



あさひ 公民館だより

第281号 《全戸配布》
【発行】朝日公民館(改善センター)
【館長】平島 由貴
【主事】神山 淳



彼岸花の蜜を吸う、アゲハチョウ (山田町の田んぼにて)

公開講演会

主催：朝日小育友会
共催：朝日公民館

水族館における生き物の命

講師：田中 平 さん

大分マリンパレス水族館「うみたまご」館長

日時：令和5年10月21日(土)

10時35分開会(12時10分終了予定)

場所：朝日小学校体育館

魚類など水に住む生き物をとおして、命や子育てのお話をさせていただきます。
今回から、以前のように制限なしで、どなたでもご参加いただけるようになりました。
多くの住民の方のご参加をお待ちしています。

スペインの味を感じる ～男の料理塾～

残暑厳しい9月21日(木)、第3講を実施しました。今回は、暑い国料理シリーズとして情熱の国スペインからその代表格、パエリアとスパニッシュオムレツに挑戦しました。講師はお馴染みの彌永裕之先生です。

パエリアはフライパンで焼きました。生米を炒めて具材を入れて炊き上げるので、火加減が難しかったです。スパニッシュオムレツもフライパンで焼き上げるので、焦げないように火加減の調節が難しかったです。

今回は、具がたくさんあって、ボリュームがありましたが、味付けがしっかりしていて、おいしく出来上がりました。



押し花を使ったランタン作り ～あさひチャレンジ倶楽部～

あさひチャレンジ倶楽部の第5講を9月16日(土)に行いました。今回は、当館の平島館長を先生に、押し花を使ったランタンを作りました。工程としては、①風船を適当な大きさに膨らます、②和紙を糊ではりつける、③その上から押し花を糊で貼り付ける、④乾かす、⑤風船を割る、⑥ライトに被せる、の6工程となります。

押し花は平島館長が収集したものです。いろんな種類の押し花があって、自分好みの花を選んで貼り付けていました。

最後の乾かす工程に時間が必要で、今回は間に合わず、湿ったままの状態でもって帰ってもらいましたが、あとで話を聞くと、きれいなランタンが仕上がったようです。



朝日大学 第1講

内容

笑ってスッキリしよう

笑いヨガ

講師：佐藤康雄 さん



日時

10月24日(火)

10:00 ~

9時30分から健康相談を行います



場所

朝日公民館 多目的ホール

今年度の朝日大学第1講は、笑いヨガをします。

笑いヨガは、「笑いの健康体操」。笑うことで、身体的効果や心理的効果が得られ、健康に良いとされています。介護現場等にも使われています。

声を出して、笑いながら、心身ともにすっきりとしてみませんか。

ぜひご参加ください。

ご参加の際は、動きやすい服装と飲料の持参をお願いします。

※ 老人クラブ会員の方は、各町の会長さんを通じて、再度ご案内します。

※ 老人クラブ会員外の方もご参加いただけます。

成人女性対象講座

毎回講評をいただいています！

あさひレディースセミナー 受講生大募集

朝日地区在住の成人女性を対象とした「あさひレディースセミナー」。楽しむものだけでなく、学ぶ講座もいれながら、多種多様なセミナーにしたいと思います。

これまで受講したことない方も大歓迎です。多くのご参加お待ちしております。

- ◆ 対 象 : 朝日地区在住の成人女性
- ◆ 年 会 費 : 1,000円 (開講式の際にご持参下さい。
別途、バス研修や材料費等の実費がかかります。)
- ◆ 申込方法 : 朝日公民館(23-8994)にお電話にてお申し込みください。
- ◆ 申込締切 : 10月23日(月)
- ◆ 定 員 : 20名(申し込み順)
- ◆ 開 講 式 : 10月30日(月) 19時～ 朝日公民館(改善センター) 多目的ホール
- ◆ 年間計画 : 第1講 10月30日(月)「押し花を使った作品作り①」 講師:宮崎 栄
第2講 11月13日(月)「押し花を使った作品作り②」 講師:宮崎 栄
 - ・その他については、開講式の際に、皆さんの希望を聞いて決めます。
 - ・月1回をベースに来年3月まで実施します。
 - ・バス研修を1回実施します。行先は受講生で決めます。

今後の主な行事予定

月	行 事	日にち	時 間
10月	ステップ&スロージョギング教室	10日(火)	13時30分～
	あさひチャレンジ倶楽部 第6講 料理教室	14日(土)	9時00分～
	公開講演会「水族館における生き物の命」	21日(土)	10時35分～
	朝日大学 第1講 笑いヨガ	24日(火)	10時00分～
	ステップ&スロージョギング教室	24日(火)	13時30分～
	あさひチャレンジ倶楽部 第7講 水郷ひたチャレンジウォーク	29日(日)	8時30分～
	あさひレディースセミナー 第1講 押し花の作品作り①	30日(月)	19時00分～

コロナウイルスの感染等により、変更することがあります。

職員不在のお知らせ

10月6日(金)は職員研修のため、公民館職員は終日不在となります。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。