

深浦町公民館事業

【初心者のお私にもできる！栄養教室】開催！

深浦町公民館では多様な学習機会の充実に向け、成人・高齢者を対象に「初心者のお私にもできる！栄養教室」を3回開催し、延べ25人が参加しました。

栄養教室は、料理を通じて栄養バランスの取れた食事づくりと仲間づくりの心身の健康を期待し、健康推進課の栄養士2人を講師に実施しました。

当初1回の予定でしたが、受講者の要望により3回開催することになり、メニューについても受講者が提案し栄養士が簡単レシピを作成しました。

講師からバランスの良い食事について説明を受けた後、野菜の切り方から塩分控えめの調理方法を学び、最後はみなさんと美味しくいただきました。



2回目、3回目とだんだん上手に！



お魚は蒸し蒸しで美味しく



料理は楽しく、愛情を持って♡



みんなで美味しく「いただきま〜す！」

【公民館からお知らせ】

この栄養教室は町民の方からの要望により実現したものです。公民館では講座・教室などの事業実施にあたり町民のニーズや要望を参考にしています。

みなさんのご意見・ご要望をお待ちしています。気軽にお電話ください。

□問合せ先 深浦町公民館 TEL74-2031

深浦町公民館各種教室・講座を紹介いたします！

深浦町公民館では「多くの住民が新たな学びや人との出会いを求めて、手軽に参加・交流できる機会や場の創出」を教室や講座、イベントを通して行っています。今回は公民館で実施をした教室や講座の一部を紹介します。



【パッチワーク教室】

鹿内喜知子さん（五所川原市）を講師として年4回の教室を開催。パッチワークの基礎から応用までを学び、カラフルな作品を作成し、文化祭へ出展しました。

【編み物教室】

島村恵美子さん（五所川原市）を講師として年5回の教室を開催。編み方やコツなどを教わりながら作成し、完成品は文化祭へ出展しました。



【ヨガ教室】

神馬陽夏さん（能代市）を講師として、年7回の教室を開催。ヨガを通じて、体や心のリラクゼーションを行い、参加者の皆さんも楽しめました。

【クリスマスリースづくり教室】

世永恵美子さん（柳田地区）を講師として12月に実施しました。季節を楽しむことを何よりの目的とし、世界に一つだけのオリジナルリースを作成しました。



【公民館からお知らせ】

深浦町公民館では各種講座・教室実施の際の講師を募集しております。自分が持つ知識や技能を広めて、地域に還元したい方がおりましたらお気軽にお問合せください。

電話：0173-74-2031 FAX：0173-82-0858

メールアドレス：koumin@town.fukaura.lg.jp



深浦町公民館
Instagram

エコクラフト愛好会から町内児童保育施設へ ぬいぐるみのプレゼント！



青い鳥保育園に動物のマスコットをプレゼント

エコクラフト愛好会（町文化協会所属）は毎週火曜日に深浦町公民館で活動する団体で、結成当初はバッグやカゴを作成していましたが、現在は古着を再利用してぬいぐるみを作成するなど手芸を楽しんでいます。

このたび、町文化祭作品展に出展した動物のぬいぐるみを町内全ての児童保育施設へ贈呈しました。

公民館近くの青い鳥保育園には会員の二人が訪れ、園児に直接ぬいぐるみを手渡し、皆で手作り作品の温かさに触れ合いました。