

ちょうげんぼう

第 53 号

平成24年10月 5 日発行

中野市勤労青少年ホーム
(中野市中央公民館 隣)

〒383-0025

中野市三好町1丁目4番27号

電話 (22) 2801

印刷 高錦堂印刷所

平成24年度前期 ホーム活動報告

～教養講座風景～

本年度もホームの教養講座として、さまざまな講座を行っています。前期には、初めての方に大勢参加していただきました。

後期も引き続きさまざまな講座を行いますので、皆さんご参加ください。

【野菜ソムリエの夏メニュー講座】 (働く婦人の家と共催)

本年度、初めて野菜ソムリエの夏メニュー講座を働く婦人の家と共催しました。

普段ワンパターンになりやすい食材を使い、プチトマトの蜂蜜漬けやナスのジャムなど工夫された調理方法や食べ方を教えていただきました。

参加者は楽しく作り、味わいながら食べていました。



【パティシエールが教えるスイーツ講座】

毎回好評のスイーツ講座で、「紙コップで作るフワフワしっとりシフォンケーキ」と「シュークリーム」を教えていただきました。

プロのコツとして、シフォンケーキはメレンゲの状態を常にいい状態にキープすること。シュークリームは、焼けるまではオーブンを絶対に開けないことでした。

参加者は、プロのコツに感動しながら自らの出来栄えに満足していました。



～交流会風景～

【バーベキュー交流会(7月22日)】

当日は、雨が心配でしたので、室内に変更して行いました。

参加者は、お肉を残さず食べた後、スイカ1玉をペロリと平らげていました。

いろいろなサークルや講座の方とおしゃべりも弾み楽しく交流を深めることができ、有意義な一日となりました。



サークル会員募集!

ホームでは、利用者が自主的に結成し、サークル活動をしています。

サークル活動をしたいのに拠点となる場所がなくて困っている方も随時募集しております。

気軽にホームに来て声を掛けてください。



勤青ホーム今後の予定

期日	内容
10月6日	県内の各ホーム利用者交流会
10月11日	後期講座受講生募集
10月末日～	後期講座開講
11月10日～11日	作品展
12月初旬	クリスマス交流会
1月以降	交流会

どのイベントも参加自由です。お気軽にお出掛けください。

平成24年度 後期講座 受講生募集！！

いずれの講座も初心者大歓迎！！お気軽にどうぞ！！

講座名	曜日・回数	教材費	定員	内容
彩りをお部屋に季節の いけばな (池坊)前	10/23～ 5回 火曜日(第2,4週) 午後6時30分～	5,000円	12人	時間内に30～40分程度受講すればいいので時間の融通が利きます。講師 清水 ちづ子先生
彩りをお部屋に季節の いけばな (池坊)後	1/8～ 5回 火曜日(第2,4週) 午後6時30分～	5,000円	12人	何か始めたい方は、ぜひこの機会に！！ 講師 清水 ちづ子先生
バドミントン	10/23～ 15回 毎週火曜日 午後7時～	なし	16人	一度もラケットを握ったことのない方でも上達できるように分かりやすく講師が指導いたします。日ごろの運動不足の解消にいかがですか。人気の講座です。講師 矢野 明博先生ほか
ステップ アップ 陶芸 (働く婦人の家と共催)	10/31～ 12回 毎週水曜日 午後7時～	1,800円	16人	初めての方から少しの経験者までOKです。お皿や花入れなどをいくつかの技法で作ります。陶印も作ってオリジナル作品に押ししてみましょう。 講師 布施 綾子先生
コンディショニング グトレニング	10/18～ 6回 毎週木曜日 午後7時30分～	400円 (オイル代)	17人	フットセラピーの要素も含めて指導していただきます。足の筋肉を和らげてリンパや血流をよくしていきましょう。講師 湯本 文恵先生
みんなでしゃべらナイト	10/25～ 10回 木曜日(第2,4週) Aクラス午後7時～ Bクラス午後8時10分～	なし	各16人	海外旅行が趣味の方や海外旅行を！と考えている方々にお薦めです。 Aクラス…これから始めたい方へ Bクラス…ステップアップしたい方へ
気軽に楽しむ 茶の湯 (裏千家) (働く婦人の家と共催)	11/1～ 10回 木曜日(第1,3,5週) 午後7時～	2,500円	12人	初歩のお茶の作法を通して、あいさつの仕方、歩き方、お茶の頂き方、お点前を学びます。 ～男性大歓迎～ 講師 市川 久子先生
野菜ソムリエの 秋冬メニュー (働く婦人の家と共催)	11/1, 12/6, 1/10 3回 木曜日 午後7時～	2,100円	16人	キノコと秋冬野菜をたっぷり使い和・洋・中華に簡単アレンジカフェ風レシピ。料理コンクール出品レシピ(3品)を伝授します。～男性大歓迎～ 講師 増田 朱美先生
パティシエールが教える スイーツ	11/30, 1/25, 2/22 金曜日 午後7時～	1,800円	16人	各イベント事にスイーツが登場する季節がやってきました！手作りのスイーツで心和むひとときを過ごしてみませんか？プロのコツを教えてください。～男性大歓迎～ 講師 宮下 彩花先生

この他にも単発講座を企画する予定です。

なお、各講座とも、6人に満たない場合は開講を中止することがあります。

◎募集対象者…市に在住または、在勤の勤労青少年(39歳までの方)

◎申し込み方法…10月11日(休)午後1時以降、直接勤労青少年ホームへお出掛けの上、お申し込みください。(先着順)

◎費用…受講料は無料ですが、教材費(できるだけおつりのないようお願いします)とホーム利用者の会費500円は受講生負担となります。(前期登録者の方は除きます)

※メールによる講座のお問い合わせは可能ですが、予約および申し込みは受け付け致しません。

～お知らせ～

中野市勤労青少年ホームのホームページでは、利用者の会の活動やサークル活動などを掲載していますので、ぜひご覧ください。

ホームページアドレスはこちら <http://www.city.nakano.nagano.jp/city/kinsei/index.html>

問い合わせ先 中野市勤労青少年ホーム
TEL 0269 (22) 2801 (土・日・祝日を除く午後1時～10時)
E-mail : kinsei@city.nakano.nagano.jp