

下川沿公民館だより

11/8 ロイヤル学級 ～川口小4年児童との交流会～

11/21 ロイヤル学級館外研修 ～津軽の珈琲を訪ねて～

11/27 元TVアナウンサー来る ～下川沿中で講演会～

《ロイヤル学級館外研修の募集》

11月21日(火)、「津軽の珈琲を訪ねて」と題してロイヤル学級館外研修を行います。

弘前における珈琲の歴史は、約150年前までさかのぼります。病気の予防薬として飲用されたのが始まりです。また、庶民が飲んだのは弘前が初めてといわれております。

募集は先着20名とさせていただきます。

《11月21日(火)》

8:45 公民館出発 

10:00～11:30

弘前市内の珈琲店で、弘前の珈琲の歴史に関するお話と珈琲の美味しい入れ方を学びます。

11:30～14:30

昼食休憩及び歴史館見学等

16:00 公民館到着

【参加費】概算2,500円

(昼食代及び珈琲の入れ方講習会費)

★当日、バス車中にていただきます。

【参加申込】11月15日(水)までに

公民館へ ☎ 49-0271

川口小児童との交流会参加者募集

川口小4年児童とポッチャで交流

今月のロイヤル学級は、川口小4年児童と交流会を行います。ポッチャを通じて、子供たちとの交流を深めたいと思っております。

日 時：11月8日(水) 9:30～11:00

場 所：公民館

持ち物：ズック

申 込：11月6日(月)までに公民館へ

☎ 49-0271

「下川沿地区合同研修会」参加者募集

今年度の下川沿地区合同研修会は、講師に秋田朝日放送元アナウンサーで現在総務局に在籍している和気徹児さんを講師として講演会を開催いたします。地域住民の皆様の参加をお待ちしております。

【講師】

AAB 秋田朝日放送株式会社

総務局 和気 徹児(わけ てつじ)氏

期 日：11月27日(月)

会 場：下川沿中学校 体育館

日 程：

第1部 13:25～14:25

テレビ局探検～アナウンサーのお仕事体験～

第2部 14:40～15:50

アナウンス講座～正しい口の開きで「伝える力」は大きく変わる～

※地域住民のかたは、第2部を対象(お勧め)

申込不要 開始時間の10分前まで会場へ

行事日誌

下川沿地区ポッチャ交流会

小学生のスキルが高かった

先月の14日(土)、今年度第1回目の「ポッチャ交流会」を開催いたしました。小学生4人を含む老若男女18名が集い、5チームに分かれて交流試合を楽しみました。

簡単のように思えるが、なかなか難しいのがポッチャの醍醐味。真っすぐに投げたつもりでも、あれ、ボールは東奔西走(?)。しかしながら小学生の投げたボールは素直に真っすぐ進むのである。邪念がないのがいいのか。不思議である。

経験のある大人と経験のない小学生が対戦しても、いい勝負があちこちで垣間見られました。

伊藤さんのチーム優勝



今回の交流試合で、見事優勝に輝いたのは伊藤春夫さん(西大館)とゆかいな仲間たちチームでした。運と実力を兼ね備えたことが、優勝につながったようです。おめでとうございます。

今回の開催にあたり、準備や運営面でご尽力いただきましたポッチャサークルの皆様にあらためまして感謝申し上げます。

今年度第2回目のポッチャ交流会は、2月または3月に開催いたします。

小学生の参加を待望いたします。

《ハチ公生誕100年記念協賛事業》



元NHK テレビ・ラジオ体操
アシスタント2名が来館

「みんな元気にラジオ体操ワンツー・ワンツー」

日時：11月11日(土) 10:00~11:30

場所：タクミアリーナ

規模：300人予定

★参加希望の方は、当日会場へ 9:30 開場
動きやすい服装で、ご来場ください。

行事日誌

ロイヤル学級 調理講習会

減塩で健康な食卓づくり

先月の24日(火)、「減塩で健康な食卓づくり」と題して、米粉のチヂミづくりに挑戦いたしました。講師の方より、「干しエビを水で戻した際の水(汁)も活用する」など塩分を最小限に抑えた調理方法の説明を受けながら、参加者20名が協力して、ポン酢しょうゆの香りが効いた、おいしいチヂミが完成しました。講師の「市食生活改善推進委員」の皆様には感謝申し上げます。



「市食生活改善推進協議会」の実践目標

- ・減塩を実践しよう
- ・野菜を食べよう
- ・しっかり食べてフレイル予防

引き続き、食用油の回収に御協力を
地球環境にやさしい行動を足元から

使用済み食用油の回収についてですが、公民館の玄関前に青色のポリタンクを設置しておりますので、是非、ご協力願います。

使用済の食用油から、自動車の燃料や石炭に生まれ変わります。「地球環境にやさしい行動を足元から」をキャッチフレーズに引き続き取り組んでまいります。