

令和6年度さかきふれあい大学各種講座が開講しました

キッズスポーツ教室

5月8日(水)から始まったキッズスポーツ教室は、年中・年長のお子様が、いつもと違うお友達と運動や楽しいレクリエーションゲームを通じて、スポーツに親しみ、豊かな創造力を育てていく教室です。長野体育センターの山崎修先生のご指導のもと、1年間元気よく活動していきます。



リトミック教室

リトミック教室は、1歳～3歳のお子さんを対象とした、音楽やリズム体操などを通じて、感受性を育てる教室です。

6月5日(水)にスタートし、中沢敏江先生のご指導のもと、音楽に合わせて体を動かしたり、マラカスや鈴などの楽器を鳴らしたり、様々な活動をして楽しんでいます。七夕やハロウィンなど季節のイベントも行っています。後期の生徒さんも募集しています。詳しくは8ページをご覧ください。



専門講座 川の学校

6月21日(土)・22(日)につけば小屋「魚とし」において、小学校3年生以上の親子を対象とした「川の学校」が開催され、定員いっぱいの12組の親子が参加されました。

後藤敏一さん、後藤正一さんを講師として、1日目は川沿いの清掃、竹竿釣り体験、魚の仕掛けづくりを行いました。ナマズのつかみ取り体験では、ぬるぬるのナマズを手でつかんで子供が大興奮!貴重で楽しい体験を行うことができました。2日目は仕掛けにかかった釣果を確認し、アユとウグイの串焼き、ナマズのおみおつけなどの朝ごはんを参加者のみなさんで頂きました。



専門講座 アロマづくり

6月8日(土)に、町立図書館で、アロマテラピールーム 風香 山崎あき子先生による「わたし好みのアロマの消臭スプレーづくり」が開講しました。アロマの代表的な6種類の精油の匂いをそれぞれ嗅いで楽しみ、特徴や匂いから自分の好みの3種類の精油をブレンドして、オリジナルの消臭スプレーを作りました。

専門講座 続・楽しく脳トレ

6月1日(土)から、「続・楽しく脳トレ」が開講いたしました。ニュースポーツの「モルック」や、老若男女問わず楽しめる「囲碁ボール」、脳を活性化させる指体操などを行い、皆さんで和気あいあいと楽しみながら「認知機能をつかさどる脳」を活性化させる講座です。7月・8月・9月と全4回の開講を予定しています。

専門講座 ピラティスで美ライン

6月4日・11日・18日の全3回、町立図書館で小宮山陽子先生による、「ピラティスで美ライン」の講座が行われました。15名の参加者ほとんどの方がピラティス初心者でしたが、先生のご指導のもとピラティスの基礎や呼吸法を学び、からだの内側から体幹やインナーマッスルを鍛えました。後期も小宮山先生のピラティス講座を開講予定です。

長野大学坂城町講座 子ども向け絵画教室

7月3日(水)、文化センター会議室で長野大学企業情報学部石川吉宗教授による、3歳～12歳までのお子さんを対象とした絵画教室が、文化センター中会議室で開催されました。石川教授が用意されたリングを、子供たちは先生のお手本を参考にしながら、思い思いの自由な感覚で、色鉛筆でのびのびと描いていました。