

大原きぼうの森館 だより

休館日 12/16
12/27から1/5

大原きぼうの森館 主催講座のお知らせ

教養講座

お屠蘇作りに挑戦!

☆お屠蘇の起源、製法、効能のお話を聞いて、薬研という道具で生薬をゴリゴリ・・・と「中富記念くすり博物館」で作ります



日時：11月30日(金)14時～17時
大原きぼうの森館駐車場に集合してください
場所：中富くすり博物館（市のマイクロバス利用）
参加費：1000円程度の実費
定員：25名程度

教養講座

門松を飾って 新年を迎えましょう

☆自分で竹を切って、組み上げていきます
ご家庭で最後の土盛りやアレンジをお願いします

日時：12月21日(金)9時～13時頃まで
(終了時間は作業のすすめ具合で変更します)
場所：大原きぼうの森館 学習室2
参加費：1000円
定員：10名程度
持ってくるもの：目の細かいノコギリ(あれば)、軍手
葉牡丹を入れる持ち帰り用袋

食育講座

Mr.GGの バイクドチーズケーキ

☆忙しい年末年始に手作りケーキでホットー息・・・
家庭で作れるレシピをMr.GGが教えてください



日時：12月26日(水)
10時～12時00分
場所：大原きぼうの森館 料理実習室
参加費：1200円程度の実費
定員：8名 中学生以上

マンスリー講座

ゆるゆるエアロとお茶会

☆毎月1回、年齢に関係なく集まりストレッチや軽い筋トレ、緩やかなテンポのエアロビで体力作り。最後は、ほっこりティータイム!



日時：12月14日(金)10時～11時30分
場所：大原きぼうの森館 ホール2
講師：高岡 美香さん
参加費：100円(お茶菓子代)
定員：10名程度
持ってくるもの：水分補給できるもの
室内シューズ、タオル

初めての方もお気軽にご参加ください



☆食物アレルギーなどがある方は、事前にお声かけ下さい

教養講座

日本ししゅうとビーズで作る クリスマスツリー

☆伝統工芸の日本ししゅう、美しい金糸で額(約15×15cm)へ雪の結晶を刺してクリスマスツリーに仕上げます



日時：12月8日(土)・9日(日)
☆両日参加できる方
13時～16時
場所：大原きぼうの森館 学習室1
講師：笹田 りょう子さん
定員：8名 小学5年生以上
材料費：700円
持ってくるもの：糸きりはさみ



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

TEL0942 (42) 6710

大原まち協・講座の報告とニュース

10/12 やってみよう
鍵盤ハーモニカ♪
深い呼吸の練習からはじめて、指使いの練習。息を吐くこと指を動かすこと・・・これはまさに脳トレ!!



10/26 ハロウィンを楽しもう♪



北筑後青年リーダーの皆さんと一緒に楽しみました♪バスアートやバルーンアートを体験して、最後は当日館をご利用の大原の敬老会の皆さんの所へトリック・オア・トリート♪

10/16 昔ながらのパン作り
材料を丁寧に量ることと生地を丁寧にこねることによって仕上がりに差が...



11/9 年賀状作り
年賀状の文面がワードの基本的な操作で作ることができました。これからいろいろな事に応用できそうですね。



育成部会大原中学校区ふれあい体験 「大牟田市動物園散策」

11/3 大原中学校区で恒例行事「ふれあい体験」での基山登山を本年度は7月に発生した豪雨による土砂災害により登山道の安全を考え、行き先を大牟田市動物園に変更して開催しました。中校区の小学生・中学生地域の皆さん総勢191名で楽しく無事に一日過ごすことができました。参加ご協力いただいた皆様ありがとうございました。



環境衛生部会「花の苗植え」

11/1 夏の間、大原きぼうの森館を訪れた方を楽しませてくれた花々でしたが冬の花(ピオラ・ノースポール)へと植え替えました。



大原コミュニティセンター 出張健康相談室ご案内

1. つまづき予防のステップの実施 (5～10分位)
2. 生活習慣病(糖尿病、心血管病→脳卒中・心臓病)の5年後・10年後の発症確率予測 (10～20分位)
3. 健康相談

日時：月・水・金 9時～12時(祭日除く)
場所：大原きぼうの森館 ロビー
講師：小郡市健康課の保健師・看護師
持参品：最近の健康診断結果または血液検査結果
※来所または電話(Tel.0942-72-5662)にて、担当者が対応させていただきます。

第3回定期サークル代表者会議は
H30年12月6日 13時00分より開催します。
尚、新規で「定期利用サークル」で利用を希望される場合は、12月3日までにお問い合わせください。
(大原きぼうの森館 Tel.0942-42-6710)

《11月・12月行事予定》

月	日	曜	行 事
11	16	金	大原 DAY ゆるゆるエアロとお茶会
	18	日	まち協スポーツ部会 ゴルフ大会
	20	火	歴史講座 小郡の川湊・端間の今昔
	23	金	まち協防災部会 防災運動会
	24	土	食育講座 IHおせち料理教室
	30	金	教養講座 お屠蘇作りに挑戦
12	6	木	第3回定期サークル代表者会議
	8	土	まち協育成部会 もちつき大会
	8,9	土日	手作り講座 日本刺繍でクリスマスツリー
	14	金	大原 DAY ゆるゆるエアロとお茶会
	21	金	教養講座 門松作り
	26	水	食育講座 Mr.GGとケーキ作り

12月議会定例会本会議日程
12月 3.5.17.18.19.21日(予定)
大原きぼうの森館で本会議(一般質問)
生中継をご覧いただけます