

成人事業「カフェめぐり交流」

～色とりどりのあじさいに癒やされて～

カフェめぐり交流は7月21日、一関市舞川のみちのくあじさい園と金ケ崎町の伊藤家侍住宅で開催しました。

みちのくあじさい園の4万本あまりのあじさいは見頃を迎え、色とりどりの花が咲いていました。参加者は場内を散策して花を楽しんでいました。

金ケ崎町の国選定城内諏訪小路重要伝統的建造物群保存地区にある伊藤家侍住宅（和洋食堂エクリュ）では、店主から藤沢町とのつながりや歴史・屋敷の説明を聴き、より身近に感じてきました。趣のあるお座敷でおいしい食事を食べ、庭や小路を歩いて、ゆったりとした時間を過ごしてきました。



伊東家の座敷前で記念撮影



花とおそろい

青少年事業「夏休み出前科学実験教室」

～鐘の音が聞こえたよ～



掃除機のホースを回すと音は出るかな？

夏休み出前科学実験教室は7月28日、町内の小学生13人が参加して藤沢市民センターで開催しました。

講師は「科学の寅さん」の相澤正宏さん（大崎市）で、「音の科学」をテーマに糸電話やオルゴールなどを使った実験をしました。

子どもたちは糸電話の糸の先にスプーンを付けて鳴らしたり、糸の代わりにバネを付けて話したりと、音の変化を楽しみました。

また、バケツに黒ビニールを張って塩をのせ、声で塩の動く様子を観察しました。参加者は「糸電話の糸をバネにすると変な声になるのを初めて知った」「色々な実験があつて楽しかった。家でも実験してみたい」と話していました。



ストローで音出しに挑戦

－ わくわくセミナー講座紹介 －

今月は、編み物コース、舞踊コース、ラージャヨガコースを紹介します。

どのコースも途中からの入会ができますので、ご希望の方は藤沢市民センターまで申し込みください。

★編み物コース

初心者でも大丈夫。ベスト、カーディガン、小物など編みたいものを学べます。

講師：阿部安先生（北上市）

開催日時：第2・4火曜日

午前10時～正午



阿部先生に教わる受講生

★舞踊コース

歌謡曲等にあわせて踊る現代舞踊を学びます。さなぶり大会やチャリティショーなどで踊りを披露します。

講師：皆川チヨミ先生（藤沢町）

開催日時：第2・4火曜日

午後7時～9時



ステージ発表する受講生

★ラージャヨガコース

瞑想的にアサーナを楽しめる静と動を組み合わせたシーケンスで、ほどよい運動と集中から深いリラックスを得られます。

初心者から中級者向け

講師：千葉瑠美子先生（気仙沼市）

開催日時：第1・3土曜日

午後3時～4時30分



準備体操はしっかりと



おうちの人と一緒に作ろう!!

★★★ ペットボトルのキャップでぼうし型のフローチを作しましょう ★★★

準備するもの

ペットボトルのキャップ(1)・厚紙(6cm×12cm)・布(15cm×15cm)・リボン(1cm幅30cm)
フェルト(5cm×5cm)・わた(ビー玉位)・安全ピン・木工ボンド・はさみ

作り方

- ①厚紙を円形(直径4.4cm)に2枚切る。…つばの部分
- ②布を円形に3枚(直径5cm1枚、直径5.4cm2枚)と長方形(2.5cm×11cm)に1枚切る。
- ③フェルトを円形(直径4.2cm)に1枚切る。
- ④キャップの上にボンドを付け、その上に軽く丸めたわたを付ける。
- ⑤直径5cmの布にボンドをつけ、④のわたの上から包み込むようにかぶせ、キャップの側面にしっかりはり付ける。
- ⑥長方形の布のはしを折り、ボンドを付けてキャップの側面にしわを伸ばしながら巻く。
- ⑦①の厚紙2枚に、残りの円形の布をそれぞれボンドではる(はみ出た部分は裏に折ってはる)。この2枚の裏どうしをボンドではりあわせる…つばの部分
- ⑧⑥のはみ出た部分を内側に折り込み、⑦のつばにボンドではり付ける。
- ⑨帽子の側面にリボンのテープを巻き、飾り用に作ったリボンをはる。
- ⑩フェルトに安全ピンを縫い付ける。これをつばの裏側にボンドではって完成。



作品例

じょうずにできたかな?

わくわくセミナー開講日(9月)

日	講座名	日	講座名
1 金	エアロビクス リラックスヨーガ シヴァナンダヨガ	15 金	リラックスヨーガ シヴァナンダヨガ
2 土	陶芸・ラージャヨガ	16 土	陶芸・ラージャヨガ
5 火	リフレッシュヨガ	19 火	リフレッシュヨガ
6 水	着付け	20 水	着付け
7 木	絵画・英会話(中)	21 木	絵画・英会話(中)
8 金	植木剪定・ビーズ	22 金	植木剪定・ビーズ
9 土	箏	23 土	箏
12 火	編み物・茶道(煎茶) 野の花・舞踊	26 火	編み物・茶道(煎茶) ホビークラフト 舞踊
13 水	英会話(初)	27 水	英会話(初)
15 金	ハーブクラフト エアロビクス・短歌	29 金	エアロビクス リラックスヨーガ

※開始時間・変更等は告知放送でお知らせします。

一 夏季吟行会参加者募集 一

青い空と海。夏の沿岸部に出かけませんか?
陸前高田市から大船渡市まで行き、碁石海岸
を散策し、詩歌づくりや写真撮影会を行います。
日程は、下記のとおりです。

■日 時：平成29年8月31日(木)
8:30~17:00

藤沢市民センター駐車場発着

■場 所：陸前高田市「気仙大工左官伝承館」
大船渡市「大船渡市立博物館」
「碁石海岸」ほか

■参加費：2,000円(昼食代、入館料等)

■申込期限：平成29年8月24日(木)

■申込・問合せ先

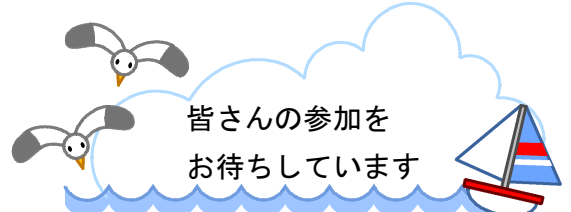
藤沢市民センター

電話 63-5515

..... 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/>



皆さんの参加を
お待ちしております