

ビワの葉でやさしい色に染色



講師の長尾さん

藤沢市民センター成人事業「草木染め教室」は10月2日、市内から14人が参加し、藤沢市民センターで開催しました。

染色研究家の長尾美恵子さん（一関市）から、ビワの葉を使った染色方法を学びました。輪ゴムでしばり模様付けしたシルクのミニストールを、乾燥したビワの葉を水から煮出した染液で染め、銅媒染して仕上げました。参加者は「思わぬ模様に仕上がりに、楽しかったです。」「初めての体験でしたが、とても楽しくできました。大切に使います。」と、ベージュ色に染め上がったステキな作品を手に、喜んでいました。



媒染を教わる



染め上がったストールを手にする参加者

ステージで発表します



一関市藤沢地域文化祭の縄文ホールイベント「みんないきいき発表会」において、藤沢市民センター生涯学習講座わくわくセミナー受講生が、ステージ発表します。

- 日時：10月30日（土）午前11:00～正午
- 場所：藤沢文化センター縄文ホール
- 発表（時間は目安です）
 - ・箏コース 11:00～
 - ・フラダンスコース 11:15～
 - ・オカリナコース 11:25～
 - ・ヨガコース 11:35～
 - ・舞踊コース 11:45～

観覧は自由です。受講生の日頃の活動の成果をどうぞご覧ください。



尚、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、検温、手指消毒、マスク着用のうえご観覧ください。

わくわくセミナー開講日(11月)

日	曜	講座名	日	曜	講座名
1	月	フラダンス	15	月	フラダンス
2	火	オカリナ	16	火	オカリナ
3	水	着付け	17	水	着付け
4	木	絵画	18	木	絵画
5	金	エアロビクス ゆるぽか腸ヨガ リラクゼーションヨガ	19	金	エアロビクス ゆるぽか腸ヨガ リラクゼーションヨガ
6	土	陶芸	20	土	陶芸
9	火	編み物・押し花 舞踊	23	火	編み物・舞踊 ホビークラフト
12	金	植木剪定 ゆるぽか腸ヨガ	26	金	植木剪定
			27	土	箏・英会話
13	土	箏・英会話			

※開始時間・変更等は告知放送でお知らせします。

情報をお待ちしています

藤沢市民センターでは、皆さんの活動をホームページで紹介しています。
 ホームページURL <https://dontokoi-f.com/>

毎日の体操でつまずきを防止!!

藤沢市民センター高齢者事業「つまずき防止体操教室」を開催します。

足腰の筋力の衰えから足が上がらず、平らなところでもつまずいてしまうという方。簡単な体操で筋力をつけ、健康に過ごしましょう。

- 日時：令和3年11月30日（火）
午前10:00～午前11:30
- 場所：藤沢市民センター音楽ホール
- 講師：一関市スポーツ推進委員
白石理恵さん（藤沢町）
- 募集対象：65歳以上の市民
- 募集人数：20人
- 参加費：無料
- 持ち物：水分補給用飲み物、タオル、上靴



※動きやすい服装で参加してください

■募集期限：令和3年11月23日（火）

■申込み・問合せ

藤沢市民センター TEL:0191-63-5515

皆さんの参加をお待ちしています。