

# 遊学館

～桂林公民館だより～

—発行—

桂林公民館  
上城内2-11  
TEL 24-3131  
館長 高倉謙二

## すずめの学校参加者募集！

《開催日》	毎月第4金曜日 (初回は入校式です。10月23日を予定しています)
《開催時間》	9時30分～11時を予定
《参加費》	毎回100円
《内容》	軽体操・音読・計算など
《募集人数》	<u>14名（先着順）</u> (桂林公民館まで自分で来れる方対象です)



※今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、募集人数が減っております。昨年度申し込まれた方も、下記申込書を、必ずご提出ください。

※参加される方は自宅での検温とマスクの着用をお願いいたします。

-----切り取り線-----

講座名	氏名	住所	連絡先
すずめの学校			

## 第2回寿考教室



### ハーブを使ったサシェ作り！開催



#### 【開催要項】

- 日時 : 10月21日（水）午前10時～
- 場所 : 桂林公民館集会室
- 内容 : サシェ作り（ラベンダーなどハーブを使った匂い袋作りです）
- 参加費 : 1,000円（当日徴収いたします） ○定員 : 12名（先着順です）
- 申込方法 : 下記申込書に必要事項を記入し、提出ください

-----切り取り線-----

講座名	氏名	住所	連絡先
寿考教室			

令和2年10月1日発行【第103号】

## チャレンジスクール 陶芸体験

9月12日（土）に講師に清流焼の森山修司先生をお招きして、『陶芸体験』を開催しました。

初めに、先生が実際にコーヒーカップとお皿を作って下さり、それを手本に、実際に作っていきます。

一人一人新聞紙と透明の板、布と一人分の粘土をいただいてから早速作製です。それぞれ思い思いの形を作っていましたが、みんな集中して取り組み、先生たちも、とても静かに集中されていますね。とビックリされました。

コーヒーカップは持ち手を作るのが難しく、また焼くと15%ほど小さくなるので、大きく作りました。また、紐状にして三つ編みした取っ手をつけた子もいました。お皿を作る時は麺棒で伸ばすのですが、なかなかいい厚さにするのが難しかったようです。一緒に箸置きなども作り、個性豊かな1点ものができました。

焼き上がりは1か月先になります。どんな仕上がりになるか楽しみですね♪



## ぶらりと歩こう会



【写真を撮る前にマスクを外しました】

## 遊学館成人事業

9月16日水）に講師に原律子先生をお招きして『足育講座』を開催しました。先生は自分の外反母趾が激しく、自分で勉強し上級足指アドバイザーを取得され、またフットヘルパーという資格も取得されています。

足指はそれぞれの指が広がることが大事なので、靴下の選び方がとても大事だそうです。5本指ソックスを履き、足指の密を避けましょう。とのことでした。また、靴の選び方や履き方、また元気に歩くには、爪のお手入れも重要だそうです。皆さん足指がしっかりと動くか、新聞紙を足指で小さく畳む練習などを行いました。全身の健康には足指が大変重要なことがわかりました。



### 行 事 予 定

10月8日	ぶらりと歩こう会
10月14日	成人事業『スマホ教室』
10月20日	ぶらりと歩こう会
10月21日	寿考教室『サシ作り』
10月24日	チャレンジスクール 『プログラミング体験』
10月31日	ぶらりと歩こう会
10月未定	男の料理教室