



原谷公民館だより



秩父市原谷公民館(原谷出張所)

〒368-0005 秩父市大野原 2, 991 ☎22-0658 FAX23-0982

残暑が長引いた分、朝晩の冷え込みに季節の移ろいの速さを感じる秋になっています。小春日和の中、冬枯れ前の木々を眺めるのも心安らぐひと時です。さて、12月からの主催講座は、冬ならではの蒟蒻作り教室、味噌作り教室と、クリスマスの時期に合わせたロールケーキ作り教室、さらに一昨年から始めた初心者の方対象のそば作り教室を開催します。皆様の参加をお待ちしています。

町会名	世帯数	人口		
		男	女	合計
宮崎	390	419	456	875
大野原	1,121	1,281	1,345	2,626
諏訪	1,451	1,739	1,786	3,525
上黒谷	546	642	647	1,289
下黒谷	452	500	513	1,013
合計	3,960	4,581	4,747	9,328



蒟蒻作り教室

美味しい手作り蒟蒻です！和気あいあいと楽しく作ってみませんか？

日時 12月5日(火)
午前9時30分～午後1時
場所 原谷公民館 2階調理室
講師 引間 房繁 先生
参加費 700円(材料代)
定員 16名
持ち物 エプロン・三角巾・炊事用ゴム手袋・ふきん・持帰り容器・上履き・各自飲物
申込み 11月22日(水)午前9時から電話のみの申込みとします。



味噌作り教室



国産大豆から作る無添加物のとても美味しい手作り味噌です。
日時 12月15日・1月26日・2月9日
3回とも金曜日
午後2時～午後4時
場所 原谷公民館 2階調理室
講師 社会福祉法人清心会
新井 秀之 先生
参加費 3,400円(材料・5^キ樽代)
定員 36名(いずれか1回のみ参加受付)
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・持帰り用袋・上履き・各自飲物
申込み 11月24日(金)午前9時から電話のみの申込みとします。



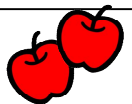
フルーツロールケーキ作り教室

果物たっぷり！美味しくふわふわなロールケーキを作ってみませんか？初心者大歓迎です！

日時 12月22日(金)
午前10時～正午
場所 原谷公民館 2階調理室
講師 山中 みさ子 先生
参加費 900円
(材料代)
定員 16名
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・持帰り容器・上履き・各自飲物
申込み 11月29日(水)午前9時から電話のみの申込みとします。



初心者そば教室



初心者の方を募集します！そば打ちをしてみたい、これから始めたい！という方(^-)/ぜひ参加をお待ちしています。

日時 12月19日(火)
午前9時30分～午後1時
場所 原谷公民館 2階調理室
講師 引間 房繁 先生
参加費 1,000円(材料代)
定員 16名
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・持帰り容器・上履き・各自飲物
申込み 11月28日(火)午前9時から電話のみの申込みとします。



裏面の「11月はらっぱだより」もご覧ください





11月号

はらっぱだより

うんどう会を行いました!

9月30日(土)原谷公民館の中庭において開催したゆうぎ室うんどう会(^^)🇯🇵

今回はコロナ制限もなく、心地よい秋風のなかで盛大に行うことができました。



赤組・白組に分かれての玉入れ



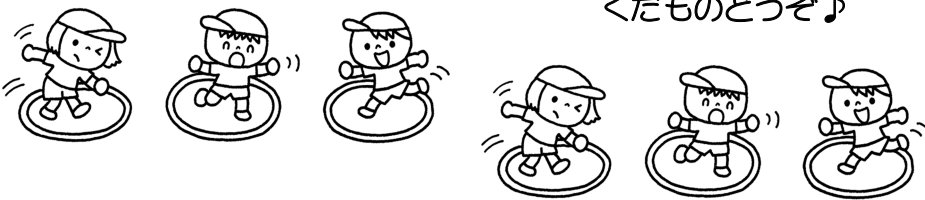
おまつりわっしょい♪
笠ぼこの引きまわし



くだものどうぞ♪



おかあさんのところまで
よーいドン!



冬の足音がきこえてきました!

かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。そろそろ流行が気になります。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう!

かぜ予防6か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう!

せっけんを泡立てて……

- 1 てのひら
- 2 手の甲
- 3 指の間
- 4 指先、つめ
- 5 手首
- 6 洗い流す

チェック!
指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね