

# 総合学習センター前期趣味講座 受講生募集!

- ◆申込期間：4月22日(水)～5月8日(金) (「世界を巡る歌の旅」は5月1日(金)まで)
- ◆申込み先：総合学習センター (飯山市公民館) Tel. 62-3342 (申し込まれた方へは、後日詳しい案内をお送りします。)
- ◆会場：飯山市公民館・いいやま女性センター未来

講座名	講師	定員	内容	日時・持ち物等	受講料	材料費等
世界を巡る歌の旅 part 2 ～思い切り歌ってリフレッシュしましょう～	沼田秀美先生	20	ストレッチなど取り入れながら、歌で世界旅行してみよう。	■日程 5/12、26 6/9、23 7/14、28 ■時間 各火曜 PM1:30～3:00 全6回 ■場所 飯山市公民館 音楽室 ■持ち物 体をほぐす運動ができる服装、飲み物	1,200	
楽しく踊ろう! 世界のフォークダンス	門田美代子先生	30	健康によい話を聞いたり、フォークダンスを踊ったりして楽しく体を動かしましょう。	■日程 5/20、6/3、17 7/1、15、29、8/5 ■時間 各水曜日 PM1:30～3:00 全7回 ■場所 飯山市公民館 講堂 ■持ち物 運動ができる服装、飲み物	1,400	
里山へ行ってみよう!-2 ～野鳥とブナ林の観察～	井田秀行先生 丸山和麻先生	30	里山の自然観察～市のバスで里山へ行き、専門家から、野鳥やブナ林の話聞いてみませんか?	■日程 5/30、7/18、8/29、10/17 ■時間 各土曜 AM9:00～12:00 全4回 ■場所 飯山市公民館～里山 ■持ち物 山歩きできる服装、長靴、飲み物	800	
植物のリアルイラスト入門	柳澤秀紀先生	12	身近な植物を細密に描いてみませんか。極細の筆とアクリル絵具を使って小さなイラストを仕上げます。初心者を対象にプロのイラストレーターが親切に指導します。	■日程 5/29、6/12、26 7/10、24 8/7、21 ■時間 各金曜日 PM7:00～9:00 全7回 ■場所 飯山市公民館 ■持ち物 シャーペン、消しゴム、タオル(筆ふき用)他	1,400	3,000
楽しく!健康に! 吹き矢講座	(財)日本スポーツ吹き矢協会 公認指導員 中嶋研二先生	20	スポーツ吹き矢は円形的のめがけて息を使って矢を放つスポーツです。高い運動能力や腕力はいりません。誰でも、性別、年齢問わず楽しめます。	■日程 5/18、6/1、15 7/6、13 8/3、17、9/7、14 10/5、19 11/2、16 12/7、14 ■時間 各月曜 PM7:00～8:30 全15回 ■場所 飯山市公民館 講堂 ■持ち物 なし	3,000	4,500
ストレッチ & エアロビクス	堀崎絵理奈先生	30	“ファーストウォーク”～はじめの一歩から～春の暖かい陽気にあわせ、体を動かしてみませんか?	■日程 6/5、19 7/3、17、31 8/7、21 ■時間 各金曜 PM7:00～8:30 全7回 ■場所 女性センター未来 交流ルーム ■持ち物 動きやすい服装、靴、タオル、飲み物	1,400	
藤でつくる小物たち	和田美恵子先生	15	すてきな「かご」や、おしゃれな「オブジェ」を夏に向けて、楽しくつくっていきましょう。	■日程 5/19 6/9、23 7/14、28 8/11 ■時間 各火曜 PM7:00～9:00 全6回 ■場所 女性センター未来 創作室 ■持ち物 エプロン、タオル、ゴミ袋	1,200	2,500
「和」を楽しむ	浦野文子先生	15	抹茶のたしなみ、煎茶の入れ方、和食のマナーなど学びませんか?	■日程 6/25 7/9、23 9/10、24 ■時間 各木曜 PM7:00～9:00 全5回 ■場所 女性センター未来 和室 ■持ち物 なし	1,000	3,000(食料代)
囲碁を楽しむ ～だれにもわかる入門講座～	深堀忠夫先生	10	カチン、カチン。ひとつひとつの石音が心に響いて楽しさが生まれます。	■日程 5/21、28 6/4、18、25 7/2、16、23 ■時間 各水曜 PM1:30～3:30 全8回 ■場所 飯山市公民館 204教室 ■持ち物 なし	1,600	
インテリアグリーンの寄せ植え	中沢 諭先生	15	みんなで寄せ植えを楽しく学んでみませんか。上手に寄せ植えするコツ、多種多様な草花を上手にアレンジするコツなどを学び、みどり溢れる生活を楽しみましょう。	■日程 6/2、16 7/7、21 ■時間 各火曜 PM7:00～8:30 全4回 ■場所 女性センター未来 創作室 ■持ち物 なし	800	1,500/回
楽しく、かわいい キャラ弁作り	宮沢佳代子先生	20	キャラ弁とは、子どもの好きなキャラクターをかたどったお弁当です。お弁当を開けると、好きなキャラクターがとびだすなんて楽しいですね。子ども達の喜ぶ顔を想像しながら楽しくキャラ弁をつくりませんか?	■日程 6/3、17 7/1、15 8/26 9/9 ■時間 各水曜 AM10:00～12:00 全6回 ■場所 飯山市公民館 料理実習室 ■持ち物 エプロン、三角巾、お弁当箱(子どもサイズ) ■託児 希望の方は事前に申込み	1,200	500/回

※都合により、日程等が変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。



31 総合学習センターだより/09.4

◇冬期老燃教室開催  
3月17日(火)に平成20年度最後の冬期老燃教室が開催されました。朝、雪が降って心配されましたが、午前10時30分の出発時には天気も回復してきて、参加者63名が2台のバスに分乗し公民館を出発しました。新しくなったエコパーク寒川を視察研修し、湯の入荘で学習会・おしゃべり会を行い、午後2時に湯の入荘を出て、飯山公民館で解散になりました。  
参加募集に当っては40名で締め切ろうと計画をしましたが、評判が良く早い時期40名を越えてしまいい、急遽バスをチャーターし募集人員を増やす対応をとりました。公民館の中だけでなく、時には屋外に出た学習会も必要を感じました。  
21年度老燃教室が、4月14日(火)から始まり、大勢の参加をお願いします。

**飯山**  
ゆきかた  
【地区館情報】

# 飯山雪国大学 女性セミナー 受講生募集!



仲間と一緒に楽しく学んでみませんか?

- \*申込先 総合学習センター (飯山市公民館) Tel. 62-3342
- \*締切 5月11日(月)
- \*定員 50名(定員になり次第締め切ります)
- \*参加費 1,000円  
(この他に、野外学習会 2,500円、市内学習会は 1,000円)

第1回 5月21日(木) 午後1時30分～3時30分  
公開講座、音楽講座  
「みんなで歌うリフレッシュ講座～音楽で心をほぐす～」  
講師 声楽家・音楽療法士 山崎 浩先生

第2回 6月18日(木) 午後1時30分～3時30分  
調理実習  
「郷土食を未来へ受け継ぐために～Part II “おやき”」  
講師 飯山食文化の会

第3回 7月18日(土) 午後1時30分～3時  
公開講演会  
「～今をより豊かに生きるために～こころをみつめる」  
講師 僧侶・アナウンサー 川村 妙慶さん

踏み出そう!新しい自分の発見に

第4回 8月20日(木) 午後1時30分～3時  
公開講座  
「もっと知りたい 地域医療の現状」  
講師 飯山赤十字病院副院長 古川 賢一先生

第5回 9月17日(木) 午前9時～午後4時30分  
野外学習会  
「良寛様を訪ねて」  
新潟県和島村(現:長岡市)「良寛の里美術館」見学

第6回 10月15日(木) 午前9時～午後2時  
市内学習会・閉講式  
「飯山城跡と忠恩寺について」  
講師 飯山市文化財保護審議会委員 長瀬 哲さん

## 「マイオピニオン 意見・私見」

飯山地区専門部員 望月 清

「専門部員 やってこれないか?」「いいですよ。」と、一年前に私は言いました。しかし、専門部員がどんな事をするのか、わかっていなかった。四月からは、初めて経験することばかりでした。他の専門部員の皆さんと一緒にやって様々な公民館行事、寺巡りハイキング、ソフトボール大会、マレットゴルフ大会、地区運動会、市駅伝大会、敬老会、書き初め会、ゲートボール大会と、今こうして書いてみると、色々やってきたんだなあと、思い、また他の専門部員の皆さんにも迷惑をかけたと感じています。

でも専門部員をやって損をしたなんてことは思っていない。むしろ自分の周りが見えてきた気がします。昔の飯山はどうだったか、地区の人達が公民館事業に力を入れていたか、人々との交流の中から知らなかったことを教わりました。

二年目になる今年には文化部の部長をやらせてもらいます。去年のように人の足を引っ張らないように頑張りたいと思います。

「二年目」

飯山地区専門部員 望月 清



「専門部員 やってこれないか?」「いいですよ。」と、一年前に私は言いました。