

常盤地区公民館

講座・事業名	食の自立で夫源病の予防を！	分類	学習
講師肩書・氏名	イシクラメディカル代表・石蔵 文信氏		
日時	5/23(木) 10:30～14:00	対象	全世代 参加者数(保育) 56

地区館講座 『食の自立で夫源病の予防を！』
夫源病ってどんな病気？
より良い夫婦・家族関係を築くためのコツを
食の自立という観点から学びませんか？

日時：平成31年5月23日(木) 10:30～12:00
★ 講義終了後、希望者は「男のええ加減料理」調理の調理実習の見学もできます。
場所：桜台市民センター常盤地区公民館 1階会議室① (調理実習は2階実習室)
参加費：無料
対象：興味のある方
定員：100名 [5月8日から申し込み受付します。公民館に電話か直接お申し込みください。]
講師：イシクラメディカル代表 石蔵 文信氏



石蔵 文信氏
1961年東京都生まれ。国立一橋大学医学部卒業。大阪府生年立科内科医長、大阪府茨田郡前庭成田長。大阪大学大学院医学部保健学専攻専攻長、大阪府立女子大学助産学専攻長を経て、専攻と自身のクリニックで臨床を行なう。講演会などで活躍中。1児の母。1児の父。男のええ加減料理の出版、色紙などでも活躍中。エッセイも出版中。日本認知症予防協会理事の設立など、ジャンルを超えたユニークな活動で知られる。
1夫源病11歳の病気のりおは夫が亡くなる 男のええ加減料理11なるほど！
1日1日お 医師と人が実践している旅行で病、などお話し。

問い合わせ・受付 桜台市民センター 常盤地区公民館
岸和田市下松町4丁目17番1号 ☎428-9229
9:00～17:50 休館日：月曜 祭日

内容(概要)

夫が家にいることで、妻の体や心が不調になる「夫源病」というものを知り、どのように対処していけばいいのかを考える講座であった。
より良い夫婦・家族関係を築くためのコツを、食の自立という観点から学び、希望者に調理実習(オムライス作り)を見学してもらった。
調理の準備から片付けまで全て自分1人でする『簡単でできるええ加減料理』に関心をもってもらい、料理をするきっかけになってくれたらと思う。

講座・事業名	お茶の間ホールコンサート「ローズハーモニーコンサート」	分類	音楽
講師肩書・氏名	ローズハーモニー		
日時	7/14(日) 14:00～15:00	対象	全世代 参加者数(保育) 60

令和元年度 第1回
お茶の間ホールコンサート
ローズハーモニー コンサート
「ドラマの主題歌を歌う
～青い山脈から 365日の紙飛行機まで」
令和元年7月14日(日)
14時～15時
桜台市民センター 1階お茶の間ホール
(定員120名 先着)
※駐車場には限りがあります。徒歩か自転車でお越しください。

ローズハーモニーの紹介
「合奏は、音を合わせる、息を合わせる、心を合わせる」をテーマに、平成16年に結成、岸和田市民センターで毎週金曜日に練習しています。プロの指導を受け、女性コーラスの楽しく、美しいハーモニーをめざしています。主な活動は、大阪府合奏連盟に加盟して、おあさんコーラス等に出場したり、地域の催しや老人ホームにボランティアで歌いに行きます。

問い合わせ：桜台市民センター 常盤地区公民館
岸和田市下松町4丁目17番1号 ☎428-9229 (月・祝日休館日)

内容(概要)

令和元年度第1回お茶の間ホールコンサート。ドラマや映画の主題歌から懐かしの昭和歌謡まで、馴染みのある歌のハーモニーを聞かせてもらった。地域のみなさんが梅雨空にも関わらず大勢来館し、ゆったりとした楽しいひと時を過ごすことができた。

常盤地区公民館

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール「自習室」			分類	学習
講師肩書・氏名	—				
日時	7/23(火) ～7/26 (金)	10:00～12:00	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育) 64

内容(概要)

夏休みの子どもたちの居場所提供。
小学生を対象に、宿題などを持参しみんなで自習する。

令和元年度 常盤地区公民館
ときわジュニアサマースクール
なつやすみ！ 観音寺センターでござようよ！ 申込み、参加費はいりません。当日先着順です。

- ☆夏休み自習室 (お帰りの相談)**
自習 (宿題) をしよう！
7月23日(火)～7月26日(金)
7月25日(木)～7月26日(金)
10時～12時 1階会議室①
小学生 (1年～6年)
勉強道具 (夏休みのワークなど) を持ってきてね。
- ☆絵画教室**
自由に絵を描きましょう！
常盤地区公民館「水野園テラス」のみなさんが
アドバイスしてくれます。
7月23日(火)
10時～12時 1階会議室①
小学生 (1年～6年) 先着順 25名程度
画材道具一式 (画用紙、絵具など) を持ってきてね。
- ☆卓球教室**
常盤地区公民館卓球クラブのみなさんと一緒に
みんなで卓球を楽しみましょう！
8月2日(金)
10時～12時、14時～16時 2階集会室
小学生 (1年～6年) 先着順 25名程度
水筒、上履、ラケット (ある方) を
持って動きやすい服装できてね。
- ☆書道教室**
自由に書道を楽しみましょう！
定期講座「子ども書道」の講師が指導してくれます。
7月22日(金)
10時～11時30分 1階会議室①
小学生 (3年～6年) 先着順 25名程度
書道道具一式 (お手本、筆など) を持ってきてね。
- ☆習字教室**
常盤大学のみなさんと習字を楽しみましょう！
8月1日(木)
10時～12時 1階会議室①
小学生 (1年～6年) 先着順 25名程度
- ☆科学実験教室**
夏休みに楽しみたい。
夏休みに、参加費が不要です！
科学の力を体験してみませんか？
自由研究のヒントになるかも！

●お問い合わせ●
常盤市民センター 常盤地区公民館
〒996-0023 常盤市下常盤4丁目17番1号
☎023-9229 9 00～17:30 (月・祝日休み)

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール「書道教室」			分類	創作
講師肩書・氏名	公民館講師・細尾 小恵氏				
日時	7/30(火)	10:00～11:30	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育) 20

内容(概要)

夏休みの子どもたちの居場所提供。
小学3年から6年生を対象に、定期講座講師の指導のもと
自由に書道を楽しんでもらう。
ほとんどの参加者が、夏休みの宿題の課題に取り組んで
いた。

常盤地区公民館

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール「絵画教室」			分類	創作
講師肩書・氏名	水彩画クラブ田中会				
日時	7/31(水)	10:00~12:00	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育) 43
			内容(概要)		
			<p>夏休みの子どもたちの居場所提供。 常盤地区公民館で活動している水彩画クラブ田中会のクラブ員の方々にアドバイスしていただき、小学生を対象に自由に絵を描いて楽しんでもらう。 地域の子どもたちと公民館クラブ員との交流の場にもなっている。 桜台図書館へ絵のヒントになる図鑑などを借りに行くこともあり、複合施設の利便性を十分に活用できている。</p>		

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール「将棋教室」			分類	学習
講師肩書・氏名	常盤大学生				
日時	8/1(木)	10:00~12:00	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育) 7
			内容(概要)		
			<p>夏休みの子どもたちの居場所提供。 小学生を対象に、常盤大学生と一緒に将棋を楽しんでもらう。 地域の子どもたちと大学生との交流の場にもなっている。 子ども同士で真剣に対戦している子どももいた。</p>		

常盤地区公民館

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール「卓球教室」				分類	軽運動
講師肩書・氏名	卓球クラブ					
日時	8/2(金)	10:00～12:00	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育)	33
		14:00～16:00				32
内容(概要)						
<p>夏休みの子どもたちの居場所提供。 常盤地区公民館で活動している卓球クラブのクラブ員の方々に指導していただき、小学生を対象に卓球を楽しんでもらう。 地域の子どもたちと公民館クラブ員との交流の場にもなっている。 また、クラブ同士の交流の場にもなっている。</p>						

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール科学実験教室「スライム&スーパーボール作り」				分類	学習
講師肩書・氏名	ゆとり代表・吉田 恭子氏					
日時	8/3(土)	10:00～12:00	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育)	33
内容(概要)						
<p>夏休みの子どもたちの居場所提供。 小学1年から4年生を対象に、スライムとスーパーボールの作り方を学ぶ。 スライムは、ホウ砂と水と洗濯のりで簡単に作ることが出来た。作ったスライムと食塩を使ってスーパーボールも作った。 子どもたちは夢中で作業に取り組んでいた。</p>						

ジュニアサマースクール科学実験教室 常盤地区公民館主催

科学のチカラでおもちゃづくり

8/3 (土)

10じ～12じ

①

《スライム&スーパーボール作り》

対象 小学1年生～4年生

定員 24名

材料費 500円

持ち物: 汚れてもいい服装・タオル・筆記用具・水筒

8/4 (日)

10じ～12じ

②

《電池&モーター作り》

対象 小学5年生～中学3年生

定員 24名

材料費 800円

持ち物: 汚れてもいい服装・タオル・筆記用具・水筒

★問合せ 072-428-9229 常盤地区公民館(桜台市民センター)日・祝日休館日

★申込み 往復はがきで7/17(水)必着(兄弟でも1人につき1枚)

氏名・学年・連絡のつくTEL番号・希望の講座の①のどちらか

〒596-0823 岸和田市下松町4丁目17番1号

常盤地区公民館(桜台市民センター)まで

常盤地区公民館

講座・事業名	ときわジュニアサマースクール科学実験教室「電池&モーター作り」			分類	学習	
講師肩書・氏名	ゆとり代表・吉田 恭子氏					
日時	8/4(日)	10:00~12:00	対象	青少年(小中高)	参加者数(保育)	11
内容(概要)						
<p>夏休みの子どもたちの居場所提供。 小学5年生から中学3年生を対象に、電池とモーターの作り方を学ぶ。 乾電池の正体と電気の正体を実験によって学んだ。子供たちは集中して作業に取り組んでいた。 中学生の申込みもあり、今後も幅広い学年の方に受講していただけるような講座を開催していきたい。</p>						

講座・事業名	「お味噌づくり講座」第1回白みそづくり			分類	調理	
講師肩書・氏名	あぐり酢房					
日時	11/12(火)	14:00~16:00	対象	成人	参加者数(保育)	21
内容(概要)						
<p>岸和田で受け継がれてる、手作りみその普及と参加者同士の交流の場とする。 出糶と大豆を混ぜ合わせ、糶の匂いを感じつつ、味噌玉感覚を体験した。幅広い世代の方が参加し、参加者同士のコミュニケーションも活発に行われた。また、講師より糶についての話や利用方法、糶を使ったデザートを試食もあり、「食」に関する興味がよりいっそう深まった。 「来年のお雑煮が楽しみです。」「講座というものに初めて参加し、気軽にお声がけいただき満足です。」との参加者の声があった。</p>						

令和元年度 桜台市民センター 常盤地区公民館 短期講座

お味噌づくり講座

冬の寒い時期は、お味噌づくりに最適な季節です。じっくりと熟成・発酵を待つこともきっと楽しみな時間です。味噌玉感覚を感じつつ、手作りお味噌体験しませんか。糶のお話と糶をつかったデザートを試食もあります。
 ※作ったみそ(2キロ)はお持ち帰りができます。

第1回 ~白みそづくり~
 令和元年11月12日(火)
 午後2時から2時間程度

今回は、おみそづくり
 2回バージョンです。
 1回のお申込みでも
 OKです!

第2回 ~合わせみそづくり~
 令和2年1月21日(火)
 午後2時から2時間程度



予約は2020年11月12日(火)までです。

対象者：成人 25名
 講師：あぐり酢房のみなさん
 参加費：1人1回2100円
 持ち物：エプロン・三角巾・みそを入れる容器
 申込方法：10月27(日)までに往復はがき(住所・氏名・年齢・電話番号・講座名「お味噌づくり講座」第1回・第2回・両方のいずれかを記入 ※初めての方優先します。 桜台市民センター常盤地区公民館へ
 問合せ・申込先：桜台市民センター常盤地区公民館
 〒596-0823 岸和田市下松町4丁目17番1号 電話 428-9229
 9時~17時30分 月曜日・祝日休み

常盤地区公民館

講座・事業名	お茶の間ホールコンサート「クラシック&ジャズ クリスマスコンサート」			分類	音楽
講師肩書・氏名	オペラ歌手・堀口 莉絵氏、ジャズポピュラーピアニスト・井戸口 BON氏				
日時	12/15(日) 14:00~15:00	対象	全世代	参加者数(保育)	160



第2回 お茶の間ホールコンサート
クラシック & ジャズ
クリスマス
コンサート

12月15日(日)
2じ~3じ
桜台市民センター
入場無料・申し込み不要

堀口 莉絵 (オペラ歌手)
井戸口 BON (ジャズポピュラーピアニスト)

お問い合わせ
桜台市民センター・常盤地区公民館
岸和田市下松町4丁目17-1
☎428-9229 (9:00~17:30)
月・祝日休館日
*駐車場には限りがあります。
徒歩が最寄りでお楽しみください。

プロフィールはウラへ

内容(概要)	
<p>令和元年度第2回お茶の間ホールコンサート。 オペラの歌声で、クラシックをジャズ風アレンジで演奏することに挑戦されているRie & BONミラクルコンビのコンサートを楽しんだ。地域のみなさんが、大勢来館し、あっという間に満席になった。観客全員で「きよしこの夜」を大合唱した。BONさんのかっこいい演奏、Rieさんの華やかなオペラの歌声で、観客を魅了した。子どもからお年寄りまで、少し早いクリスマス気分を味わった。</p>	

講座・事業名	「お味噌づくり講座」第2回合わせみそづくり			分類	調理
講師肩書・氏名	あぐり酵母				
日時	1/21(火) 14:00~16:00	対象	成人	参加者数(保育)	25

内容(概要)	
<p>毎年「白みそづくり」は開催しているが、今年度は、昨年度のアンケートの要望の声より、「合わせみそづくり」も開催した。申込者も大変多かった。おみその保存方法についてもわかりやすく説明していただいた。 講座終了後は、自然酵母で無添加の今回作る合わせみそのお味噌汁と黒蜜ときな粉のかかった甘酒入りの寒天を試食した。講座生からも好評だった。</p>	

常盤地区公民館

講座・事業名	お茶の間ホールコンサート番外編！「なつかしのアナログレコード」			分類	音楽
講師肩書・氏名	森川利夫氏、門田忠明氏				
日時	1/26(日)	13:00～16:00	対象	全世代	参加者数(保育) 53

内容(概要)

令和元年度第3回お茶の間ホールコンサート。番外編として集会室で実施した。
 家ではなかなか聴けないレコードを、音量を気にせずじっくりと味わってもらおう。
 レコードを持って来てくれた方が多く、いろいろなジャンルの曲を楽しむことが出来た。

～令和元年度 第3回～
お茶の間ホールコンサート 番外編！
なつかしのアナログレコード

レコードを知ってる人も知らない人もどうぞ！
 家ではなかなか聴けないレコードを
 音量を気にせず 音色をじっくりと味わいたい…
 ゴキゲンなオーディオでレコードを楽しみませんか？
 お持ちのレコードを持って遊びに来てくださいね。
 (SPレコードもOK、レコードがなくても大丈夫！)
 ぶらっと遊びにきてね。

2020.1.26 (日) 13:00～16:00
入場無料 (出入り自由、申込不要)
場所：桜台市民センター 2階集会室

★駐車場には限りがあります。徒歩か自転車でお越しください。

問合せ
 桜台市民センター 常盤地区公民館
 岸和田市下松町4丁目17番1号
 9:00～17:30 ☎428-9229
 (月・祝日休館日)