ・イースト キッチンスタジオで開催しました。

本講座は市内の環境団体の『花と緑部会』との協働事業で、今回使ったゴーヤも花と緑部会の方が、自ら緑のカーテンで育てたものを頂きました。

メニューは「ほろ苦麻婆ゴーヤ」「ゴーヤともやしのツナサラダ」の2品目で、夏バテ防止のレシピとして、講師の管理栄養士さんにゴーヤの栄養についても説明していただきました。

当日はアクシデントもありましたが、皆さんで和気あいあいと料理に取り組んでいました。コロナ禍のため、作った料理は持ち帰りとなってしまいましたが、おいしそうにできていました。

◇趣味講座「やさしいストレッチ&筋膜リリース」(1回目)の様子◇



8月27日(土)ゆめぼると多目的ホールで渡辺早苗先生をお迎えして開催しました。かかとに重心を乗せた立ち歩きや、足や背中筋肉ほぐしなどをしました。激しい動きをするわけではないのですが、普段あまり気にしない筋肉のストレッチのため渡辺先生の指示する動きをすることがなかなか難しい様子でした。それでもみなさん最後まで挑戦していました。職員も挑戦してみましたが、講座終了後、肩こりが軽くなり身体も軽くなりました。

2回目は9月24日(土)となります。(※申込みは終了しております)

◇子育て講座の様子◇



8月27日(土)にふじみの分館で子育て講座「親子で楽しく UFOフリスビーを作ろう!」を開催しました。昨年に引き続き講師は内山奈津子先生です。はじめに耳つぼマッサージでリラックス!そのあとに紙コップ・紙皿でUFO型のフリスビーを作りました。作ったフリスビーを飛ばして遊びました。

耳つぼマッサージをしたお母さんは「眠くなった」と言っていたので、リラックス効果は抜群のようでした。少人数のためとてもゆったりとした講座でした。

次回の講座は 9月27日(火) 10:30~ 紙コップでかわいらしい人形をつくります!

◇分館利用案内◇

分館利用には、登録が必要です。(※予約システムの利用はできません。)

- ・分館登録していない団体は、ご利用できません。
- ・分館登録されていない場合は、大井中央公民館(大井郷土資料館内)で手続きをしてください。詳しくは大井中央公民館までお問合せください。