

これからの講座のご案内

◆各講座の申込は宮川生涯学習センター窓口・電話・FAXで受け付けます◆

【成人・高齢者講座】 ●対象：宮川地区成人・高齢者 ●参加費：無料

日程が分かり次第
お知らせします

～身体と心の健康講座②～

★★発酵食でもっと健康に！★★

日 程：令和6年1月25日（木）

時 間：午前10時～11時

場 所：宮川生涯学習センター

講 師：会津天宝醸造(株)

内 容：発酵食の効果や取り入れ方、
調理法などについての学習

～身体と心の健康講座③～

★あなたの筋肉量は？貯筋(ちよきん)の方法！★

日 程：令和6年2月上旬

時 間：午前10時～12時

場 所：宮川生涯学習センター

講 師：会津短期大学 渡部琢也氏

内 容：自分の筋肉量を知り、健康寿命を延ば
すための貯筋法を学ぶ

【青少年・成人合同講座】

日 時：令和6年2月10日（土） 午前10時～11時30分 参加費：無料

場 所：宮川生涯学習センター 対 象：宮川地区青少年・成人30名程度

講 師：矢留 麻須美(やどめ ますみ)氏 《会津美里町図書館勤務》

内 容：海外から見た会津（ワークホリデーの体験を通して感じた日本と外国の姿）

※お話を聞いたり、音楽や言葉遊び等を行います。

【青少年チャレンジ講座「会津の宝発見④美里町のうまいもの体験」】

日 時：令和6年1月27日（土） 9時30分～12時

場 所：宮川生涯学習センター 参加費：1500円（味噌代）

対 象：宮川地区青少年15名程度（小学生3年生以下は保護者同伴）

講 師：山里食品加工所 結城智世氏

内 容：味噌づくり・味噌を使った料理の試食

■うんどう教室日程表（12月～3月） ◆各地区分館で行います

	12月		1月		2月		3月	
宮川	12/13	(水)	1/10	(水)	2/14	(水)	3/13	(水)
尾岐	12/20	(水)	1/17	(水)	2/21	(水)	3/13	(水)
旭	毎週水曜日							



※尾岐分館・・・①2月…年度初めの予定は2/14でしたが、第3水曜日(2/21)に変更

②3月…3/20日は祝日にあたるため、第2水曜日(3/13)に変更

令和5年12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
住所/〒969-6251
会津美里町永井野字宮前1706番地5
電話・FAX 54-2340

二十四節季の小雪（しょうせつ）を迎え、雪が舞い降りる季節となりました。師走の慌ただしさとも重なり、何となく気ぜわしい時期を迎えています。皆さん、体調に気をつけて年の瀬を過ごしていきましょう。



活動報告 ～青少年講座～

ニュースポーツを楽しもう！

8月8日（火）、会津自然の家の職員の方を講師に、キンボールを楽しみました。

みんなで思いっきり体を動かし、楽しい時間を過ごしました。



親子自然体験「みんなで美味しい野菜をつくろう」収穫祭 10/21

5月に苗植えたさつま芋の収穫祭を行いました。力を合わせて芋ほりをし、焼き芋にして食べました。とても美味しかったです☆



会津の宝発見③ 「身近な会社を見てみよう」

11月18日（土）、普段の生活に身近な企業を訪問し、工場見学を行いました。

荒川産業(株)ではゴミの分別とリサイクルの仕組みについて、太郎庵(株)では「会津の天神様」の製造の様子を学びました。



青少年・成人合同講座 「白虎隊と同じ水の道を歩こう」

9月23日（土）、会津戦争の時に白虎隊士中二番隊が通った戸ノ口堰の洞門ぐりに参加しました。講師の飯田朝代さんから飯盛山や戦争について学び、当時の様子を知ることができました。



心と身体の健康講座① ～笑いヨガ～9/8 (金)

小林チエ子氏と一緒に笑いヨガを楽しみました。大きな声を出して、笑いながら全身を動かすと、体も心もほっこりと暖かくなりました。「家にいると、あまり声を出さない。久しぶりに大きな声で笑った！」と笑顔での感想をいただきました。



センター合同 うんどう教室 10/11 (水)



合同うんどう教室を「八木沢運動公園」で行いました。さわやかな秋空の下体を伸ばしたりバランスをとったり。体操の後は、重巢静枝さんを講師にタオルゲームを楽しみました。

みんなで学ぶ防災～わたしたちにできること～ 10/11 (火)

福島県会津自然の家にて防災教室を開催しました。武田光弘先生から、身近な震災の歴史や避難所の実態などを聞き、避難の注意点を確認しました。周囲の人と普段から話しておくことが大切だと気付かされました。

その後、段ボールベッドと間仕切りを、協力しながら作りました。



「立木観音」「鳥追観音」「中田観音」の「ころり三観音」を巡拝しました。住職さんの法話を拝聴して観音様の由来を学び、その歴史の奥深さに心を打たれました。

大人のミステリー講座③会津の魅惑 会津三十三観音を巡る旅 10/24 (火)



宮川バレーボール大会 11月19日(日)

旭体育場を会場に4チームの参加があり、熱戦を繰り広げました。他地域の方たちと交流し、元気なプレーあり、熱い応援あり、笑いありで楽しい時間を過ごしました。



秋の各地区行事開催



《永井野地区》

～ふれあい運動会～

9月2日(土)

☆紅白に分かれて熱戦が繰り広げられました。

《藤川地区》

～ふれあい運動会～

9月3日(日)

☆暑さに負けず、真剣な競技と熱い応援！

《東尾岐地区》

～ふれあいウォーク～

10月8日(日)

☆秋晴れの下、楽しい話が飛び交いました。



「令和6年地区新春の集い」の開催について



■ 令和6年永井野地区新春のつどい

日時：令和6年1月21日(日)

時間：10時～

場所：宮川生涯学習センターA研修室

内容：町長講話、抽選会他

申込：12月15日に全戸配付される「申込書」に必要事項を記入して、各自治区長または宮川生涯学習センターにご提出ください。

■ 令和6年藤川新春のつどい

日時：令和6年1月21日(日)

時間：12時～

場所：藤川体育場

内容：町長講話、お箏と尺八の演奏、他

申込につきましては、後日、地区回覧にてお知らせいたします。皆さまのご参加をお待ちしております。