

●健康づくり講座

日常生活の中で簡単にできる運動を学び、生活の質を向上させてみませんか？

日時	10月20日(火)・28日(水)・11月4日(水)・11日(水) 午前10時～午前11時30分 (全4回)
場所	根郷公民館 ホール
講師	森たか子(AFAA認定MLHインストラクター)
内容	簡単な有酸素運動や筋力運動について分かりやすく解説、その運動を実践しながら学びます。
定員	40人
参加費	無料
持ち物	ヨガマットまたは大きめのバスタオル、運動できる服装
申込み	詳細は、10月1日発行「こうほう佐倉」に掲載いたします



椅子を使ったチェアピクス

●根郷寿大学

市民公開講座 市民人権啓発講座

「災害と人権」をテーマにお話しします。

日時	1月15日(金) 午前10時～正午
場所	根郷公民館ホール
講師	鎌田行平(一般社団法人千葉県人権センター)
定員	20人
参加費	無料
持ち物	筆記用具
申込み	詳細は、12月15日発行「こうほう佐倉」に掲載いたします

日時	10月24日(土)、31日(土)、11月7日(土) 全3回
場所	根郷公民館
講師	三石康雄(終活カウンセラー上級検定合格者)
定員	20人(原則60歳以上)
参加費	無料
申込み	詳細は、10月1日発行「こうほう佐倉」に掲載いたします

●さくら学び塾

エンディングノートの書き方講座

終活の第一歩としてエンディングノートの書き方を学び、自分を見つめ直してみませんか？

日時	10月24日(土)、31日(土)、11月7日(土) 全3回
場所	根郷公民館
講師	三石康雄(終活カウンセラー上級検定合格者)
定員	20人(原則60歳以上)
参加費	無料
申込み	詳細は、10月1日発行「こうほう佐倉」に掲載いたします

事業報告

●根郷公民館 通学合宿

子どもたちにたくましく生き抜く力を身につけ、地域との関わりに目を向けてほしいという願いから、6月21日(日)～24日(水)まで、根郷地区の小学生を対象に実施しました。今年で13回目となるこの事業は、小学4年生～6年生の児童21人(男子7人、女子14人)が親元を離れ、公民館で3泊4日の共同生活体験をしながら、通学するものです。



太巻き寿司作りに挑戦!

合宿中は、普段大人がやってくれる食事の支度などの家事を、児童がお互いに協力しながら行いました。その際、ボランティアとして、佐倉南高等学校の生徒10人と、南部中学校の生



閉講式

徒3人が、地域の方々と協力して、児童の指導と交流を図りました。初日の夕食は、公民館利用サークル「まつりずし」会員の指導により、太巻き寿司作りに挑戦しました。テーマは、「かたつむり」と「パンダ」。みんなで協力して巻き上げた太巻き寿司の味は、格別でした。また、南子連ジュニアリーダーズクラブ指導によるレクリエーションを行い、新聞紙ファッションショーなどで盛り上がりました。最後に、早朝や夕方の忙しい時間帯に、快くご協力くださった地域の皆様に深く感謝申し上げます。

●お願い
平成28年度もこの「通学合宿」を実施する予定です。期間中にお風呂を貸していただけるお宅を探しています。公民館周辺で、お心当たりの方は、ご連絡をお願いいたします。

●珈琲学入門講座

珈琲おいしさの方程式

珈琲の基礎知識や文化と歴史、珈琲豆の選び方や抽出技術などを学び、珈琲の持つ魅力を再発見してみませんか！

日時	①11月7日(土) 午前9時30分～午後0時30分 ②11月15日(日) 午前9時30分～午後0時30分
場所	根郷公民館3階調理室
定員	成人各10人(多数時抽選・未受講者優先)
参加費	一人1,000円(材料費)
講師	珈琲焙煎士 坂井稔(カフェアイン店主)
持ち物	筆記用具
申込み	詳細は、10月15日発行「こうほう佐倉」に掲載いたします



至福の一杯抽出中

今後予定の事業

(各講座の詳細は「こうほう佐倉」に掲載する予定です)

【楽しく見て学ぶ】

鉄道講座(講演・見学)

佐倉や千葉県内の鉄道について学びます。今年は、小湊鐵道を訪れます。

◇対象 成人
◇日時 11月～12月 1回

【伝統の根郷産 こんにやく作り体験】

根郷産のこんにやく芋を使って、こんにやく作りに挑戦します。

◇対象 成人
◇日時 12月 2回

【ハンギングバスケット講座】

季節の花を使って、ハンギングバスケットを制作します。

◇対象 成人
◇日時 12月 2回

【クリスマスコンサート】

クリスマスソングを楽しみましょう。

◇対象 小学生
◇日時 12月 1回

【防災講座】

地域の防災力を向上させましょう。

◇対象 成人
◇日時 1月 1回

家庭教育事業

●ぽっぽちゃん くらぶ番外編

親子で自由表現ダンサーに変身！自由なダンスと一緒に踊りましょう！心と身体のリフレッシュもできます。

日時	9月26日(土)
場所	根郷公民館ホール
講師	岡庭未来(ヒラノル銀座ダンススクール講師)
対象	廣田和子(楽母菓子)
定員	2歳児～小学校3年生までの子どもとその保護者
申込み	30組(先着順) 電話で

●食育実践講座

朝食の大切さを学び、忙しい朝にぴったりの簡単で栄養満点の「サラダそばろ丼」を作ります。

日時	11月17日(火)
場所	根郷公民館調理室
講師	今井勝子
対象	(食生活改善推進員) 小学生以上の子を持つ保護者、育児経験者
定員	16人(先着順)
申込み	詳細は、10月15日発行「こうほう佐倉」に掲載いたします

【佐倉っ子塾・

佐倉こどもかるた教室】

佐倉の歴史や文化など佐倉をテーマにしたかるたで遊びます。

◇対象 小学生と保護者
◇日時 1月 1回

【子ども鑑賞教室】

春休みに音楽などを鑑賞します。

◇対象 幼児～小学生
◇日時 3月 1回

講師等の募集

地域力向上のため、明日の地域を支える人材の掘り起しと活用を図ります。市民協働により、楽しくいきがいのある街づくりや魅力ある事業が行えるよう、様々な知識や技術をお持ちの方を募集しています。

ボランティア募集

【花の応援団】

園芸で仲間づくり、花いっぱい、生きがいのある生活を楽しみましょう。草花の育て方の知識も得られます。

◇活動日 第2月曜日
◇年会費 千円
◇問い合わせ 根郷公民館 (486)3147