



# ひだまり

加戸・公園台コミュニティセンター

TEL 82-0356・FAX 82-3383

E-mail kadokouendai-cc@city.fukui.lg.jp

## 1Day講座 永平寺伝承料理「葉っぱずし」講座

「葉っぱ寿司」ってご存じでしょうか？永平寺町周辺で作られている福井県の伝承料理です。アブラギリの葉っぱに酢飯やショウガやマスをのせて包んだお寿司です。お祭りやお祝いごとなどお客様のおもてなし料理として作られているそうです。味は各家庭によりすっぱかったり甘かったりと様々だそうです。その永平寺の葉っぱ寿司をいっしょに教わりませんか？

- 講師 森塚 美智子 先生
- 日時 9月4日(月) 10:00~12:00
- 受講料 800円(受講料200円含む)
- 定員 12名
- 持ち物 エプロン、バンダナ、手ふき

8月7日(月)  
申込み開始



「アブラギリ」の葉っぱとは…

葉の表面に油気がありご飯がくっつきにくく、香りがつくことから葉っぱ寿司に使われているそうです。

### 自主講座

「和琴講座」参加者募集します。

繊細な美しい音色を奏でるお琴、存在感のある楽器ですよ。その素敵な琴の音色と一緒に奏でてみませんか？

初心者もOK。手ぶらでOKだそうです。

- 活動日 毎月第4月曜日13:30~15:30
- 講師 近藤 盈子 先生

### 自主講座 再開しまーす！

「お抹茶講座」参加者募集します。

休講していました自主講座大人の「お抹茶講座」を9月より再開いたします！

日本の文化を学ぶとともにお菓子とお抹茶をいただき午後のひと時を楽しくすごしませんか？

- 活動日 毎月第3月曜日 13:30~15:30
- 講師 近藤 盈子 先生

### 子どもの和琴講座とお抹茶講座も

9月より再開いたします！ 随時募集中！

□子ども和琴教室…毎月第3月曜日 15:30~  
(9月25日体験会)

□子どもお抹茶教室…毎月第4月曜日 15:30~  
(10月23日体験会)

詳しくはコミセンまでお気軽にお問合せください！

### 1Day講座 6月30日(金), 7月12日(水)

「かんたん布ぞうりづくり」開催しました！

各自持ち寄った着古したTシャツをさいて、もくもくとひたすら編んでかわいい素敵な布ぞうりが完成しました。思い出のTシャツが素敵なぞうりに変身！通気性もよく履き心地抜群の布ぞうりを履いて夏を快適に乗り切れそうです。布ぞうりづくりはアンコールをいただき2回の開催となりました！たくさんのご参加ありがとうございました。



### 夏休み

青少年坂井市民会議加戸支部よりお願い

待ちに待った夏休みがいよいよ始まります！日中、子ども達を屋外で見かける機会も増え

ると思います。そこで、子どもたちが安全に楽しい夏休みが送れるように地域のあたたかい目、声かけで見守っていただけますようご協力お願いいたします。



# 8月・9月の予定表(7/20現在)

各種お問合せは：加戸・公園台コミュニティセンター  
TEL 82-0356 (平日8:30~17:15まで)  
E-mail kadokouendai-cc@city.fukui-sakai.lg.jp



## 【コミュニティセンター】

自主講座(サークル)名	8月開催日	9月開催日	時間
さわやか健康体操	お休み	11・25	(月) 10:00~
3B体操	1・8・22・29	5・12・19・26	(火) 10:15~
ヨガ + からだ美調律Ⅱ	1・8・22	5・12・19・26	(火) 13:30~
三國湊新月(太鼓)	8・22	5・12・19	(火) 19:30~
グラスアート	29	26	(火) 19:30~
やすらぎ3B体操	2・9・23・30	6・13・20・27	(水) 19:00~
筆・ペン講座	9・23	13・27	(水) 19:00~
ヨガ + からだ美調律	3・10・24・31	7・14・21・28	(木) 10:00~
やさしいエアロとヨーガ	お休み	14・21・28	(木) 20:00~
抹茶講座	10月より再開します		(月) 13:30~
和琴講座	21	25	(月) 13:30~
子ども抹茶教室	10月より再開します		(月) 15:30~
子ども和琴教室	お休み	25(体験会)	(月) 15:30~

## 【体育館】

登録団体名	8月開催日	9月開催日	時間
わいわいくらぶ2(バドミントン)	1・8・15・22・29	5・12・19・26	(火) 19:30~
KAMOME(バドミントン)	2・9・16・23・30	6・13・20・27	(水) 14:00~
KAMOME(バドミントン)	4・18・25	1・8・15・22・29	(金) 10:00~
三国Sフォルツァ(フットサル)	4・18・25	1・8・15・22・29	(金) 19:30~
クインズ(ソフトバレーボール)	5・12・19・26	2・9・16・30	(土) 19:30~

## 【コミセン・市 主催講座】

コミセン主催講座 ちゃれんじ! 韓国クッキング	お休み	8	(金) 10:00~
コミセン主催講座 ベビーヨガ	23		(水) 13:00~
コミセン主催講座 バランスボールレッスン	17		(木) 13:30~
地域包括支援センター事業音楽体操いきいき教室	4・18	1・15	(金) 13:30~

### 坂井市コミュニティセンター講座 (加戸・公園台コミュニティセンター通年講座)スタートしました!

6月28日(水)~全3回  
『ベビーヨガ』



講座には、1歳くらいまでのベビーちゃんとママが参加してくれました。マッサージをしたり足首や股関節をまわしたり、ベビーちゃんとママがスキンシップを取ることで様々な効果があると教わりました。先生に子育ての悩みを相談したり、ママ同志お話をしたり、親子でゆったりとしたリラックスタイムを過ごしていたのではないかと思います。

☆通年講座「ちゃれんじ韓国クッキング」「バランスボールレッスン」もにぎやかに開催中です。その様子はインスタにも載せています。どうぞご覧ください。

加戸子ども教室開催しました!  
6月16日(金)、17日(土)  
『かんたんちぎりパン』

材料をはしてぐるぐる混ぜてレンジでちん、こねてパンの生地をつくり、それを丸めて焼き、最後に思い思いの絵をココアペンで書いてかんたんちぎりパンを完成させました! みんなの個性があふれ出て可愛いパンに仕上がりました。

サポーターの方にもお手伝いいただき無事終了することができました。ありがとうございました。



### 加戸・公園台地区まちづくり協議会より

ぶどう狩りを9月10日(日)に開催予定です!  
詳細は8月10日(木)各戸配布のちらし  
「希望の丘 号外」をご覧ください。

### 加戸コミセンより

加戸コミセンのロビー展 開催します!  
加戸コミセン自主講座の「筆ペン講座」講座生の作品を展示していただきます!  
期間:8月10日(木)~9月27日(水)予定  
素晴らしい作品をぜひ見に行ってくださいね!

コミセンのロビーを作品展示の機会にご活用ください!

個人の作品など展示したり、小さな展覧会を開いてみませんか? ご興味のある方はコミセンまでお気軽にお問合せください。

○利用料は無料です。期間は2週間から1ヶ月程度

☆インスタグラムにもコミセンの活動を載せています。どうぞご覧ください。  
フォローの方もお願いいたします。 → → →

