

みんなのあさひかわ こうみんかん

第 8 号
平成26年8月1日発行
旭川市教育委員会
公民館事業課
旭川市神楽3条6丁目
電話(61)6194

公民館事業課では、6月から3月までの間の土曜日に、フィール旭川7階シニア大講堂にて「まちなか講座」を月二回開催しています。

この「まちなか講座」では、高齢者だけではなく広く一般市民の方に参加いただき情報・趣味・実技・基礎知識などの幅広い講座の実施しています。

6月7日には「ラフター(笑い)ヨガ体験」を開催しました。はじめに講師より「笑いと健康の関係」や「笑いヨガの歴史」についてのお話を聞きました。その後「手拍子とかげ声」「ヨガに基づいた呼吸法」「笑いエクササイズでのあいさつ笑い」等を学びながらラフターヨガを実践しました。

ラフターヨガが初めての参加者が多かったのですが、参加者は身体的にも精神的にもリラックスすることができたようです。

6月21日には「二十一世紀の新文芸 五行歌であなたも歌人」が開催されました。五行歌とは「五行で縦書き」というほかに、一切の制約がない新しい詩歌形式で、自由なリズムで思いを表現できることが特徴です。

参加者は、講師から五行歌の誕生と歴史的背景の解説を聞いた後、全員「五行の中に自分の思いを込めて詩歌を書き、講師より一人ひとりコメントをもらいました。

参加者たちからは「自分自身を創造し確立するだけでなく、お互いの理解や敬意を持つことにも優れた方法」「笑いもあり

フィール7階にて「まちなか講座」を開催中です。

次号の
「みんなのあさひかわ
こうみんかん」は
11月4日(火)発行予定です。



「ラフターヨガ体験」の様子

が深い」「自分でも歌える」等の感想があり、大変好評でした。

7月12日には「消費者が食品表示に話すこと」と題した講演を行いました。本講座では賞味期限や消費期限の違い、保存料をはじめとする食品添加物、原産地などについて学びました。参加者は、これからは食品の購入時には表示を確認して、安全な食生活をめざすという感想を持っていました。

7月26日には「童謡・唱歌を楽しむ交流の集い」を行いました。懐かしい童謡や唱歌をみんなで楽しく歌いました。

公民館事業課では、これからも様々な講座を予定しておりますので、ぜひご参加ください。

公民館紹介

神居公民館は、神居地区の中心部に位置し、住み心地の良い、いきいきとした地域づくりに役立てていただくために、昭和47年5月に神居支所と併設して新築されました。建物2階には、公民館と図書分室があり、地域の会合や活動、自主活動など生涯学習の場として、ご利用・ご活用ください。



講座の紹介

神居公民館では、8月からも、就学前の乳幼児と保護者を対象とした「子育てサロン」や75歳以上の方を対象とした「いどばたサロン」を毎月1回開催しています。

また、介護を必要としないための「介護予防教室」や神居地区をバスで巡る「神居再発見講座」、新そばを使った「そば打ち体験」など、多くの魅力ある講座を開催します。

是非、神居公民館に足を運んでいただき、御参加ください。

お待ちしております。詳しくは、こうほう旭川市民「あさひばし」に掲載します。

なお、駐車場が狭く、お越しいただく利用者の皆さんには、ご面倒をお掛けしています。できるだけ公共交通機関をご利用しての参加をお願いします。



60歳以上の方対象の「脳力いきいき教室～認知症予防～」



小学生と保護者対象の「親子ふれあい農業体験～乳搾り編～」



乳幼児と保護者対象の「子育てサロン」

平成26年度 「まちなか講座」開催予定の講座

| 開催月 | 講座名 | 講師 | 内容 |
|-----|--------------------|-----|------------------------|
| 8月 | 3枚の折り紙を使った回るこま作り | 12月 | 手作りの「さまざまなポップカード」を作ろう |
| | スタンドグラス風キャンドル作り | | カラフルな「切り絵に挑戦」 |
| 9月 | ベテルギウスの超新星爆発はいつ? | 1月 | バルンアートを楽しむ! (仮称) |
| | 旭川中心市街地の建物文化とまちづくり | | ネーチャークラフトづくり |
| 10月 | 神居古潭再発見 (仮称) | 2月 | 旭川の文学 |
| | はじめよう! かんたんタブレット | | アルツハイマー病をくいとめろ! |
| 11月 | はじめての篆刻体験 | 3月 | 春に向けてーレベルアップ! 野菜の栽培方法ー |
| | 26cmの大皿作りに挑戦 (仮称) | | 国際理解「北アメリカ編」 |
| | 旭橋と旭川の歩み | | ※講座により教材費が必要な場合もあります。 |

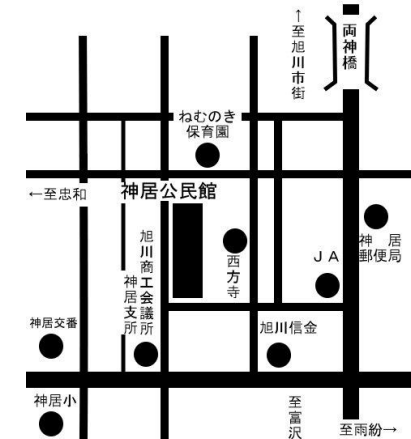
※8月1日現在の予定ですので、変更の可能性があります。詳細はこうほう旭川市民「あさひばし」をご確認ください。



神居公民館

住所 旭川市神居2条9丁目1番19号
電話 61-2575

| 室名 | 面積 (㎡) | 定員(人) |
|-------|--------|-------|
| 大会議室 | 239.65 | 120 |
| 中会議室 | 60.66 | 30 |
| 和室 | 54.85 | 30 |
| 調理実習室 | 50.85 | 25 |
| 小会議室 | 12.96 | 10 |
| 図書室 | 31.86 | — |



アクセスMAP