



**10月25日（日）
朝倉秋まつりを実施しました**

秋まつりでは、ステージ部門や展示部門で生涯学習団体の活動発表が行われました。朝倉婦人会による直売コーナーや、地元食材を使った美味しい「減塩 野菜たっぷりドライカレー」の試食、恒例となりつつある！？餅まきなどもあり、とても盛り上がりました。



10月11日と12日、「日本の祭り in あきた 2015」がふるさと村などを会場に行われ、朝倉碓町内会の梵天が出演し、勇壮なパフォーマンスで会場を大いに盛り上げました。

**冬休み
交流大ホール開放Day!**

12月29日（火）～31日（木） 午前9時～
1月2日（土）・3日（日） 午後5時

- 上記の日程で交流大ホールを子ども達に開放します。
- ゲーム機やお金などの貴重品は、持ち込まないで下さい。
- 小さなお子様の利用につきましては、保護者同伴をお願いします。



あさくら館ご利用の皆様へ（お知らせとお願い）

駐車場の利用について

● **足元にご注意願います。**

駐車場および玄関付近が積雪や凍結により滑りやすくなっておりますので、足元にご注意願います。



● **屋根からの落雪にご注意願います。**

雪やつららが屋根から落ちることがあります。車を駐車する際や外を歩く際には、頭上にもご注意願います。



● **乗り合わせのうえ来館願います。**

あさくら館敷地内の雪を駐車場に積み上げておくため、来館される方々にご利用いただけるスペースが狭くなってしまうます。

可能な限り乗り合わせのうえ、ご来館いただけますようご協力をお願いします。

施設の利用について

- 2ヶ月先までの予約が可能となっており、12月は平成28年2月分まで予約可能です。

* * * * *

- 交流大ホールは、3ヶ月前の一定期間に抽選申込みを受け付けています。

（3月分の抽選受付期間：12月1日～11日）



主催講座の活動報告!



11月5日(木) 実施

「元気アップ講座」

多くの方が悩んでいると思われる冷え性。本格的な寒さを前に、今回、横手市健康推進課・健康の駅係の後藤ひとみ保健師副主査を講師に、「冬場の冷え予防」をテーマとした講話を実施しました。「冷え性」と一口に言っても様々なタイプがあり、それらは生活習慣の乱れによる血行不良が原因とされているようです。「冷え性」の改善・予防方法の一つには、食生活を見直すということがあり、中でも、朝食を取るということは、代謝を高め、体温を上昇させるという意味でも特に重要で、温かく消化のよいものを摂取するのが良いようです。また、運動不足による筋力の低下も「冷え性」の原因になるとのことで、手軽にできる「らくらく体操」も行いました。ゆっくりとした優しい運動でありながら、肩の筋肉を少し動かすだけでも体が温かくなるのを感じました。



11月10日(火) 実施

ねこ 「練り込み体験教室」

くさなぎ ももえ

陶芸家の草薙桃江さん(大仙市)に、色の付いた粘土を使って模様を作り出す「練り込み」という技法による小鉢作りをご指導いただきました。3色の粘土(濃い紫・薄い紫・白)を切っては組み合わせ、また切っては組み合わせということを繰り返して菱模様を完成させました。模様が出来たものは、小鉢の型に被せて成形をしました。

昨年度教えていただいた羽根模様のお皿作りの時とは違った方法で模様作りが行われ、「練り込み」の面白さをまたひとつ感じる事ができました。



第1回目

〈とき〉平成28年1月7日(木)

9時30分～正午

〈集合場所〉あさくら館

〈内容〉はんこ作り体験

第2回目

〈とき〉平成28年2月4日(木)

10時～正午

〈場所〉あさくら館

〈内容〉絵手紙体験



絵手紙教室

参加者募集!

(全2回)



〈定員〉先着10名

〈参加費〉1,000円(2回分)

〈申込み期間〉12月2日(水)～16日(水)

〈申込み〉窓口またはお電話で

朝倉公民館 電話 35-2138