

令和7年

辰口地区コミュニティセンターだより



厳しい日差しや暑さを感じる日も多くなり、いよいよ夏本番です！
また、体調を崩しやすい時期でもあり、熱中症にも気をつけたいものですね。
十分に留意され、ご来館頂きますようお願いしております。

「開館時間のお知らせ」

・ 9:30~18:00 (火・水・金・土)
・ 14:00~18:00 (月・木)

◇辰口CCのみ
(月)~(土) 8:30~17:15

休館日 日・祝日

7月の講座とサークル予定

| 岩内コミュニティセンター 講座 ㊟ 51-5105 | |
|------------------------------|----------------|
| やさしいピラティス | 1日(火) 9:30 |
| フラワーアレンジメント | 5日(土)14:00 |
| 水引教室 | 11日(金) 9:30 |
| 笑いのトレーニング講座 | 15日(火)14:00 |
| 手作りパン | 19日(土) 9:30 |
| クラフトバンド | 26日(土)14:00 |
| サークル | |
| リズムダンス | 2・16日(水)10:15 |
| 着付けのコツ | 5・19日(土)14:00 |
| 歌謡舞踊 | 12・26日(土)13:30 |
| 堅香子の会 | 16日(水)13:30 |
| 飛輪太鼓 | 2日(水)20:00 |

| 辰口コミュニティセンター 講座 ㊟ 51-4513 | |
|------------------------------|------------------|
| 初めての水引教室 | 2日(水) 9:30 |
| つまみ細工 | 4日(金)10:00 |
| 手作りパン | 9日(水) 9:30 |
| 暮らしの書道① | 10日(木)13:30 |
| フラワーアレンジメント | 16日(水)10:00 |
| 暮らしの書道② | 17日(木)13:30 |
| やさしいつまみ細工 | 18日(金)10:00 |
| やさしいクラフトバンド | 28日(月) 9:30 |
| あったかクッキング | 23日(水)10:00 |
| サークル | |
| キルトとリメイク | 2・16日(水)13:00 |
| 楽しい三味線 | 10日(木)10:00 |
| 和服に親しもう | 10・24日(木)19:30 |
| 歌謡サークル | 11・25日(金)13:30 |
| 加賀花手まり | 15日(火)10:00 |
| 太極拳 | 毎週(火) 9:30 |
| カラオケ | 3・17・31日(木)13:00 |

| 久常コミュニティセンター 講座 ㊟ 51-2385 | |
|------------------------------|------------------|
| 身体と心のリセット | 4・11日(金)10:00 |
| 毎日の献立 | 8日(火)10:00 |
| 水引教室(中級) | 9日(水) 9:30 |
| 和布を楽しむ | 11・25日(金)10:00 |
| やさしいピラティス | 15日(火) 9:30 |
| 季節のお花 | 22日(火)10:00 |
| サークル | |
| ハーモニカ | 8・29日(火) 9:30 |
| 押し花アート | 2・16日(水)10:00 |
| 健康ヨガ | 4・18日(金)10:00 |
| 布花アート | 19日(土)10:00 |
| オカリナまほろば | 5・19日(土)13:30 |
| パッチワーク | 8日(火) 9:30 |
| オカリナそよ風 | 5・12・26日(土)10:00 |
| 国造民謡会 | 12・26日(土)13:30 |
| 詩吟 | 3・17・24日(木)14:15 |
| 加賀花手まり | 15日(火)13:30 |
| 俳句 | 16日(水)13:30 |
| ペタンク | 毎週(火・木)13:30 |
| | 毎週(土) 9:00 |

| 宮竹コミュニティセンター サークル ㊟ 51-5532 | |
|--------------------------------|------------------|
| リズム体操 | 9・23日(水)10:00 |
| 詩吟 | 休み |
| カラオケ | 4・11・25日(金)10:00 |
| 手取民謡会 | 5・19日(土)13:30 |

| 国造コミュニティセンター サークル ㊟ 51-5735 | |
|--------------------------------|------------------|
| 健康体操 | 1・15・29日(火)10:00 |
| パソコン | 1・15日(火)19:30 |
| ポタニカルアート | 2日(水)10:00 |
| 押し花 | 23日(水)10:00 |
| 囲碁 | 毎週(月)14:00 |
| グラウンドゴルフ | 毎週(金) 9:30 |
| テニス | 毎週(金)19:30 |

| 緑が丘コミュニティセンター サークル ㊟ 51-5545 | |
|---------------------------------|---------------|
| 押し花 | 4・18日(金)13:30 |
| 楽しいパッチワーク | 22日(火)10:00 |
| ピラティス① | 毎週(月)14:15 |
| ピラティス② | 毎週(水)13:30 |
| 茶道 | 毎週(水) 9:30 |
| 編み物 | 18日(金)10:00 |

岩内・久常・辰口CC 特別教室の様子

辰口CC

6/17に、**押しずし作り**の教室を開催しました。最初に、中村先生から押しずしの歴史を教わり高嶋先生の指導で調理へ。笹の葉の他にこちらの地域では珍しい柿の葉の押しずしもしました。参加された方の中には柿の葉が初めての方もいらっしゃいました。



また開催して下さい。のリクエスト頂きました。

久常CC

長年作られている田甫美奈子さんを講師に迎えて『押し寿司』を作りました。

みなさん熱心に質問され、笹をとる時期・保存方法、すし酢の合わせ方、おにぎりの大きさ・木箱にきれいに並べるコツなどわかりやすく教えていただきました。



田甫さんが作って来られた押し寿司と料理を試食のお供に。楽しい時間でした!

岩内CC

粉からピザを作ろう

生地は回転させながら丹念に捏ねました。生地を寝かせている間に風味豊かなバジルソースとトマトソースを作り、チーズやピーマン、ベーコンを乗せてガスオープンへ。フツフツといい匂いが漂い、美味しいピザが焼き上がりました。



※CC館だよりが必要な方は、各CC館にお問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。