

令和4年11月1日号 No. 3

宮川生涯学習センター

だ よ り



発行：宮川生涯学習センター 会津美里町永井野字宮前1706-5 電話・FAX 54-2340



★センターだよりは、「じげんくんのまなびネット」にも掲載されています★ スマホではこちらのQRコードで▶▶▶

暮秋というにふさわしい気候となってまいりました。秋から冬に向かう時期、皆様はどのようにお過ごしでしょうか。今年度前半の本センターの講座等も滞りなく盛況に実施することができました。これもひとえに地区の皆様のお陰であると感謝申し上げます。

さて、後半も楽しく学べる講座等が目白押し、今後ともよろしくお願いいたします。

高齢者講座



7月26日(火) 「健康寿命を延ばそう第一弾」

『お口体操～誤嚥性肺炎の予防～』

9月1日(木) 「防災教室2022」

『自分で出来る防災・減災の知恵』『防災グッズ作成』

9月26日(月) 「防犯教室2022」

『新しくなった高齢者の免許更新の仕方』

『危険予知トレーニングシステム体験』

10月14日(金) 「分館合同うんどう教室」 旭分館公園

『6つの運動』『じげん体操』『お口体操』

10月17日(月) 「健康寿命を延ばそう第二弾」

『いつまでも介護を必要としない自分になるために』

『運動・食生活・生きがい』



7月27日(水) 「初心者でも気軽にZoom教室」

『スマートフォンでズーム体験』

9月13日(火) 視察研修 「美術館で本物にふれよう!!」

『金山町 妖精美術館見学～企画展サロメ幻想～』

成人講座



青少年チャレンジ講座



7月30日(土) 合同青少年教室

「海と川の生き物に会いに行こう!」

『新潟市水族館マリニピア日本海見学』

『新潟ふるさと村の体験学習』

9月17日(土) 「ふれてみよう! ジャージー牛」

『下郷・金子牧場での酪農体験』

10月8日(土) 宮川・高田合同

「災害時に役立つ料理をつくってみよう」

『簡単おいしくできる袋料理体験』

秋のウォークは三連発

10月2日(日) 第一回東尾岐ふれあいウォーク2022

10月16日(日) 宮川けんこうウォーク

10月23日(日) 第16回歴史探訪イザベラバードの道

参加募集!

楽しくて、役立つ、やってよかったって思える講座に参加してみませんか?

～養蜂場のミツロウキャンドル作り～

青少年チャレンジ講座

日時: 12月3日(土) 10:00~11:30 **場所:** 宮川生涯学習センター
対象: 宮川小学校区 小・中学生15名
内容: 「ミツロウキャンドル作り」の体験。 **参加料:** 1000円
申込期間: 11月7日(月)~11月21日(月)



～「わら細工教室、華やかな正月飾りづくり」～

成人講座

日時: 12月20日(火) 9:30~12:00
対象: 宮川生涯学習センター地区内成人15名 **場所:** 宮川生涯学習センター
内容: 正月飾りをわら細工で作る体験活動 **参加料:** 1000円(材料費)
申込期間: 12月 1日(木)~12月15日(木)

～ゼロから作るものづくり①「落款印を作ってみよう!」～

日時: 11月15日(火)・1月25日(水)・2月7日(火) 10:00~12:00
対象: 宮川生涯学習センター地区内成人15名 **場所:** 宮川生涯学習センター
内容: ①落款印作り ②紙すき ③絵手紙 **参加料:** 2000円~
申込期間: 10月18日(火)~11月7日(月)

高齢者講座



～「健康寿命を延ばそう第三弾、快適な長寿を約束!よみがえらそう!噛める力」～

日時: 11月16日(水) 13:30~15:00 **場所:** 宮川生涯学習センター
対象: 宮川生涯学習センター地区内高齢者・成人15名程度
内容: 歯学博士による「オーラルフレイルの予防」「歯の正しいセルフケアの方法」
参加料: 無料 **申込期間:** 10月17日(月)~11月10日(木)

これからの
うんどう教室
予定

| | | |
|------------|----------------|--------|
| 宮川生涯学習センター | (11/ 9 | 12/12) |
| 藤川分館 | (11/11 | 12/ 9) |
| 東尾岐分館 | (11/15 | 12/20) |
| 尾岐分館 | (11/16 | 12/21) |
| 旭分館 | (~毎週水曜日に実施~) | |



各講座のお申し込みは、宮川生涯学習センターの窓口まで。

(電話・FAX でも 54-2340)