

小郡交流センター だより



平成29年8月号
【小郡校区公民館】 No.145 8/15発行
TEL 72-2846 FAX 73-1187
担当 小森 妙美

主催講座の募集



→ 交流セミナー 第4回 「海外旅行の楽しみ方」 →

今回は個人で行く海外旅行の楽しみ方をお話いただきます。

海外旅行の経験豊富な蓑毛さんから、飛行機の予約の仕方、宿のとり方、現地での英語は話せないけれど、その対処のしかた等、経験者ならではのお話が聞けます。

日時：8月24日（木）10:00～12:00 場所：小郡交流センター 研修室1

☞ 健康講座パートI 第2回 日々の暮らし方 ～食事編～ ☜

健康増進と認知症予防のための日々の暮らし方講座、食事編です。

前回出席できなかった方も、どなたでも参加できます。

日時：8月25日（金）10:00～11:30 場所：小郡交流センター 研修室1



📷 デジカメ講座 📷

写真の撮り方、パソコンへの取り組み、CDなどへの保存の仕方等を勉強します。

3回シリーズです。2回目は館外撮影会の予定です。

- 期 日：① 9月11日（月）写真の撮り方など
 ② 9月25日（月）宗像大社に館外撮影会（予定）
 ③ 10月2日（月）パソコン・CDへの取り込み保存、編集

時 間：①・③は10時～12時 ②は9時から16時（詳細は後日）

受講料：無料（館外撮影会のみ実費）

持参品：デジカメ・パソコン・筆記用具 会 場：小郡交流センター 研修室2



交流セミナー8/24(木)

健康講座8/25(金)

デジカメ講座9/11(月)

8月休館日 ⇒ 20(日)・29(火)

夏休み子ども教室 報告



☀ 7/22 七夕揮毫大会 ☀ 小学1年生のお友達がもっともっと字が上手になるように！と願いを込めて一生懸命作品を作りました。

☀ 7/25 線香花火作り ☀ みやま市の筒井時正玩具花火製作所で線香花火作りを体験しました。0.08gの火薬を和紙に包み、こよりをよって完成しました。出来栄を専用ドームで確認し、牡丹→松葉→柳→散り菊と変化する様を楽しみました。福岡ヤクルト工場見学では、4種類のヤクルトを製造する工場、容器作り、ラベル貼、1秒に10本以上と言われる装填、搬送用梱包等、一気に製造される様子を見学しました。帰りには、廃棄用容器を使った、定規やオープナーのお土産をいただきました。

☀ 8/3 夏休み子どもスイーツ作り ☀ レーブ・ド・ベベのパティシエ木下氏からロールケーキの作り方をおしえていただきました。生クリームの泡立てするのに腕が痛くなり苦労しました。スポンジに生クリームを塗ってくるくと巻いたらロールケーキの出来上がり。箱に入れてお持ち帰り。

7/20 交流セミナー リンパマッサージ講座



7/27 健康講座パート1 「備えあればハッピーライフ」

嶋田病院の職員の方を講師に健康増進と認知症予防に対する日々の暮らし方をテーマに講演して頂きました。今回は筋力や心身の活力低下様態（フレイル）を防ぐ為、下肢を鍛え活動しやすい体を作ることが重要との事で、汗を流しながらその方法を教わりました。次回は8月25日食事編です。

小郡市
議会生
中継

小郡交流センターでは小郡市議会9月定例会の様子をインターネット生中継で放映します。日程は9/1、5、25、26、27予備、29、です。