

こちらも
好評です

平日大人の体験教室

第2回 運動教室

講師

健康運動指導士
梅津 順子 氏

11月22日（月）、健康運動指導士の梅津順子さんをお招きして、肩凝りや腰痛に効果的な運動を指導していただきました。実際に参加し、体を動かしてみると、普段ほとんど使われていない筋肉がいかにも多くあるかがわかりました。一か所に負担をかけすぎないように気をつけながら、バランス良く筋肉を使うことを少しずつ意識して生活していきたいと思っています。



12月6日（月）、今泉の成島焼き、和久井窯の和久井修さんを講師にお迎えし、陶芸教室を行いました。

数々の陶芸の技法や、土のお話などをお聞きした後、ポイントを教えていただきながら、型を工夫したり、絵をつけたりと楽しく作り上げることができました。

講師の「陶芸は作るだけで満足せず、日常で是非たくさん使ってください。」という言葉がとても印象的でした。年明けの焼き上がりが楽しみです。

第3回 陶芸教室

講師

和久井窯
和久井 修 氏

皆さんも趣味や特技を活かして仲間を増やしてみませんか。自分も教室を開催したい、こんな教室を開いて欲しいといった御意見をお待ちしています。

灯油などの油類による河川流出事故を予防しましょう!!

油流出事故を防ぐための心がけ

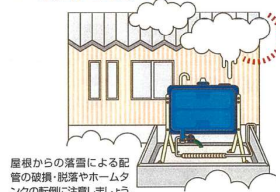
1 その場を離れない



2 配管の場所には目印を



3 落雪に注意して



4 定期点検を怠らない

