

学習センターだより

新たに2つの同好会が、活動を開始！一緒にどうですか

楽しいシニアクラブ同好会

代表者の小手川 洋子さんと高齢者の方が、集まって歌を歌ったり、踊りや体操等を行い、みんなで楽しく時間を過ごして親睦を深めていくことを目的に活動を始めました。



高須スポーツ吹矢

スポーツ吹矢は、健康を目的としたスポーツです。
矢を吹く瞬間、お腹を引っ込めて一気に吐き出すことにより、血液が心臓から全身へと流れ健康効果が高まると言われています。スポーツ吹矢の技術を高めて健康になりませんか。



海岸の生き物観察

8月27日、高須海岸で市生活環境課主催の自然観察会「海岸の生き物観察」に小学生の親子17人が参加しました。海岸のゴミ拾いをした後、砂浜でいろんな生き物を探して指導員から説明を受けました。指導員の自然観察推進委員 東氏によると、高須の海岸は水質が良く豊富な種類の生物が多数生息しているのが特徴であるとのことでした。

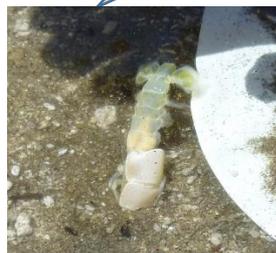
ゴミ拾い



説明会



スナモグリ



ソデガラッパ



何かの稚魚



カニ



なまこ



拾った貝殻



※他にもタテジマユムシ、カエルアンコウ、ウシノシタ、イセエビ、タコ、カサゴ、キス、フグ、アカエイ等何種類も生息しているとのこと。食えると死ぬスベスベマンジュウガニにはご注意ください！

高齢者スマホ教室を開催！

8月18日、本年度第1回目の高齢者スマホ教室が、開催されました。専門指導員に基本的な触り方や操作を教えてもらい、スマホの便利さを実感することができました。



第2回目は、11月10日14:00から開催します。募集人数に余裕がありますのでお気軽に参加してください。1回目を受講された方も参加可能です。

「小さな町の 小さな花火大会」

8月27日、浜田町内会主催による「小さな町の小さな花火大会」が開催されました。

昨年は、中止になりましたが、今年は、新型コロナウイルスの終息を願って、浜田の夜空に大輪の花火が打ち上げられ、久しぶりの花火大会を満喫しました。



介護予防教室

8月31日、市高齢福祉課による介護予防教室が開催されました。

寝たきりや認知症にならずに、健康で日常生活を送ることができるようにと健康運動指導士の向井 亜沙望さんの指導により健康体操を行いました。

定数に余裕がありますので、申し込みをしていなくても参加可能です。



ひとりごと

夏休みが終わり、2学期が始まった。学生の頃、勉強嫌いで遊んでばかりいた私は、夏休みの絵日記も最終日にまとめて書いていたので、後半は毎日、「今日はとても暑かった」、絵はスイカというのが続いた。夏休みの課題で先生から誉められた記憶はあまりないが、苦しまぎれに作った俳句が教室で読まれたことがあった。

「枯れすすき 生きてるって 言ってみろ」