



令和 2 年 8 月 号

さんは〜と鹿児島だより

鹿児島市勤労女性センター

No. 397

鴨池 2 丁目 31-15

TEL・FAX

255-7039

<http://sunheart.sjweb.jp/>

☿ AUGUST



8月の俳句

送り火や 蒸し暑き夜を 去りたまふ…渡邊 水巴(すいは)

所 長 小 濱 満 里 子

いよいよ8月、お盆ですね。年々お盆の行事も簡素化された感のある今日この頃、今年さらには人との密を避けたお盆休みになるのではないのでしょうか。

さて、勤労女性センターでは、8月1日から第2回短期講座の募集が始まります。9月から始まる講座ですが、楽しい企画がいっぱいです。今までと違って、ソーシャルディスタンスを保ちつつ、会話も控えめに、時間も30分早く終わる等、「新しい生活様式」にのっとった講座が展開される予定です。今までと違う視点で講座を楽しんでみませんか？

たくさんの申し込み、お待ちしております。

さんは〜と 弾む心で 素敵な時間 ♪



第2回短期講座生募集

募 集 期 間 8/1 (土) ~15 (土)

| | 講 座 名 | 定員 | 回数 | 曜日 | | 講 座 名 | 定員 | 回数 | 曜日 |
|--|------------------------------|----|----|----|---|----------------|----|----|----|
| 午 前 の 部 (10 : 00 ~ 12 : 00) | 初めてのパン 10時~12時30分(2.5時間) | 15 | 5 | 月 | 午 後 の 部 (13 : 30 ~ 15 : 30) | ◎パソコン中級ワード③ | 6 | 6 | 月 |
| | 貯 筋 体 操 | 25 | 5 | 月 | | パッチワークで小物づくり | 12 | 6 | 火 |
| | ○パソコン初級エクセル① | 6 | 6 | 火 | | 大掃除大作戦(隔週) | 12 | 4 | 水 |
| | 得するマネープラン | 12 | 6 | 火 | | 秋の簡単ベスト | 12 | 6 | 木 |
| | 秋の簡単お菓子 10時~12時30分(2.5時間) | 15 | 2 | 木 | | 英会話入門 | 12 | 6 | 木 |
| | 秋の生け花 | 12 | 5 | 金 | | パソコン初級ワード④ | 6 | 6 | 金 |
| | ◎パソコン中級エクセル② | 6 | 6 | 土 | | 初めての俳句 | 12 | 5 | 金 |
| ★印：男性も可 ○印：初歩的な操作ができる方 ◎印：基本操作を習得済みの方 ※ 夜間の部は、勤労女性を優先 | | | | | 夜 間 の 部 (18 : 30 ~ 20 : 30) | カラーコーディネート | 12 | 5 | 月 |
| | | | | | | ◎夜のパソコン中級エクセル⑤ | 6 | 6 | 水 |
| | | | | | | ★発酵食品料理(隔週) | 15 | 3 | 水 |
| | | | | | | ○夜のパソコン初級エクセル⑥ | 6 | 6 | 木 |
| | | | | | | 楽しくベリーダンス | 25 | 6 | 木 |

◇ 前期講座受講生の感想から ◇

パッチワークでバック

- 他の人の布の組み合わせ等、個性的な発想で良い刺激になりました。独学で適当にしていた所など、基礎を聞いて嬉しかったです。
- パッチワークは全く初めてだったので、時間はかかるし、思うようにいかなくて、ほどいたりして、また縫ってという繰り返しでしたが、やり方を教えて頂き勉強になりましたし、下手ながら出来上がったら愛着が湧きました。
- 先生の丁寧な優しいご指導で終わる事ができ、ホッとしています。



マジック入門

- ◇ 毎回毎日が新鮮で楽しかったです。日常でないようでした。ただ、人を楽しませることの難しさと、マジックの難しさをすごく心にしみて分かりました。華やかな舞台に出る方はすごく練習しているんだと、本当に凄いなと思いました。
- ◇ 先生の鮮やかな手さばきに、ただ呆然と見とれていました。年を取っていますので、伸び伸び上手には出来ませんが、その都度、孫や夫に見て貰っています。マジックと出会えた事は、私の一番の喜びです。



ヨガ

- 各筋肉のストレッチを行い、体が少し柔らかくなり動きやすくなりました。
- ヨガは前からずっとやりたいと思っていたので、毎回楽しかったです。何よりも、講師の田上先生が元気で、優しく分かり易く指導して下さり有難かったです。気さくな先生の人柄に、不安な気持ちも初回で無くなりました。
- 年代もさまざまでしたが、その人その人の体力、状況に合わせてのポーズをして下さいました。ありがとうございました。



第41回 レク・スポーツ大会(ボウリング)を開催!

友の会から
嬉しい賞品あり♪

日時・令和2年9月5日(土) 9:50~12:00 (受付 9:30~)
場所・サンライトボウル

- 競技内容 1チーム3人の2ゲームで、3人の合計得点を競う。
- 参加費用 1人 1,300円(シューズ代込み)
- 申込方法 各自主クラブ・講座単位でチーム(3人)を作り申し込む。
- 申込期限 8/22(土)※20チームになり次第締め切り!



キャリアカウンセリング実施日

《無料：要予約》

昼の部 8月4・11・25日
(火) 9月8・15・29日

夜の部 8月20日
(木) 9月24日

1人1回 1時間程度
詳しくは、センターまで

| ☺ 8・9月の行事予定 ☺ | |
|---------------|--|
| 8月 | 1日(土) 第2回短期講座生募集開始(~15日まで) 8月の清掃活動は、中止します。 |
| 9月 | 1日(火) 第2回短期講座開講(16日まで随時) 5日(土) レク・スポーツ大会(ボウリング) 12日ほか 清掃活動(個別にお願いします。) |