

## 葛城公民館だより

発行：千葉市葛城公民館  
住所：中央区葛城 2-9-2  
電話：043 (222) 8554

## 9・10月「充実の秋」を目指します。

千葉市葛城公民館館長 松本清孝

7月1日(月)に開講し、9月9日(月)2回目、10月7日(月)に3回目を迎える  
英語リトミック(15組)は大好評につき第2部を設けることとなりました。



第2部も現在14組の親子が希望しているという盛況ぶりです。

9・10月に行われる葛城公民館の主催講座は、この他に次のようなものがあります。

9月18・19日(水木) 10:00~12:00 androidスマホ教室 20人(60歳以上の方)

基本操作・インターネットで楽しもう!・地図の使い方・アプリについての説明など



9月26・27日(木金) 10:00~12:00 LINEの使い方講座 20人

LINEの使い方を初歩から楽しく学びましょう。



10月10日(木) 10:00~12:00

みんなに優しいユニバーサルデザイン 20人

<9月2日(月) 9:00 受付開始>



10月24日(木) 10:00~12:00

季節の和菓子(練り切り)を作ろう  
12人

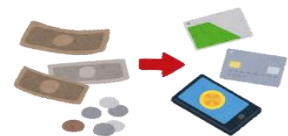
<10月2日(水) 9:00 受付開始>



10月30日(水) 10:00~12:00

見えないお金~電子マネーについて考える 20人

<10月2日(水) 9:00 受付開始>



秋は文化祭や敬老会など、様々な学習の発表が行われる時期です。葛城公民館を利用されている  
サークルさんも11月2・3日(土日)の文化祭に向けて準備を着々と進めているようです。

生ごみを肥料化しよう！

市の廃棄物対策課を通じて NPO 法人「生ごみ減量研究会」の皆様による生ごみを肥料化する講座が行われました。



和気あいあいの中に真剣さが。

《受講者の声》・実際にやって見せていただいたのでよくわかった

・ごみ減量化と植物の育成が一挙両得だから満足した。



クレイクラフトで「フルーツパフェを作ろう」



プログラミング講座  
「MOON Block を体験しよう」



プログラミング講座  
「Ichigo Jam を使って  
ゲームクリエイターになろう」

夏休み期間中の小学生を対象にした講座も盛況でした。

《受講者の声》・粘土ってこんなにすごいんだなぁと思いました。(クレイクラフト)

・いろいろなブロックをくっつけてゲームを作るのが楽しかった。(MOON Block)

・初めてプログラミングをやって、とても楽しかった。(Ichigo Jam)

## サークル紹介

**楽楽健康体操** (5/1 現在20人)

第2・第4火曜日の 10:00~11:30、2階のホールで活動しています。

各自の体力に合わせた中高齢者向けの主に椅子を使った体操や、筋トシ、ストレッチ、脳トシ、姿勢、リラクゼーションをしています。ひざ痛・肩こり・腰痛の予防改善、美しい姿勢づくりに効果があります。

「動く体は宝物」を合言葉に楽しく体を動かし励んでおります。体操終了後は体が軽くなり、ひざ痛・肩こり・腰痛等も改善され、楽になるのを毎回実感しています。体は手入れで元気に動きます。一緒に動きませんか？無料体験できます。



**絵手紙サークル** (5/1 現在8人)



毎月第1水曜日、午前 10:00~12:00、公民館 2F ホールにて行っています。内容は絵手紙全般、静物、花、果物、野菜等を顔彩・青墨液を使い画仙紙のハガキに描きます。年に1~2回のスケッチもあります。毎年年間計画を話し合い月に内容を決めています。

会としては、初心者から経験者まで、個人に合った指導をしてもらえます。35年以上続く会で皆、和気あいあいに絵手紙の時間を楽しんでいます。心にゆとりの一息を、季節を感じながら描いて友達への便りを文章より絵を描いて喜ばれています。どうぞふるって参加してください。