

平成29年9月1日

第116号



朝陽地区別世帯数

南屋島	344世帯	石渡	1,038世帯
北屋島	178世帯	南堀	1,222世帯
北長池	1,053世帯	北堀	1,080世帯
北尾張部	948世帯	桜新町	334世帯
合計		6,197世帯 15,204人	
(平成29年8月1日現在)			

☎ 243-7251

発行所 長野市立朝陽公民館

発行人 轟 研 一

印刷所 (株)信光社

夏休み 寺子屋あさひ

毎年8月に「夏休みは公民館へ行こう!」をテーマに子どもたちを対象に開催しています。

7/31 電気自動車を作ろう



小中学生を対象にした「寺子屋あさひ」を三日間開催しました。第一回目は、国立長野高専の渡辺誠一先生を講師に迎えて、単三乾電池の電気をコンデンサに蓄電して走る電気自動車を作りました。カラーボードを使用して、車体やタイヤをいちからデザインして作るのですが、タイヤを円く切り出す作業に皆苦戦していました。15人の子供達は、思いの車を作り、最後に皆で走行テストを楽しみました。

8/17 化石を探りに行こう



戸隠の荒倉山に化石を探りに行きました。戸隠地質化石博物館の田辺智隆さんの指導のもと、子ども達は一生懸命化石探しをして、あつという間に時間が過ぎました。午後は、博物館内の展示を見学しながら、化石がどのようにしてできたかを学びました。皆、沢山の化石をお土産にし、楽しい一日を過ごせたようです。

8/10 チーズケーキ作り



新聞紙とクッキングペーパーを使用して型箱を作り、チーズケーキを作りました。チーズケーキが焼きあがるまでの間、子供達は、試食用のチーズケーキをおいしそうに頬張っていました。最後に、自分で作ったチーズケーキを、新聞紙型に入れて持ち帰りました。

チーズケーキができるまでのひと時



紙バンドとペットボトルを材料にした「筆立て作り」や「卓球」、「吹き矢体験」をして楽しみました。

ときめき講座 ～食を学ぼう～

朝陽公民館の料理教室は毎回大盛況。参加者の皆さんは楽しく料理を学んでいます。今後の予定は次の通りです。皆様のご参加お待ちしております。

- アップルケーキ&焼肉のたれ
 - 10月11日(水) 9時30分～13時
 - 申込み開始9月15日 8時30分～
 - お正月料理(予定)
 - 12月22日(金) 9時30分～13時
- ※成人学校「イタリア食紀行」もおすすめてすよ!詳しくは裏面参照。



6/26 夏のひききり健康料理



6/20 柏餅&塩トウモロコシ



7/14 イタリアン



7/4 甲子年

市民講座 第二回あさひ大学

現地学習

7/11 「フルディックウォーキング」

飯綱高原ノルディックウォーキングコース(大座法師池周辺)において信州ノルディックウォーキング協会会長清水元雄先生のご指導のもと、総勢47名が受講しました。参加者は、歩き出す前にストレッチとボールの使い方説明を受けた後、各人の体調に合わせて3キロから7キロの3コースに挑戦しました。美しい自然の中で、きれいに整備されたコースでのウォーキングに皆さん大満足の様子でした。



6/28 陶芸にチャレンジ

陶芸サークルの藤倉要先生をはじめ、総勢6名の講師をお招きし、手回しロクロの技法を使って陶芸体験をしました。お皿やマグカップ、花瓶など参加者の個性が光る素敵な作品が出来上がり大満足の様子でした。



成人学校受講生募集

受付日: 9月11日(月) 午前9時00分~
受付場所: 市立朝陽公民館
受講料: 8,000円
(受付当日に受講料をお支払いください)

☆らくらく体幹しっかり体操

講師 林部美代子先生
日時 10/2~3/26 毎月第2・4日曜日 13:15~15:15 (全12回)
定員 15名

☆リラックスヨガ

講師 村山陽子先生
日時 10/4~3/7 毎月1・3水曜日 10:00~12:00 (全12回)
定員 15名 託児有(無料)

☆実用書道

講師 日野皓雲先生
日時 10/12~3/15 毎月2・4木曜日 10:00~12:00 (全12回)
定員 16名

☆イタリア食紀行

講師 高山和則先生
日時 10/10~3/13 火曜日 10:00~13:00 (全8回)
費用 材料費 6,400円
定員 16名

★場所は、全講座朝陽公民館です。

今後の講座予定

●公民館&社協連携講座

『秋のコンサート&笑いヨガ』

10/3 (火) 10時~12時

朝陽公民館 体育館

前半 笑いヨガ(講師 宮崎寿美さん)
後半 ファミリーバンド おたまじゃくしによる吹奏楽コンサート

あさひつ子教室の一般公開日です。お子様からご年配の方どなたでもお気軽にお越しください。

申込み不要。託児なし。持ち物「フェイスタオル」「飲料水」。お子様は「上履き」を持参ください。

●『音楽に合わせて体を動かそう!』(3回シリーズ)

10/6 (金) 大極舞を体験!

10/12 (木) ZUMBA GOLDを体験!

10/20 (金) ディスコワールドを体験!

10/20 (金) ディスコワールドを体験! 1回だけの参加もOK。初めての方歓迎!

講師 Hideさん(ZUMBA GOLD 太極舞 DISCO WORLD インストラクター)

場所 朝陽公民館体育館にて。※無料

持ち物 上履き 飲料水 タオル

申込み 9月12日(火) 8時30分

住自協との共催行事

☆第52回史跡めぐり

岡谷蚕糸博物館、諏訪大社上社本宮

国立天文台野辺山宇宙電波観測所

7月1日(土) 141名、バス3台で行きました。

☆第49回親善球技大会 8月20日(日)

☆朝陽地区敬老会 9月16日(土)

*運営審議会開催

公民館運営審議会が6月16日(金)に開催されました。

皆さんからいただいたご意見とご要望をこれからの公民館活動に反映させて参ります。

わたげ

前回の館報で「公民館からツバメが巣立ちました」とご報告しましたが、今年は何んとも一組のツバメが新しい巣を作り、無事に巣立ちました。

公民館の利用者の方々がいつも温かく見守って下さるから、ツバメも安心して子育てできるのだと思います。また来年も元気な姿を見せて欲しいですね。



平成30年 成人式開催のお知らせ

主催: 朝陽地区住民自治協議会・市立朝陽公民館

- 1 日時 平成30年1月2日(火) 10時~13時(受付9時30分~)
2 場所 長野市立朝陽公民館(体育館)
3 対象者 平成9年4月2日~平成10年4月1日に生まれた方で、家族または本人が朝陽地区に在住する方。
4 その他 ①対象者で、長野市(朝陽地区)に住居登録されている方へは、12月初旬に案内状をお送りします。
②対象者で、長野市(朝陽地区)に住居登録されていない方には案内状が届きませんので、その場合は下記申込書にご記入のうえ、市立朝陽公民館へご提出ください。

切り取り線

成人式参加申込書

朝陽公民館宛

☆申込書提出期限...平成29年11月6日(月)

私は、平成30年1月2日開催の成人式に参加します。

平成29年 月 日

Table with 6 columns: 地区名, 新成人氏名(ふりがな), 性別, 世帯主, 朝陽地区の住所, 電話番号