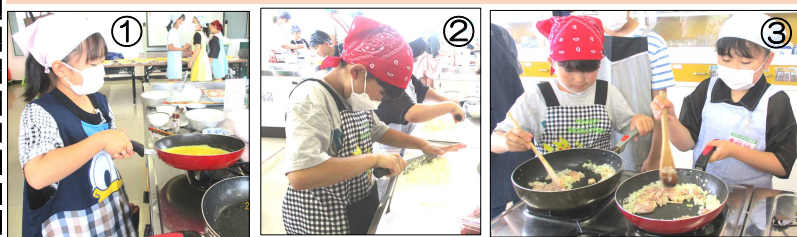


令和5年度 ハゼッ子教室 開講式・第1回料理体験開催



①自分の卵焼きは、自分で焼きました②玉ねぎのみじん切りにも挑戦しました③具を炒め、ご飯も炒めチキンライスにする。ラップの上の卵焼きにチキンライスをのせ、ラップで形を整える 見た目も味もgoodなオムライスができあがり!!



飯豊公民館ハゼッ子教室は『家庭では体験できないことを体験することにより、豊かな心や社会性を育むこと』を目標に毎年開催しています。今年度ハゼッ子教室は近年最高の31名で活動します。

6月10日(土)に開講式と第1回料理体験を実施し、美味しくて見た目も美しい「オムライス」を作りました。千枝浩美先生のご指導のおかげで全員大成功♡ 中央公民館 社会教育指導員の箭内仁史先生、JA女性部会の方3名にお手伝いいただきました。ありがとうございました。今年も、6月の食育月間に因んだ開催となりました。

6年MMさんの感想：ハゼッ子教室で初めて調理しました。お母さんや料理する人たちがこんなに大変なのがすごく分かりました。次は親の手伝いや家事をいっしょにがんばろうと思います。料理のやり方が分かって、やってみようと思います。
3年KSさんの感想：はじめてハゼッ子教室をやるととても楽しかったです。どこがたのしかったかというと、たまねぎをいためるところです。お家でやさいをいためたことがなかったので、はじめてのたいけんでした。はじめたころは、きんちょうで、ときどきしていたけれど、みんながとてもやさしくて、きんちょうがほぐれて、りょう理を作ることができました。とてもたのしかったです。

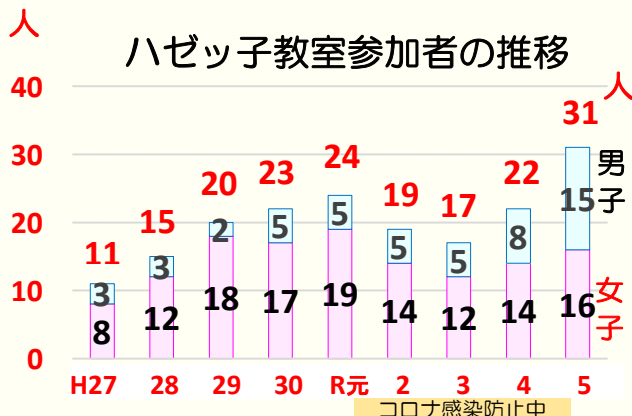
★
★
★
★
四つ星公民館
飯豊公民館だより



集う 学ぶ 結ぶ
みずほのやかた

第464号
令和5年
7月1日

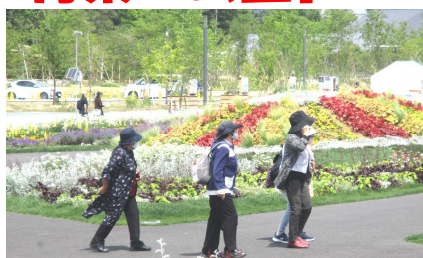
※利用者の皆様から四星評価を頂きました!!



第2回 ウォーキング教室 仙台市「青葉山公園」

令和5年第2回ウォーキング教室を5月25日(木)男性4名、女性17名で開催しました。

最高のウォーキング日和に恵まれ、杜の都仙台の花と緑の中を気持ちよくウォーキングできました。



健康増進、心のリフレッシュ、そして4年ぶりに地域の方々とも交流ができて、コロナ前の生活に戻ったと実感できました。
参加理由：＊少し体を動かしたいと思って参加しました(Sさん) ＊花を見ながらウォーキングができるので参加しました(Mさん) ＊コロナでどこへも行けなかったのが参加してみた。知った顔も多く楽しかった(Sさん) ＊田植え後で定期的に良かった。寄せ植えがあり、花数も多く参加して本当に良かったです(Eさん)

第1回 お菓子作り教室 開催しました

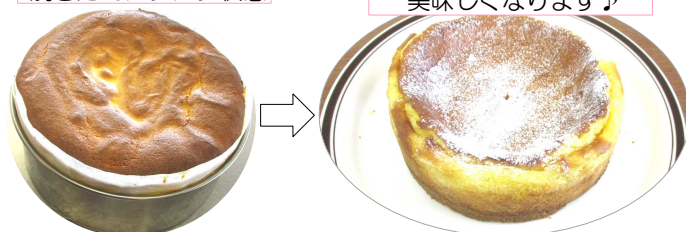
6月19日(月)お菓子作り教室を開催しました。飯豊公民館での開催は5回目です。新地町の人気店『あじさい』店主 鍋木先生に今回は【バイクドチーズケーキ】を教えてくださいました。クリームチーズとサワークリーム2種類のチーズをいれることにより、コクが出るそうです。毎回人気の教室で今回は飯豊地区の方10名が参加しました。**感想：**毎回おいしいケーキを作ることができてうれしく思います(Kさん)



① R3. 9. 13	シフォンケーキ
② R4. 4. 5	柑橘系のパウンドケーキ
③ R4. 7. 4	レアチーズケーキ
④ R4. 11. 28	ショコラ
⑤ R5. 6. 19	バイクドチーズケーキ

焼きたてアツアツ状態

冷蔵庫で一晩寝かせたら
美味しくなります♪



絵手紙教室 移動学習開催しました



今回は、仙台で34年ぶりに開催された[全国都市緑化仙台フェア]へ行きました。移動学習で描いた作品は学習発表会で展示する予定です。

ピノキオクラブ教室 七夕飾り

6月20日(火)ピノキオクラブ教室が開催され、七夕飾りを作りました。短冊には、ママたちの願い「たくさん食べて遊んで大きくなりますように♡」など書かれています。公民館ロビーに飾っています。



第2回芸術鑑賞教室参加者募集!!

「フィルターニュの光と風」



フランスの北西部のブルターニュに魅了された画家たちが描いた作品です。歴史や風景、文化を想像して、旅行へ行った気分です。ブルターニュを満喫してみませんか？

- *日 時 : 8月3日(木) 午前9:00出発
- *場 所 : 福島県立美術館
- *定 員 : 20名(先着順・飯豊地区住民優先)
- *申込受付 : 7月11日(火) 午前8時30分から
定員になり次第締切
直接公民館に来館し申込下さい
- *参加費 : 1,500円(美術館入館料)

※申込時に釣銭の無いようにお支払いください

- *持ち物 : 飲物、昼食代、など(昼食は「道の駅ふくしま」で各自自由食)



※交通手段がない方のみ電話予約受け付けます

※自宅～公民館を市バスで送迎をいたします。申し込みの際にお伝えください

スマートフォン初級講座

3回(月・水・金) 参加者募集!!

自分のスマホをもっと便利に使えるよう個人指導します。

高齢者こそスマホを持つメリットは、

- 画面が大きく見やすい
- 音声入力が便利
- 家族とのコミュニケーションツールになる
- 生活をより充実させることができる

①7月31日(月) ②8月2日(水) ③8月4日(金)

- *時 間 : 午前9時30分～11時30分
- *場 所 : 飯豊公民館 図書室
- *定 員 : 6名(※地区内優先、先着順)
- *受 付 : 令和5年7月11日(火)～
- *方 法 : 公民館に来館し直接申込み
- *内 容 : 基本操作、個別指導 など
- *持参物 : 自分のスマートフォン、取扱説明書
- *講 師 : 作間 慰簡(さくま やすひろ) 先生
- *受講料 : 無料



令和5年

7月の行事予定

※教室の都合により変更になる場合があります

日	月	火	水	木	金	土
飯豊公民館俳句教室より						1
海苔網の片づく浦の素顔かな 横山トシ子						・社交ダンス 10:00
江戸からの蔵解体に若葉風 齊藤和成						・女子卓球 13:30
2	3	4	5	6	7	8
	・美文字体験⑨:30 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 ・ヨーガC19:00	・民生委員会9:00 ・パークゴルフ9:00 ・ヨーガA9:30 ・ピノキオ10:00(和) ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00	・3B体操9:30	・絵手紙9:00 ・気功13:30(和)	・中高年ピアノ10:00 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30	・女子卓球 13:30
9	10	11	12	13	14	15
	・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 ・ヨーガC19:00	・パークゴルフ9:00(松川浦) ・ヨーガA9:30 ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00	・3B体操9:30	・生け花10:00 ・気功13:30(和)	・民謡踊り9:30 ・料理9:30 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30	・社交ダンス 10:00 ・女子卓球 13:30
16	17	18	19	20	21	22
	祝 海の日	・パークゴルフ9:00(松川浦) ・ヨーガA9:30 ・ピノキオ10:00(和) ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00	・3B体操9:30 ・俳句13:00	・絵手紙9:00 ・気功13:30(和)	・中高年ピアノ10:00 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30	・絵本と食を 楽しむ会10:30 ・女子卓球 13:30
23/30	24/31	25	26	27	28	29
	・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 ・ヨーガC19:00 7/31・スマホ教室 ①9:30～	・パークゴルフ9:00(松川浦) ・ヨーガA9:30 ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00	・3B体操9:30	・ハゼッ子② 9:00 ・気功13:30(和)	・民謡踊り9:30 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30	・女子卓球 相馬野馬追