



「脳トレピアノ®」の様子 とても楽しかったですよ♪

## 脳がいきいき若返る「脳トレピアノ®」体験

事業報告  
寿考教室

60歳以上の方を対象とした「寿考教室」が6月からスタート。1回目は、講師としてシミズ楽器(東町)から安部純さん、渡辺涼子さんのお2人に来ていただき、「脳トレピアノ®」の体験会を実施しました。

「脳トレピアノ®」とは、音楽を楽しみながらの脳のトレーニング。また、歌やゲームで体を動かすことも含まれており、心と体と頭(脳)の若返りが出来るレッスンです。

今回も簡単な手遊びや指1

本でのピアノ演奏など、楽しみながら脳トレを行いました!

「寿考教室」は年間8回の講座を予定。今年度は定員に余裕がありますので、今からでも参加できますよ♪ 興味のある方は、お問い合わせください。

## 最高のチーム目指して!

事業報告  
スクラム教室

若宮小児童4~6年生を対象に開催している「スクラム教室」。今年度は、18名の子ども達が参加してくれました。

初回活動では、キャプテン・副キャプテンなどを決めた後、ゲーム大会を実施。体を動かす

ゲームや頭を使うゲームなど、みんなで相談・協力しながら課題をクリア! 楽しく過ごしました。

「スクラム教室」は年間12回の活動予定。いろんなことに挑戦していく予定です!!



フラフープを使ったゲームに挑戦!

## 講師は NHK 大分「小さな肖像」二宮さん

事業報告  
成人セミナー

若宮地区の成人女性を対象とした「女性セミナー」。今年度も6月からスタートしました。1回目の講座は、杵築市の二宮圭一さんを講師にお招きし、「大分を旅して そして出会って」と題して講演していただきました。

二宮さんは、NHK大分で2000年から2021年3月まで放送された「小さな肖像」に出演。県内各地を巡りながら地域の人々と会話を重ね、地域の人

に「一番うれしかったこと」を訪ねながらその方の肖像画を制作されています。

今回は、「小さな肖像」を始めたきっかけや印象深かった出会い・エピソード、また日田駅や広瀬淡窓、咸宜園の話など、幅広くお話していただきました。



講師の二宮圭一さん

## 備え、十分ですか？ ～防災バッグの作り方～

事業報告  
防災セミナー

若宮公民館では、多発する自然災害に備えるため、毎年1回「防災セミナー」を開催しております。今年度は、NPO法人リエラの松永鎌矢さんを講師に招き、「あなたの備え、十分ですか？ ～防災バッグの作り方～」と題して開催しました。

近年の自然災害の発生状況やその対策、状況が異なる各家庭でどんなものをどれくらい備えていけばいいのか説明していただき、いろいろな防災グッズも紹介していただきました。



防災グッズの確認中

## 職員が不在になります

お知らせ

8/16(水)～8/18(金)の3日間、公民館事業のため若宮公民館は職員が不在になります。公民館利用の手続などでご用

のある方はご注意ください。なお、この3日間も自主学习教室や貸館で公民館を利用することは可能です。利用方法等

は、事前に公民館までお尋ねください。



## 今後の予定

- 7/18(火)～19(水) スマホお助け教室 講師：横尾正治さん
- 20(木) 女性セミナー 実習「パン作り」【2班】 講師：天然酵母パンとおやつのお店 Nicori 立花あゆみさん
- 24(月) すずめの学校 認知症予防講座
- 26(水) スクラム教室 環境学習「大分の身近な生き物たち」 講師：森田祐介さん
- 27(木) 寿考教室 映画観賞会「戦場のメリークリスマス」 会場：日田リベルテ
- 28(金)、31(月)、8/1(火)、3(木)、4(金) 夏休み子ども教室 講師：川述敏文さん
- 8/ 2(水) スクラム教室 夏の冒険 事前研修
- 16(水)～18(金) スクラム教室 夏の冒険 場所：波戸岬少年自然の家(佐賀県唐津市)
- 18(金) 子育てサロン 健康教室(ヤクルト出前教室)

