



教養講座	5月22日(金) 10時~11時半	目からウロコの姿勢科学 ~正しい姿勢で痛み解消~	姿勢科学士・姿勢調整士 松本 義雄 先生
地域講座	5月8日(金) 10時~12時半	季節料理	管理栄養士 山本 ひとみ 先生
	5月15日(金) 10時~11時半	秀吉の弟 豊臣秀長の生涯Ⅱ	歴史研究家 中川 秀昭 先生
	5月21日(木) 10時~11時半	コーヒー講座 ~おいしいコーヒーの淹れ方教室~	コーヒーインストラクター 橋本 知子 先生

- 5/22 肩こり・腰痛・膝痛など、年齢とともに増える体の不調。健康の不安は多くの方が感じています。人生100年、痛みや不調を解消し、予防していただくために、「姿勢科学」という新しい視点で、健康で生き抜く知識と実践法をわかりやすくお話しします。(松本義雄) ※電話か窓口で申し込んでください。(定員30名)
- 5/8 いつもと違ったメニューでおもてなしをして、皆さんに喜んでいただきましょう。今回は、ストロガノフ、ラトウイ、じゃがいもとピーマンのシャキシャキ炒め、抹茶プリンを作ります。ご家族との団らんに、また、お友だちとの集まりに、ぜひお役立てください。 ※4月8日から受付開始したところ、定員に達したので締め切りました。
- 5/15 貧しい百姓の倅から、秀吉は天下人そして関白・太政大臣に上り詰め、秀長は大和大納言と称されるまで立身出世を遂げた豊臣兄弟。激動の戦国乱世、毛利氏、長宗我部氏、島津氏、北条氏など名だたる戦国武将たちとの戦いの日々の中、常に「補佐役」に徹し、持ち前の知恵と調整力で兄・秀吉を支え続け、二人して「天下統一」をなし遂げた秀長。しかし、その達成に至る過酷な日々は、秀長の体を蝕み、「天下統一」を見届けて52年の生涯を終えた秀長の一生(後半)をご紹介します。(中川秀昭)
- 5/21 生豆を焙煎するところから体験し、「煎りたてコーヒー」を味わってください。先生が、コーヒーにぴったりのお菓子も用意してさせていただきます。ご自身で焙煎した豆でいれたコーヒーで、身も心もリフレッシュしませんか? ※4月21日より、受付開始しています。
※材料費500円を添えて、申し込んでください。(定員8名)



6月の講座予定

6月17日(水)	人生が変わる呼吸法レッスン 田摩 みき 先生 ~息の仕方を変えたら、生き方が変わる~ ◇5月17日受付開始(電話か窓口で) ※30名
6月25日(木)	麴料理 I 白倉 理恵 先生 ◇5月26日受付開始(12名) ◇材料費1,000円
6月26日(金)	大和大納言 豊臣秀長と大和郡山 中川 秀昭 先生
6月27日(土)	ふれあいコンサート 大西 由香里 先生 「歌とおはなしでつづる 心とからだのハーモニー」 ◇5月27日受付開始(電話か窓口で) ※30名

5月 学校園の行事予定

中学校	1日 授業参観・PTA総会・PTA交流会 8日 3年生全国学力・学習状況調査 10日 開校記念日 20日 1年生自然教室 (~22日) 29日 2年生トライやる・ウィーク 事前指導
小学校	1日 1年生をむかえようの会 15日 全校生5校時下校 18日 5年生自然学校 (~22日) 22日 全校生5校時下校 27日 オープンスクール②③④
幼稚園	1日 こどもの日のつどい 8日 おはなし会 22日 保育参観 29日 誕生会

