

宇部公民館報

平成 29 年 (2017) 2 月 1 日発行
編集発行 宇部公民館 TEL 56-2706



参加者募集

成人講座「男の料理教室」

男性のみなさん、お料理をしていますか？ 出来合いの品が簡単に手に入りますが、自分で作るのは楽しいもので、ご家族にもきっと喜んでもらえます。この料理教室でレパートリーを増やしてみませんか？ また、料理をしたことがない方も大歓迎です。料理の後は試食会（参加者の交流会）を行います。そちらも楽しいので、ご友人等をお誘いあわせのうえ、多数ご参加ください♪

- 1 日時 2月21日（火）17時30分から（終了後、交流会を行います。）
- 2 場所 宇部公民館調理室
- 3 対象 男性ならどなたでも!!
- 4 内容 だまご鍋、ケチャップ肉じゃが、旬の野菜の酢の物 他
- 5 会費 1,000円
- 6 講師 食生活改善推進員
- 7 持ち物 エプロン・三角巾
- 8 申込み 2月16日（木）までに宇部公民館へ（電話 56-2706）



新たな得意料理が増えること間違いなし!!
完成後の試食会（交流会）で味を確かめ、ご家庭で自分流にアレンジしてみるのもいいかも。

主催 宇部公民館 共催 がっくらの会

寒くても、体を動かしましょう!!

動いて・笑って・楽しんで 高齢者講座「ニュースポーツ交流会」

暦の上ではまもなく立春ですが、まだまだ寒い日が続いており、外に出る機会が少なく体を動かす機会がますます減ってきました。そこで、みんなで公民館に集まり、会話を楽しみながら、笑って体を動かしましょう♪

2月の予定は、次のとおりです。皆さんお誘いあわせのうえ、お気軽にご参加ください。

- 1 日時 2月3日（金）及び17日（金） 午前10時～11時30分
- 2 場所 宇部公民館 講堂
- 3 申込み 初めての方のみ、前日までに宇部公民館へ申し込みください。
- 4 持ち物 上履き、飲み物、タオル
- 5 その他 2月は、「シャフルボード」、「ラダーゲッター」を行います。

【前回までの様子】 準備運動、囲碁ボール、ユニカール



「小正月行事」～餅つきとみずき飾りづくり～

1月14日（土）宇部公民館講堂において、宇部地区の小学校の児童、園児・老人クラブ・地域の皆さんなど75人の参加により「小正月行事」を開催しました。

地域の方からお借りした「うす」と「きね」をつかって、みんなで餅つきをし、老人クラブの方々から教わりながら作った色とりどりの団子や縁起の良い絵柄の「お飾り」をみずきに飾り楽しみました。また、空いた時間でちょっとした工作を作ったりして楽しい時間となりました。

その後は、みんなでついたお餅をきなこやあんことからめ、宇部むつみ会のみなさんが作ってくれた八杯汁と一緒に参加者全員でいただきました。とてもおいしくて、何杯もおかわりしていました。

今年も多くの皆様からご協力をいただきました、本当にありがとうございました。

①お飾りを飾りつける



②お餅をつく



③団子をこねる



④団子をかざる



⑤大人もお餅をつく



⑥校長先生もお餅をつく



⑦工作を作る



⑧お餅、八杯汁を食べる



..*.*.* 市民生涯学習のつどいのご案内 *.*.*.*.*

2月11日（土）～12日（日）にアンバーホールにおいて、「市民生涯学習の集い」が開催されます。市内各地区の公民館事業の作品や自主サークルで活動している団体の作品など多数展示されます。

宇部公民館では、公民館事業で実施した「つるし飾り教室」と「琥珀の工芸教室」で作成した作品や公民館事業の活動写真を展示する予定です。また、市内で活動している団体の舞台発表もありますので、お誘いあわせのうえお出かけください。

【宇部地区定期健康相談日】 2月 8日（水） 10：00～12：00
（会場：宇部公民館） 23日（木） 10：00～12：00

上記の相談日以外でも、個別に訪問してお話を伺いますのでお気軽に**保健推進課**（電話61-3315）までご連絡ください。

食べて元気になろう会

- 1 日 時 2月23日（木） 10時～13時
- 2 場 所 宇部公民館調理室
- 3 内 容 チラシ寿し、八杯汁 他

☆移動図書館車ぎんなん号☆

2月22日（水） 13:35～13:50
宇部公民館前です。ご利用ください!