

小郡交流センターだより

【発行】小郡校区コミュニティセンター 【TEL・FAX】0942-72-2846 【携帯】080-7478-8417 【担当】荒巻

【しらすぎ号】 7/1 7/15 7/29 8/12 8/26 9/9 9/23
 【休館日】 7/17 7/18 7/31 8/11 8/13 8/14 8/15 8/21 8/31
 9/18 9/19 9/23 9/30



講座案内

講座の申込は、☎・窓口・右の二次元コードより。
定員になり次第締切とさせていただきます。
熱中症予防の為、水筒などご持参ください。



桜セミナー 「トライしてみようドレミパイプ」

日時：7月23日(土) 10:00~
 定員：15人
 講師：中村郁子さん
 参加費：無料
 持参品：筆記用具

夏休み子ども講座 「世界の料理」

日時：7月30日(土) 10:00~12:00
 定員：2人(4年生以上)
 講師：パンライツ アルソン
 参加費：無料
 持参品：エプロン、三角巾、手拭きタオル、上靴



交流セミナー(会員) 「教えて、今どきの終活事情」

日時：8月10日(水) 10:00~
 持参品：筆記用具

歴史講座 「水車巡路道詳覧図と田中三次郎商店」

日時：8月24日(水) 13:30~
 「近郷の水車事情」
 日時：9月7日(水) 9:00~
 定員：22人
 講師：郷土史研究会
 参加費：無料
 ※2日間参加可能な方優先



健康講座 「人生会議」

日時：9月12日(月) 13:30~
 定員：40人
 講師：嶋田病院
 参加費：無料
 持参品：筆記用具



桜セミナー 「スイーツ3種」

日時：9月15日(木) 10:00~
 定員：15人
 講師：古賀祥子さん
 参加費：1,500円
 持参品：エプロン、三角巾、手拭きタオル



レックッキング 「一夜干しを作ろう」

日時：9月20日(火) 10:00~
 定員：12人
 講師：健康を守る母の会
 参加費：時価(約1200円前後)
 持参品：エプロン、三角巾、手拭きタオル

ポ 高齢者健康づくり ポイント事業
 実施期間：令和4年4月~令和5年2月
 対象：65歳以上
 1日=1ポイント=100円
 500円単位から換金



児童書を中心に7月1日(金)から
絵本や紙芝居・偉人伝など置きます。貸出も可能です。
定期的に本の入れ替えも予定しています。



講座報告

下記の講座を開催しました。詳しくは「小郡交流センターホームページ」をご覧ください

廃油石けん&ホウ酸団子作り

おごおり環境クラブの方々に作り方や効果など教えていただきました。この時期、ゴキブリ除けに、しつこい汚れにと皆さん喜ばれてました。



交流セミナー

第1回目はワークショップを行い、小郡の行きたいスポットや、最近気になることなど、たくさん話題が出て、盛り上がりました。



桜セミナー(アンチエイジング)

肌のトラブルはバランスの良い食事と睡眠でも防げることを学びました。



掛香作り

古くはインドや中国で室内の臭気や邪気を払う事から始まったもので、和紙の中にお香を入れ、表紙に筆で文字を書きました。さわやかな香りでお部屋を演出できそうです。

熱中症に注意!

吐き気
めまい 頭痛

- ・のどが渇いてなくても水分補給
- ・部屋の温度をこまめにはかる(室温は28℃以下に)
- ・バランスの良い食事ですっかり栄養補給(水分補給にもつながります)