

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

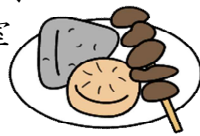
北国から下りてくる冬の便りや季節の花の移ろいに11月を感じます。公民館玄関前にもパンジーの花が咲きそろい公民館活動に彩りを添えています。さて、12月からの主催講座は、冬ならではの蒟蒻作り教室、味噌作り教室と、クリスマスの時期に合わせたロールケーキ作り教室、さらに昨年から始めた初心者の方対象のそば作り教室を開催します。皆様の参加をお待ちしています。

町会名	世帯数	人口		
		男	女	合計
宮崎	377	419	456	875
大野原	1,133	1,294	1,388	2,682
諏訪	1,434	1,726	1,781	3,507
上黒谷	561	665	671	1,336
下黒谷	453	506	520	1,026
合計	3,958	4,610	4,816	9,426

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6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 **600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(火)午前9時から電話のみの申込みとします。(試食はありません)



味噌作り教室

国産大豆から作る添加物の無い、とても美味しい手作り味噌です。

日時 **12月16日・1月20日・2月17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(木)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23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 **800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30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13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29日(火)午前9時から電話のみの申込みとします。(試食はありません)



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!



10月1日(土)に、原谷公民館の中庭において、ゆうぎ室うんどう会を行いました。

今年もコロナ禍ではありましたが、基本的な感染対策のもと、晴天に恵まれての開催となりました。



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



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