



おおみか

○●編集・発行●○
大甕生涯学習センター
南相馬市原町区大甕字十日・26
TEL22-3810 FAX24-6949



♪4月21日(日)大甕地区福祉委員会総会が開催されました♪

30年度の活動報告収支決算や令和元年度の活動計画、収支予算が承認されました。大甕地区福祉委員会のみなさんは、多年にわたりボランティア活動を積極的におこなう等、社会福祉の発展向上に尽力頂いております。



※大甕地区福祉委員会では、会員を募集しております。
詳しくは当センターまでお電話下さい。(22)-3810

初級吊るし飾り教室

4月22日(月)センター主催教室「初級吊るし飾り教室」が開催されました。

開講式に出席された19名のみなさんは、自己紹介後早速、講師の新田二美子先生と今年度の作成計画をたてて作業に取りかかりました。教室活動再開を心待ちにしていた方も多かったようです。

吊るし雛作成の基本の「さるぼぼ」と「ちゃんちゃんこ」縫いを覚えてから、次のステップに取掛る方もいます。大甕地区外からの新メンバーも加わり、楽しい時間を過ごしました。次回5月27日 AM9:30~



「ノルディックウォーキング」教室を開催いたします。

ノルディックウォーキングとはポール2本を使って体力づくりが主な目的の新しいウォーキング健康法です。上半身を積極的に使い通常ウォーキングよりも平均20%程度エネルギーが消費します。長距離や坂道での下半身での負担が軽く感じる無理のない新しい運動法です。

申込みは5月30日(木)までに学習センターへ(22)-3810ご連絡下さい。

日時 5月31日(金)午前9時30分より
場所 大甕生涯学習センター周辺
講師 ノルディックウォーキングの会 西山 拓示 氏
参加費 無料
定員 10名
準備物 タオル、飲み物、外履き(シューズ)、帽子





いってみっぺ。やってみっぺ。



おおみかハツラツ講座がスタートしました。!



4月25日(木)午後1時30分より、センター研修室において「大甕ハツラツ講座」を開講しました。閉じこもりを予防し、楽しく体を動かし生きがいのある生活を送る目的で、開講式に出席された13名のみなさんは、もりあげ隊スタッフの指導の下、お口の体操や曲(めだかのパピブ)に合わせた頭の体操と筋力をアップするためのボウルを使った体操など、満面の笑みで体を動かし、気持ちいい汗をかいて健康維持に努めました。

次回のハツラツ講座は5月23日です。



うまい生き方講座 受講者募集 (全6回) 6月11日(火)午前10時00分より
開催いたします。第1回目は「般若心経から人生を学ぶ」を題材として岩屋寺前住職の星見全英氏からお話を伺います。 申込み6月10日までお電話下さい。

生け花教室 受講生募集 (全4回) 6月19日(水)午前10時00分より大森京子氏を講師に迎えて生け花教室を開催いたします。お家にあるお皿や花瓶、かご等に身近に咲いているお花を生けます。材料費1,500円以内 申込み6月7日までお電話下さい。

五月の予定



○ 十八日(土) 大甕パークゴルフ例会

(南相馬パークゴルフ場)

○ 二十日(月) 民生・児童委員定例会

AM9:30~

○ 二十二日(水) 区長会定例会

PM6:00~

○ 二十三日(木) クッキング講座

「みそ作り」

○ 二十三日(木) おおみかハツラツ講座

○ 二十七日(月) 初級吊るし飾り教室

○ 三十一日(金) 高齢者学級

ノルディックウォーキング

六月の予定



○ 七日(金) 大甕地区 (雨天決行)

パークゴルフ大会

8時30分受付

9時00分開始

○ 七日(金) 切り絵教室

○ 十一日(火) うまい生き方講座

講師: 岩屋寺住職

○ 十九日(金) 生け花教室 10時00~