

大原校区コミュニティセンター

大原きぼうの森館 だより

【029号】2019. 9. 15
発行：大原きぼうの森館
〒838-0115
小都市大保1465-1
TEL42-6710 FAX42-6711
担当 池末 佳子
休館日 第3日曜日
臨時休館日 10/22、31

大原きぼうの森館主催講座のお知らせ

マンスリー講座 ゆるゆる大原DAY

～キックとパンチでエクササイズとお茶会

日時：9月27日(金) 10時～11時半
講師：那須 儀治さん (NASUパーソナルトレーニングジム代表)
持参品：軍手・水分補給できるもの・タオル

～スポーツチャンバラとお茶会

自分の体のバランス、カの入力方のタイプを確認しましょう。そして、チャンバラのフォームや生活にも役立てましょう！

日時：10月25日(金) 10時～11時半
11月29日(金)

講師：光山 裕一郎さん
場所：大原きぼうの森館 学習室1・2
参加費：100円(お茶菓子程度) 定員：10名程度
持参品：シューズ・水分補給できるもの
タオル

食育講座

～かぼちゃのマフィン作り

たまご・牛乳を使用せずに作ります
自分で作るのでアレルギーのある方も材料を確認することができ、安心して食べていただけます♪

日時：10月4日(金) 10時～12時

講師：井手 友紀さん ティータイムあります
場所：大原きぼうの森館 料理実習室
定員：12名(親子の参加もokです)

材料費：500円
持参品：エプロン、三角巾、水筒、お持ち帰り袋
★申込み締め切りは、10月1日(火)です

2020年 教養講座

～カレンダー作りを

はじめましょう

好きな絵柄や詩・言葉を描き添え曆を書き込んで、台紙に貼って仕上げます。もちろん、見本を模写してもokです！



ゆるゆる大原DAYでは、「普段運動をしてない方にも、月1回から運動を始めてみませんか!」と様々なエクササイズをご紹介します。
1日だけの参加もokです!

食育講座

気軽に楽しく～簡単*クッキング

朝・昼・晩きちんと食べていますか?自分の食の管理はできていますか?食の偏りは万病の元です!今回は気軽に作れる和食を紹介します

日時：10月1日(火) 10時～13時

講師：健母の会の皆さん
場所：大原きぼうの森館 料理実習室
定員：12人 材料費：500円
持参品：エプロン、三角巾

大原ゆるっとDAY マンスリー講座

～消しゴムはんこ作りに挑戦!

消しゴムでお名前・お花・好きなデザインを彫ってみましょう!オリジナルを作りたい方は、3*3cmで考えて来てください。出来上がったはんこでカードや年賀状にポンポン押してみましょ♪

日時：10月19日(土) 10時～11時半

講師：榎原 聖子さん
場所：大原きぼうの森館 学習室2
定員：10人 材料費：500円
持参品：カッターナイフ(あればデザインナイフ)
★低学年の参加は、保護者同伴でお願いします

日時：10月21日(月)、10月28日(月)
13時半～15時半(15時半～16時半迄自習できます)

講師：平川 喜隆さん
場所：大原きぼうの森館 学習室1(10/28は3)
定員：10人程度 材料費：500円
持参品：あれば墨・小筆・パレット・絵の具・筆洗い

各講座、定員になり次第締め切ります。講座の問い合わせ・申し込みは、大原きぼうの森館へ!

今年は2回連続講座!

テーマは『太宰府の羅城』について学びます

1回目：10月29日(火) 13時半～15時

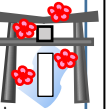
講師：坂井 康男さん
場所：大原きぼうの森館 学習室4
定員：25名程度 参加費：無料

2回目：11月26日(火)

参加費：1000円程度実費(昼食代)

★2回目のバス視察は、1回目の講座と関連した館外視察となりますので、第1回受講者優先とします

歴史講座



大原まち協・講座の報告とニュース

8/7(水)中学生向けのミニ講座「アスリート飯」を開催しました。良い食事を取ることで体と心を強くすることができますので、アスリートには食が大切という話があり、参加の中学生から「普段の食事から考えたい」という感想が沢山ありました。



9/8(日)防災部会「小郡・大刀洗地域防災訓練」に参加しました。実際に発生する可能性がある災害を想定し、地域住民と各関係機関が連携して、救助活動や復旧活動を実施するという2年に一度の地域防災訓練に参加、簡易担架の作り方、三角巾のかけ方や瓦礫の下からの救助などを体験しました。



8/10 浴衣の着付



8/17 レジンでアクセサリ



8/21 そば打ち



8/23 パプルアート



8/30 キックとパンチでエクササイズ



10月1日より消費税改定に伴い、コミュニティセンター施設利用料が変更されます。不明な点は、コミュニティセンターへお問い合わせ下さい。

【9月・10月行事予定】

月	日	曜	行事
9	21	土	マンスリー講座 木E&リメイク メモスタンドを作ってみよう
9	27	金	ゆるゆる大原DAY キックと パンチでエクササイズとお茶会
10	1	火	食育講座 簡単*クッキング
10	4	金	食育講座 かぼちゃのマフィン作り
10	19	土	マンスリー講座 消しゴムはんこ作りに挑戦!
10	21	月	教養講座 カレンダー作りをはじめましょう
10	25	金	ゆるゆる大原DAY スポーツチャンバラとお茶会

大原きぼうの森館の
FAX番号が10月より変わります。
電話番号と同じく
42-6710に変更になります。

夏休みの学習スペースを
引き続き開放中!
学習にご利用下さい。