

令和5年度 旭森地区公民館サークル紹介

何か始めようかなとお考えの皆さん！～新たな仲間との出会い・発見を探してみませんか～

区分	募集	サークル名	活動日および時間	内容
趣味・教養	○	習字クラブ	第1・3水曜日 13:30~15:30	仮名書道
	○	津軽芸能風雅	第1・2・4土曜日 13:00~17:00	津軽三味線・民謡の練習
	○	旭森パソコン愛好会	第2・4土曜日 10:00~12:00	パソコンやスマホを使って楽しもう。会員の相互親睦
	○	絵手紙	第3火曜日 10:00~12:00	絵手紙で心の感動を表現する
	○	オカリナサークルA	第1・3木曜日 13:00~14:00 第2・4木曜日 13:00~15:00	オカリナの練習
	○	オカリナサークルB	第1・3木曜日 14:15~15:15	オカリナの練習
	○	スマイルパソコン	第2・4火曜日 9:30~11:30	パソコンの学習を通して楽しく交流する
	○	楽しい洋裁	第1火曜日 第3金曜日 13:30~15:30	洋裁全般
	○	旭の森着付サークル	第2・3 水曜日 13:30~15:00 第3・4 木曜日 19:30~21:00	着物の着付け、着物について
	○	彦根おはなしを語る会	第2・4金曜日 他 10:00~12:00	学校・保育園・図書館・公民館などで昔ばなしを語り、絵本の読み聞かせ、ハンドベルの演奏をします。
	○	ボランティア日本語教室スマイル	毎週月・木曜日 9:00~10:30	外国人向け日本語指導
	○	木彫教室	第1・3土曜日 13:00~15:00	仏像・板彫り
	○	ごちそうさん	第3水曜日 9:00~12:00	調理実習
	○	アロハ・フラ	月1回 第2金曜日 10:00~11:15	フラダンスを楽しく踊ります
	○	カメラア	第2・4金曜日 13:30~15:30	大正琴教室
	○	水彩画教室	第1・3水曜日 9:30~12:00	月2回 自分の描きたいモチーフを持参し、写生、質問したり先生の指導をあおぎながら描く
	○	編物サークル	第2・4火曜日 13:30~15:30	編物大好きな皆さん、話しながら楽しんでやっています
	○	江州音頭 千壽会	第1・3月曜日 19:00~21:00	江州音頭を郷土文化として継承するために音頭取りの稽古を行います
運動・体育	○	3B体操	毎週水曜日 13:30~15:00	ボール・バルター・ベルを利用して全身のストレッチと筋力アップをします
	×	筋トレ&ダンスフィットネス	毎週月・水曜日 19:50~21:00	人気の洋楽に合わせて全身の筋肉を使って、楽しく汗を流せるダンスフィットネスです
	○	からだ作り太極拳	第2水曜日 13:30~15:30	意識で自分の体が動けるように練習します
	○	のびのび	第1・2・4(第5)水曜日 10:00~12:00	健康維持。丹田呼吸をしながら身体をゆるめて伸ばし年齢・性別に関係なくできる体操です。
	○	バランスボール	第2・4土曜日 10:00~11:15	バランスボールを使った有酸素運動。運動が苦手な方でも大丈夫です
	○	リラックスヨガ旭森	第1・3金曜日 13:30~15:00	リラックスヨガを月2回実施して心身の健康を育む
親子	○	親子リトミック	月3回 火曜日 <<1~2歳>> 9:40~10:30 <<2~3歳>> 10:40~11:30	音楽に触れ合いながら、成長期に大切な注意力、集中力、創造性を育てます。モンテッソーリ教育も取り入れています。
	×	旭森幼稚園トールペイント	月2回 火曜日 9:30~12:00	木製品などに絵具を使ってペイントする
	○	ヨガリラ	第4木曜日 10:00~12:00	産後ママの子連れヨガ(ママだけ参加もOK)
	○	みずいろ	月1回 土曜日 午前中	アルバム整理とスクラップブック
その他	○	彦根好山会	第2・4土曜日 終日	近隣の山への登山・ハイキング

★見学は随時可能、途中からの入会もできます。問い合わせは旭森地区公民館(☎26-0675)まで



旭森地区公民館 公民館だより

令和5年5月1日発行
彦根市正法寺町642-1
TEL/FAX 26-0675
休館日 日月祝日

日頃は公民館活動にご支援・ご協力を賜り心からお礼申し上げます。今年度も地域の皆様方と共に、「集う」、「学ぶ」、「結ぶ」の楽しい公民館づくりに努めたいと考えておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

○ご不便をおかけしておりましたが、女子トイレの改修工事は無事完了しました。ご協力ありがとうございました。

QRコードをスマホで読み取ってみてください。日頃の公民館活動の様子がご覧いただけます。



館長 神細工 信二
主事 國領 圭子

赤ちゃんサロン
(0~2歳未満)
旭森学区対象
令和5年4月~令和6年2月
毎月第3水曜日
午前10:00~11:00
受付 9:30~

赤ちゃんサロンの情報はInstagramでご確認ください。



子ども教室
旭森小学校対象
令和5年5月~令和6年3月
年間を通じた活動で色々な年代の方と楽しいイベントを予定しています。学校を通じた案内チラシでお申込みをお願いします。

赤ちゃんサロンの開催場所は旭森地区公民館です。お申込みはいりません。当日、直接お越しください。

図書の出借をしています。気になる本があればご利用ください。


- ★やっかいな食卓 御木本あかり 一つ屋根の下で二つの食卓がぶつかり、やっかいな出来事が巻き起こる
- ★月の立つ林で 青山 美智子 本屋大賞ノミネート作品! 「ツキない話」が毎日を紡いでいく。
- ★爆弾 呉 勝浩 読みたいミステリ1位! 爆発を止められるのか。男と警察の頭脳戦を描くミステリ。
- ★南極の食卓 渡貫 淳子 南極調理隊長に挑戦! 一切ごみを捨てられない環境でどんな料理を作るのか。
- ★ブラタモリ(名古屋・岐阜・彦根) あの人気街歩き番組の公式本。なぜ家康は彦根がイイと思った?
- ★川のほとりに立つ者は 寺地はるな 「当たり前」に埋もれた声を丁寧に紡ぎ、他者と交わる痛みとその先の希望を描いた物語。
- ★102歳、一人暮らし。広島で大人気! 102歳の哲代おばあちゃん。ご機嫌に老いるためのヒントが満載。




サークル体験してみませんか!?

私たちのサークルに参加してみませんか? 気になるサークルがあれば体験のお申込をどうぞ。
お気軽に公民館までお問い合わせください。(☎26-0675)


アロハ・フラ
6月9日(金) 10:00~11:15
体験無料
心地よいリズムにのってフラダンスを踊ってみませんか。




木彫教室
5月20日(土) 13:30~15:30
体験無料
仏像・小物の色々




カメラア
5月26日(金) 13:30~14:30
5月27日(土) 9:30~12:00
体験無料
簡単なメロディーから始められる大正琴です。初心者の方も大歓迎です。どなたでも簡単に演奏を楽しむことができますよ。大正琴の貸出もあります。




からだ作り太極拳
5月30日(火) 10:00~12:00
体験無料
意識で自分の体が動けるように練習します。



のびのび
5月24日(水) 9:50~11:50
5月31日(水) 9:50~11:50
体験無料
身体をゆるめて伸ばす運動です。とくに高齢者にはおすすめです。一緒に活動できる方お待ちしております。



3B体操
5月31日(水) 13:30~15:00
6月7日(水) 13:30~15:00
体験無料
3B体操始めませんか。イスを利用して音楽と一緒に柔軟性・筋力・免疫力をUP。運動不足の解消!



その他、いつでも体験を募集されているサークルさんもあります。詳しい活動内容は、裏面をご確認ください。また、仲間とこんな活動をしたいとお考えの方。ぜひ、一度公民館までご相談ください。サークルの立ち上げも応援しています。

お名前 (ふりがな)	ご住所	電話番号
	彦根市	
福寿大学	1 2 3 (参加の講座に○をつけてください)	
さざなみ趣味実技講座	1 2 3 (参加の講座に○をつけてください)	
スマホ講座	1 2 (参加の講座に○をつけてください)	

福寿大学、さざなみ趣味実技講座、スマホ講座の受講者を5月9日(火)から募集します。
左下記申込書に記入し窓口へお願いします。TEL, FAXでもOKです。お気軽にどうぞ!
※受講の際は、検温とマスクの着用・上履き持参でお願いします。講座は都合により延期や中止する場合があります。

福寿大学

受講料 無料 基本3回連続講座になります。 定員になりしだい締切ります。

日程	内容	講師	備考
① 6月8日(木) 10:00~11:30	体力測定と介護予防運動で健康知識を身につけよう ~いずみ体操をみんなで~	聖泉大学 人間学部准教授 多胡 陽介さん	簡単な体力測定と健康体操をします。 体操ができる服装、上履き持参 募集人数20人
② 6月24日(土) 13:30~15:00	「社会人落語日本一」によるユーモアあふれる落語会 ~落語家と教師、二足のわらじを履く校長~	茨木市立 平田中学校校長 磯村 昌宏さん 【高座名: 喜怒家哀楽さん】	演目はその日のお楽しみ。 上方落語協会会長の桂文枝師匠も絶賛されています。 募集人数40人
③ 7月25日(火) 13:30~15:00	ギターと伴に“昭和”を歌う ~フォークソングから歌謡曲まで~	北川 津良さん 今井 義明さん	ギターの伴奏で心に響く歌を届けます。 音楽の力で元気な明日を! 一緒に楽しく歌いましょう 募集人数30人

さざなみ趣味実技講座

講座により受講料、募集人数が異なります。

日程	内容	講師	備考
① 7月4日(火) 10:00~11:30	「かみわざし」による脳トレペーパークラフト	ペーパークラフト作家 野路井 邦充さん	紙とハサミで立体的な作品を作ります。持ち物 なし 受講料 200円 募集人数15人
② 9月1日(金) 13:30~15:00	湖東焼でオリジナル作品を作ろう	再興湖東焼「一志郎窯」 世戸 紀代美さん	抹茶茶碗、マグカップ、ビールカップ、焼酎カップ、湯呑みカップ、ご飯茶碗より1つお選びいただけます 持ち物 エプロン 受講料 2,400円 募集人数 10人
③ 9月23日(土) 9:30~12:30	韓国巻きずし「キンパ」を巻き巻き 韓国風スープ付き	宮下 美奈子さん	酢飯を使わない韓国でメジャーな巻きずしです 持ち物 エプロン 受講料 1,200円 募集人数12人

スマホ講座

基本、2回連続講座です。募集人数15人 受講料 各200円 スマホはこちらでご用意します。初めての方も、そうでない方もお気軽にどうぞ。

日程	内容	講師	備考
① 8月4日(金) 10:30~12:30	【入門講座】 初めて触る!スマートフォン体験	スマホ アドバイザ 認定講師	マップ・カメラ撮影・LINE 音声アシスタント など
② 8月18日(金) 10:30~12:30	【基本講座】 スマホデビューからもう一歩! 「LINE・Googleレンズ編」		LINEのスタンプ送信、友達追加、グループ作成 Googleレンズ体験 QRコード