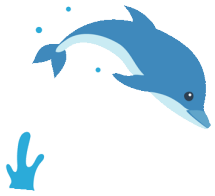


生涯学習団体交流室通信

2017年7月発行 Vol.27



梅雨入り後もしばらく爽やかな日が続き、むしろ朝晩は肌寒いような変な気候から7月の声とともに暑さが厳しくなりました。体調管理は大丈夫でしょうか？当室では今年に入ってからわくわく講座をキッカケに新しいサークルが2つも誕生しました！夏の暑さに負けず、楽しく学びを続けていらっしやいますよ！



わくわく講座レポート

～ わくわく講座 116「デジタルカメラをもっと使いこなそう」と
117「ゆかたの着付けとヘアアレンジを学びましょう」の報告です～

デジタルカメラを もっと使いこなそう

全3回 H29年5月13、20、27日（土）実施

最近のカメラはフルオートで充分きれいに撮れるからと取説も読んだことがない。そんな写真初級者の方を対象に、お手持ちのカメラの機能をもっと知って使いこなせるようになってもらおうとの思いで、日本写真家協会の佐藤壽一さんに講師をお願いしました。

3回シリーズのうち、2回目はJR長岡京駅の東側で撮影実習。植込みの枯れたツツジの中に咲く1輪のタンポポに皆が注目。受講者のお一人が自分のカメラで撮ってみてほしいと先生にお願いされ、先生がその方のカメラでいろいろ設定してシャッターを切りモニターを披露。植込みのタンポポが世界遺産の島に咲く花かと思われるような画像に皆さんから感嘆の声があがりました。

教室内の座学でも機能の説明、構図のとり方など丁寧な指導を受け、どの方も受講前に比べてイイ写真が撮れるようになったと手応えを感じておられました。



ゆかたの着付けと ヘアアレンジを 学びましょう



6月25日（日）実施

定刻になると昨夜の大雨は知らな～いという感じで皆さん和室に揃いました。小学2年生から上は70代と幅広い年齢層の女性が参加。ゆかたといえども後で着くずれしないよう、基本をしっかり習いました。

次はいよいよ帯結びです。最初はチョウチョ結び。自前の帯と格闘しながら数回練習しました。チョウチョの後にはちょっと年配向きの貝の口を習いましたが、自分よりもお子さんやお孫さんという方が多く、チョウチョ結びや男性用の結びに何度もチャレンジされていました。その傍らで子どもさんがヘアアレンジ。髪の毛の分け目をジグザグにして色ゴムで無造作にまとめあげるだけで今風のアレンジになりました。

「忘れないうちに再度練習しましょうね」の講師の掛け声に皆さん力強く頷いていらっしやいました。



予告!

今後のわくわく講座

歴史教室 古代エジプト 神秘への扉

10月29日(日) 13:15~15:45



今年の歴史教室は海を越え、時空を超えて、古代エジプトの文明に迫ります。

日本がまだまだ縄文時代であった時期に、すでにピラミッドのような大建造物が生まれ、ヒエログリフによって記録を残す文明が誕生していた・・・その神秘の扉を開いてみましょう。

(申込受付開始 10月1日~)

パソコンスキルアップ ワード講座 実践編(仮)

全4回 11月11日、18日、25日、12月2日(土) 13:15~15:45



パソコンの基本操作及び文字入力ができる方を対象に、ワードで案内文書を作成する講座を開催します。文字の装飾、画像や写真の挿入や文書のレイアウトの整え方などワードの様々な機能について学びます。講座終了後には、見栄えのする綺麗なイベントちらしなどを作れるようパソコンのスキルアップをめざしましょう。(申込受付開始 10月15日~)

わくわくサークル情報



わくわく講座115「早春の健康体操」でお世話になりました! 以後も楽しく続けていっちゃいます♡

わくわく講座で起用して頂き、そこからサークル発足というとても嬉しい出会いを頂きました。また、サークルの方のお誘いで、発足2か月で4名から7名まで増えて毎回楽しく体操をしています。皆さん運動は苦手だけど、でも何か体を動かしたいと思われていたみたいで、無理なくできる体操で良いと言われています。

3B体操ご存知ですか?

赤ちゃんから高齢者、障がいのある方まで誰でもできる健康体操です。ボール・ベル・ベルターの頭文字Bを3つ取って3B体操と言います。この用具を使って体操・筋トレなどをします。

教室では、いつまでも楽しく健康で、健康寿命が延びるようにストレッチ・簡単な筋トレ、たまに脳トレも入れて、「えっ、出来ない、あっ出来た♪」とみんなでワーワー楽しんでいます。

加齢と共になりがちな猫背、O脚などちょっと鏡でチェックしてみませんか? いつまでも若々しくいるために、私たちと一緒に体操しましょう!

見学・体験はいつでもOKです。運動ができる服装で上靴と飲み物を持って気軽にお越しください。ご連絡お待ちしております。

サッチーの のびのび3B体操

毎月 第2・4月曜日 15:15~16:30

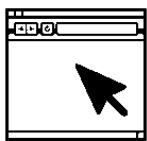
場所: バンビオ4階交流室

(変更の場合有・要問合せ)

会費: 2000円 ※用具代別途必要

指導者: 藤井 TEL090-7103-2639

「生涯学習団体交流室通信」のバックナンバーが
長岡京市のホームページ (<http://www.city.nagaokakyo.lg.jp/>) からご覧頂けます。



トップ → 子育て・教育 → 生涯学習 → 生涯学習活動 → 生涯学習団体交流室



生涯学習団体交流室通信

編集・発行元 長岡京市中央生涯学習センター 生涯学習団体交流室(生涯学習課)
〒617-0833 長岡京市神足2丁目3番1号 バンビオ1番館6階
TEL: 075-963-5518 FAX: 075-963-5519
開室時間(休室日を除く): 9:00~19:00 休室日: 8月15,16日 12月28日~1月4日

かしこ暮らしっく
長岡京