

# 渋沢公民館情報

編集 秦野市立渋沢公民館

〒2597-1326 秦野市渋沢上二丁目9-1  
 TEL 0463(87)7751 FAX 0463(87)7708  
 E-mail : sibusawa-kou@city.hadano.kanagawa.jp



渋沢公民館

《1月から3月の講座案内》=「広報はだの」掲載日の8時30分から受付けます=

## 歌声ロマン渋沢

懐かしい歌謡曲や思い出の曲をピアノの伴奏に合わせて歌いましょう♪

日時:令和6年1月26日(金曜日) 午前10時~11時半  
 場所:渋沢公民館 多目的ホール  
 定員:一般24名 申込先着順  
 参加費:200円  
 持ち物:飲み物  
 申込み:1月4日(木曜日)



## 二八蕎麦を打とう

蕎麦粉八割、小麦粉二割の二八蕎麦を打ちませんか。久しぶりに蕎麦打ちしてみようかな...もちろん初めてでも大丈夫。先生の親切、丁寧な説明付き。皆さんで楽しく蕎麦打ちしましょう。蕎麦好きな人集まれ!



日時:令和6年1月28日(日曜日) 午前9時~午後1時半  
 場所:渋沢公民館 調理室・和室  
 定員:一般6名 申込先着順  
 参加費:1,500円  
 持ち物:マスク、エプロン、三角巾、布巾、持ち帰り用容器、筆記用具  
 申込み:1月4日(木曜日)

## 楽しく描くミニ黒板のチョーク絵教室

昔、誰もが手にしたことのあるチョークを使って、手作りの小さな黒板に季節の花や風景を描いてみましょう。きっと、懐かしく心温まる作品になるはず。絵心がないから...って心配無用。まずは、チョークを持ってみましょう。失敗したって大丈夫!チョークだから消せるんです。

日時:令和6年2月24日(土曜日) 午後1時~3時  
 場所:渋沢公民館 創作活動室  
 定員:一般12名 申込先着順  
 参加費:500円  
 持ち物:雑巾一枚  
 申込み:2月1日(木曜日)



## 簡単!!マムレード作り

夏ミカンには、ビタミンA、B1、B2、C、クエン酸などが豊富に含まれています。ビタミンCは、肌にハリをもたせ、風をひきにくい体をつくり、クエン酸はイライラを解消し、疲労回復に役立ちます。その夏みかんをまるごと使った調理法を学びます。

日時:令和6年2月29日(木曜日) 午前9時半~正午  
 場所:渋沢公民館 調理室、和室  
 定員:一般6名 申込先着順  
 参加費:600円  
 持ち物:マスク、エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具  
 空き瓶(350~400ml)、ステンレスまたはホーロー鍋  
 申込み:2月15日(木曜日)



## 公民館まつり 12月2日(土曜日)

### ステージの部



### 展示の部





飲食・売店



直売 峠の野菜



西上地区青少年指導



にこにこパン工房



西婦人会



食事風景



参加団体様のご協力により『公民館まつり』が盛況にとり行われました。皆様のご協力に感謝致します。晴天にも恵まれ、4年ぶりに飲食売店も復活し、多くの方で賑わいました。また、ステージ発表、展示と日頃の活動を遺憾なく発揮され有意義な一日となりました。

前号の講座から

渋沢丘陵・秋の雑木林植物観察会 10月2日

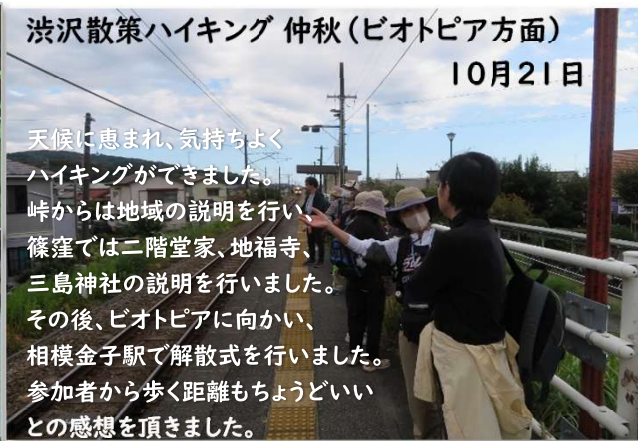
卓当日は終日晴れてハイキング日和でした。講座資料の秋の植物一覧の全てを観察でき、秋の草花を楽しむことができました。



渋沢散策ハイキング 仲秋(ピオトピア方面)

10月21日

天候に恵まれ、気持ちよくハイキングができました。峠からは地域の説明を行い、篠窪では二階堂家、地福寺、三島神社の説明を行いました。その後、ピオトピアに向かい、相模金子駅で解散式を行いました。参加者から歩く距離もちょうどいいとの感想を頂きました。



初心者卓球教室 5月~10月

卓球を始めたい!久しぶりの卓球!の方を対象に初心者卓球教室を始めました。初心者と多少経験のあるグループに分け、指導を行い、10回の講座を通し十分にレベルアップができました。



アイシングクッキーを作ろう! 10月29日



ベースのアイシングをしたクッキーを乾かす間にデザイン画を描いてもらい、講師より装飾のやり方を説明頂いて、ゆっくり丁寧に作る様に進めました。また、講師の方が一通りしてみせる事でイメージがわき、作業が進めやすかったです。



ポールウォーキング教室 11月9日

公民館でポールを使用した歩き方のレクチャーを受け、ポールウォーキングを実施した。渋沢千村地内はアップダウンがあるが、ポールを使うことで楽に歩け、転倒予防、背筋を伸ばし良好な姿勢で歩行ができると感じた。



木目込み人形教室「来年の干支『辰』を作ろう」 11月1日、3日、15日

リピータの方が多く、手慣れた様子で作業を行っていました。初めての方も講師の助言を聞きながら、じっくりと作品を仕上げていました。講師の方が各参加者の机を廻り、質問に答えたり、作業をする上での注意事項を指導され、そういうやりとりのなか和気あいと作業を進めました。



らくらく健康ストレッチ教室 11月14日

いつでもどこでもだれてもできるストレッチをテーマに開催しました。講師は参加者の年齢に応じたストレッチを指導してくれ皆さんが無理なくできるように柔軟に対応してくれました。



	(10月~12月の実績)	(今後の予定)
渋 沢 ほ っ と サ ロ ン	10月12日 竹細工作製	1月11日 初釜
	10月19日 健康体操、ゲーム	1月18日 健康体操、ゲーム
	11月9日 出前講座 後悔しない為の葬儀	2月8日 三野先生の音楽会
	11月16日 健康体操、ゲーム	2月15日 健康体操、ゲーム
	12月14日 音楽会 オカリナ/バンジョー	3月14日 出前講座 お口の元気は体の元気
	12月21日 健康体操、ゲーム	3月21日 健康体操、ゲーム

休館日

1月8日(月)  
2月12日(月)  
3月11日(月)

原則  
毎月第2月曜日が休館となります。