

婦人会館だより

第46号 2019年 7月1日 発行

発行者 (一財)みやぎ婦人会館
代表理事 大友 富子
仙台市宮城野区榴ヶ岡5番地 3階
TEL 022-299-4530 月曜定休
<http://www.fujin-kaikan.or.jp/>

一日研修

新年度が始まりたくさんのお申し込みをいただいております。新たに様々なジャンルの講師の方々に登録いただき、さらにパワーアップしました。是非、研修を通して、受講していただけましたら幸いです。



【素肌キレイレッスン】



【座ってフラ!】



【正しく頂くための食事マナー】



【笑って動いて元気に脳トレ】

竹馬の友大学



記念すべき第1回は「郷土を開いた人～鎌田三之助を訪ねる」として、鹿島台に行ってきました。始めに、鎌田三之助記念ホールへ・・・鎌田三之助展示室では、「草鞋村長」と言われた「鎌田三之助物語」のビデオを鑑賞して鹿島台歴史研究会会長の川越壽美子さんから展示の案内をいただきました。昼

食後は、元禄潜穴出入口や明治潜穴出入口などを見学しました。実際に見ている田園風景全てが品

井沼で800畝（東京ドーム385個分）もあったそうです。その他にも、元禄潜穴工事の際に犠牲になったおまんさんを祀る地蔵や皇太子（後の大正天皇）が列車を1分間停めて工事従事者を励まされた場所なども見学できました。案内いただいた川越さんには、鹿島台の歴史だけでなく、鹿島台互市

や名産のトマト農家さんのお話など地域に密着したお話も聞けて有意義な研修となりました。



みやぎの食探訪



梅雨の晴れ間、山形県寒河江市「紅葉庵」にそば打ち体験へ行って来ました。3人一組で粉をふるうところからスタートし、熱心な先生のアドバイスとともに、粉が塊に、そして塊

をめん棒で延ばしていきました。思うように伸びずに苦戦しているグループも多く、そこは先生に手直しをしてもらい無事にそばが完成！ほとんどが初心者で

したが、楽しく和気あいあいとした中で体験し、自分たちで打ったそばは格別に美味しかったようです。



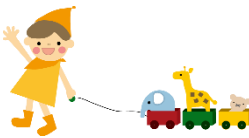
実楽来講座



6月は「ロコモってなに？寝たきりにならない予防法」というテーマで宮城県結核予防会の川田先生にお話しいただきました。簡単に出来る体操も教えていただきましたが、ほんの数回で腕はプルプルと震え出し、太ももはパンパンに張ってきて、明日は筋肉痛の予感…。筋肉の衰えを痛感し、日々の簡単な体操が重要である事を実感しました。



子育て広場 “まってるよ”



6月は「パネルシアター」でした。布を貼ったボードに人形などを貼ったりはずしたり、動かしながらお話しが展開されていきます。貼り付けていく人形に興味を引き付けられた子供達は少しずつ前の方へ。先生のお話真剣な眼差しで見っていました。一方では部屋を走り回ったり、ドアの周辺にコソコソと集まっている子供達がいったりと自由に楽しんでいました。参加者の子供達は0歳から3歳位なので、集中できる時間・興味あるものが様々なのです。最終回の2月頃になると走り回っていた子供も集中してお話が聞けるようになり、半年後の成長した姿を見るのも楽しみです。



親子旅物語



親子旅物語は、婦人会館のバスに乗って、小学生を対象に親子で楽しく学ぶ体験学習です。今回は、“みやぎわっこの会”の協力を頂き～旬の美味しいイチゴを味わう～というテーマで、山元町のイチゴワールドに行ってきました。イチゴの栽培法や種類・産地などについて説明を頂き、子供たちからもたくさんの質問がでて、イチゴについて楽しく学ぶことができました。学習した後は、ハウスの中で、食べ放題の真っ赤なイチゴをお腹いっぱい頬張って「30個食べたよ～！」「甘～いよ！」と歓声をあげながら、もぎたての美味しいイチゴに大満足！！お昼は、角田の台山公園で、等身大のH2ロケットを見ながらお弁当を食べました。午後からは、伊達家の重臣片倉氏の居城“白石城”を見学！！急な階段を登り天守閣からの眺めも満喫し、白石城の歴史を学びました。次回、夏休み！また、沢山の参加をお待ちしております！！



楽しいお洒落講座



第2回「髪の手入れとヘアスタイル」が5月17日（金）に行われました。講師は美容室9Aの熊谷きゅうえい先生です。お洒落の第1印象で最も相手に印象づけるのは視覚情報で、7割から8割はヘアスタイルで決まります。ヘアスタイルはその人に合っているかが重要だそうです。カラーリングやグレイヘアも爽やかさ、清潔感があるかないかで印象が変わってしまいます。受講された皆さんはお洒落意識が高い方ばかりで、「あなたは、そのままで素敵ですよ。」と褒められていました。お話の後には、数名の方に前に来てもらい、先生にカットをしてもらいました。少し脇を短くしたり、襟足を軽くしたりとダンディーなきゅうえい先生のゴッドハンドでお洒落に変身しました。



文化教室NEWS *ららくピアノ教室*



元気ハツラツでフレッシュな岡崎浩子先生の指導の下、月2回（第1・3木曜日）11名の受講生が集まっての和気あいあい楽しい教室です！指の運動から始まり、マイキーボードを使って一曲一曲丁寧に練習します。それぞれの好きな曲を持ち寄って演奏したり、聴音クイズをしたりバラエティーに富んだ内容で、レッスンをしています。パワフルな岡崎先生につられて、みんな元気になって帰ります。時には会食をしたり、親睦も深めています。脳トレをしながら、音楽に触れてみませんか？

