

第4回「女性学級」学習会

講師：創作料理「尽」オーナー

<創作料理はいかが？>

前田 稔 様

8月の台風接近に伴い中止となった「創作料理はいかが？」が受講生の強い要望で1月16日（木）に実施されました。講師は創作料理「尽」オーナー前田稔先生で、大変お忙しい中、女性学級の皆さんのためにご無理を申してお越しいただきました。

メニューは、「鰯の照り焼き」「鰯の粕汁」「胡麻豆腐」でした。照りをより引き立たせるコツなどプロの技をところどころ教えていただくことができ、たいへん有意義な一時でした。これも、先生の用意周到なご準備とわからないことがあっても気楽に声をかけられ、尋ねることができた先生の気さくなお人柄によるものと感じました。

受講生の皆さんは、楽しそうに和気藹々とした雰囲気の中で、創作料理に挑戦されていました。



令和6年度 第5回 とのみんななび～教室 「3B体操」好評につき2回目の実施！

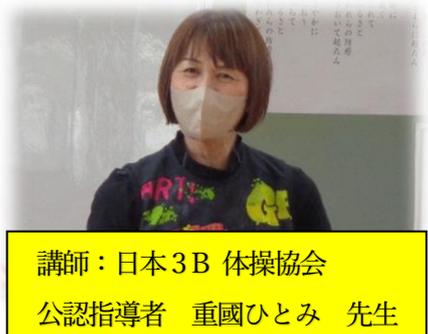
1月24日（金）に、講師の重國ひとみ先生をお迎えして、昨年7月に引き続き2回目の開催となりました。

3B体操とは、道具を使って楽しく健康づくりができる体操です。運動が苦手な方や、高齢の方でも皆で無理なく楽しく運動ができるので、1回目の開催は大盛況でこの度2回目を開催する運びとなりました。音楽に合わせて無理なく身体をほぐし、全身が程よく温まったところで、懐かしい歌を皆で歌いながら行う体操は、特に皆さん笑顔でとても楽しそうにされていました。

体操中、よろけたりすることで自分の身体の弱い部分に気付くことができ、参加者の皆さんも楽しみながらも学びの多い貴重な時間を過ごすことができたかと思います。

「3B体操」は来年度の市民教養講座として、受講生募集を行う予定です。

興味・関心のある方は奮ってご応募していただきたいと思います。



講師：日本3B体操協会

公認指導者 重國ひとみ 先生

本講座への意見・鑑賞を紹介します！

- ・笑いながらやってたのしかった。体もあたたまってとってもよかったです。
- ・みやすくできてよかったです。体がやわらかくなったようです。
- ・とても良かった。またやりたいです。
- ・とても楽しくなごやかに出来ました。ありがとうございました。
- ・楽しく運動が出来て、良かったです。
- ・普段使わない所を使って楽しかったです。
- ・体がほぐれ活発になり気分OK。
- ・前回は出席し、回を重ねるとその良さを実感しました。



11名の参加者がありました！

富海小中学校小学部6年生による卒業記念植樹！

～協力:ボランティア「琴音の風」の皆さん～

今季最強の寒波が到来し雪降る中、2月7日（金）に「琴音の風」の皆さんのご協力により、富海小中学校小学部6年生の卒業記念植樹（河津桜）が行われました。

「琴音の風」の皆さんが粗方準備され、そこに卒業する児童たちが自分たち自らの手で植樹しました。雪が降る寒い中ではありましたが、児童たちは感謝の意を込めて丁寧に植樹し、滞りなく終了しました。児童の皆さん、そして「琴音の風」の皆さんお疲れさまでした。



「琴音の風」の皆さんと植樹する児童たち



児童と「琴音の風」の皆さんと植樹の前で

◇【「河津桜」の名前の由来はどこ地名から？】

答えは、静岡県賀茂郡河津町田中457（原木の場所）

毎年2月上旬から3月上旬までの約1ヶ月にわたって美しく早咲きする桜です。河津町の名産であり、原木があるそうです。

サークル代表者会議と

レインボー発表会実行委員会を開催！

2月5日（月）13時30分からサークル代表者会議、その後、レインボー発表会実行委員会を開催しました。サークル代表者会議では主に来年の登録申請のお願いをして共通理解を図りました。多少難しいこともお願いしましたが、ご了承いただき感謝申し上げます。

レインボー発表会実行委員会は、3月8日（土）に向けてお願いと共通理解を図りました。前日の午後から準備をはじめます。お手伝いできる方はお願いします。

実行委員長は、昨年度に引き続き橋本守さんをお願いしました。

多くの地域の方々にお越しいただけるように努力いたします。



サークル代表者会議



レインボー発表会実行委員会