



笠間公民館の定期講座を 紹介します

歴史散歩B『万葉の旅』

特に県内（筑波山にまつわる歌や常陸國風土記等）の歌について、真剣に勉強中です。



講義の様子

シルバーリハビリ体操講座 「いきいきヘルスいっぱつ体操」

身体を動かすだけでなく、発声など誤嚥^{ごえん}予防の勉強もし、健康保持や介護予防等にも役立ちます。



シルバーリハビリ体操講座の様子①



シルバーリハビリ体操講座の様子②

友部公民館親子チャレンジ教室 「親子でケーキデコ」

お菓子工場見学の後、親子で仲良くケーキのデコレーションを体験しました。



真剣に盛りつけをする参加者の皆さん



完成したデコレーションケーキです。美味しそうに盛りつけできました。

岩間公民館では消しゴムはんこで おもしろ絵手紙講座を行いました

「オリジナルはんこで作るエコバッグ」を作成中です。手作りはんこの模様で飾ったエコバッグは、持つのが楽しみな一品です。



消しゴムはんこを作成中