

活動報告 「木彫講座」



木彫講座では、10月1, 2日に道の駅で開催された「アクアフェスタ」に展示で参加しました。昨年に続いて2回目ですが、この1年熱心に製作された作品をたくさんの方に見ていただき活動の励みになりました。興味のある方、一緒に始めてみませんか。

活動報告 出前講座「我が家のゴミ減量大作戦」

10月22日(土)に開催された「みんなありがとう感謝祭」の中で、東広島市廃棄物対策課の中村さん、関さんを招いてゴミの分別について勉強しました。家庭から出る紙ごみの中には「雑がみ」として分別すれば資源になるものがあることなど、教えていただき、またたくさんの質問もでて、有意義な時間になりました。雑がみについては11月の広報東広島にも掲載されています。各家庭に配布されている「ごみブック」→も参考になります『混ぜればごみ、分ければ資源』です。



活動報告 「絵手紙教室」

今月のテーマは「秋」です。つわぶき、どんぐり、大文字草、それにおいしい柿、さつまいも、こいもが集まりました。やはり食欲の秋ですね。



活動報告「牛乳パックで小物づくり」

10月15日、牛乳パックを使ったリサイクル作品「ペン立て」「イス」「小物入れ」などを作りました。牛乳パックで型をつくり、和紙、布、包装紙などで仕上げます。ペン立ては、感謝祭でご希望の方にプレゼントされました。第2回を2月頃開催予定です。ぜひご参加ください。



活動報告 「男性料理教室」



- 【メニュー】
- ・さつまいもとシラスのご飯
  - ・鶏肉とフロッキーのマヨボン炒め
  - ・3色ナムル・長芋のふわふわスープ

レシピは地域センターにあります

10月12日開催。野菜たっぷりで栄養バランスのとれた食事を心がけましょう

# 生涯学習 講座予定

< 11月~12月 >

## おから料理講座

**11月24日(木)**  
**9:30~12:30**

栄養満点のおからを使った料理

持ってくるもの:エフロン、バンダナ

材料代:500円以内

対象:一般(どなたでも)

**11月10日(木)までにお申込みください。**

## 【お知らせ①】「キラリ元気体操教室」

市内の60歳以上の方を対象とした体操教室です。福富町では11月9日(水)に久芳地域センターで開催されます。「脳もからだもずっと元気」でいるためのコツを楽しく学べる講座です。「広報東広島」10月号に載っていますが、地域センターにもちらしがあります。(10月24日現在まだ定員に余裕があるそうです)

申込み先:東広島市健康増進課 420-0936

## お正月の寄せ植え

**12月12日(月)**  
**9:30~11:30**

持ってくるもの:エフロン、ゴム手袋、

バケツ又は洗面器、材料代(2000円以内)

対象:一般(どなたでも)

**11月10日(木)までにお申込みください。**



昨年の寄せ植え

## 初めての人もやってみましょう、しめ縄づくり

**12月16日(金)**  
**9:00~12:00**

もち米のわらを使って縄をな

うところから練習しましょう

対象:一般(どなたでも)

**11月10日(木)までにお申込みください**

持ってくるもの:参加される方に後日お知らせします。



## 【お知らせ②】「生涯学習フェスティバル」

11月5・6日に東広島運動公園で開催される「生涯学習フェスティバル」に、センター主催講座で作った作品を展示します。ステージ発表、体験コーナー、飲食コーナーもありますので、ご来場ください。



昨年の展示より



## 木彫教室

開催日 11月17日・24日(木)

12月1日・15日(木)

時間 13時30分~15時30分

講師 堀 洸 公子 先生

## クラフト教室

開催日 11月12日・26日(土)

12月3日・17日(土)

時間 13時30分~16時

講師 田 辺 みゆき 先生

## 男性料理教室

開催日 次回は29年1月です。

旬の食材を使って

時間 10時~13時

講師 森 川 慶子 先生

## 絵手紙教室

開催日 11月21日(月)テーマ「年賀状」

※年賀状に描きたいものを持ってきてください

時間 13時30分~15時30分

講師 溝 田 勝子 先生

各講座のお問い合わせ、お申し込みは上戸野地域センターへお願いします。 電話 435-2057