



☆わいわいすくーる⑥	12/5(木)	午前10時
☆ほのほの学級⑩	12/6(金)	午後2時
☆冬の親子講座・スノーマン作り	12/8(日)	午後2時
☆あさひ赤ちゃんPark③	12/11(水)	午前10時
☆わいわいすくーる⑦	12/12(木)	午前10時
☆冬の親子講座・サンタケーキ作り	12/15(日)	午後2時
☆おはなしこんいちほ⑦	12/16(月)	午前10時30分



☆あさひ赤ちゃんPark④	1/8(水)	午前10時
☆おはなしこんいちほ⑧	1/20(月)	午前10時30分
☆心とからだの健康づくり講座①	1/23(木)	午後2時
☆心とからだの健康づくり講座②	1/25(土)	午後2時

諸事情により一部事業を中止・変更する場合がございます。ご理解いただきますようお願いいたします。

文化ホールくるる より お知らせ

年忘れ落語会 ～最後は笑いで締めくり～

12/13(金) 14時開演 全席自由 700円

チケット販売中

志ん輔 蕨三昧 芝浜 他一席

12/20(金) 18時30分開演 全席自由 2,800円

チケット販売中

黒崎拓海ピアノコンサート

令和7年2月2日(日) 14時開演 全席自由 2,000円

12/3 10時より発売

第23回 花のように香れ 女流義太夫

令和7年2月11日(火・祝) 14時開演 全席自由 2,000円(学生1,000円)

12/7 10時より発売

公民館新聞で料理教室 ♪フードコーディネーター市川先生直伝レシピコーナー

寒い季節になりました。今回はレモンカードは如何でしょう。簡単にできますのでお試しください。

【材料】・レモン：1個(国産がお勧め) ・卵：1個 ・グラニュー糖：50g～70g ・バター：30g

【作り方】①レモンを良く洗い、皮をすり下ろします。黄色い部分だけにしてください。

②レモンを絞っておきます。

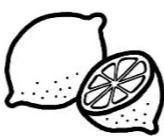
③ボウルに卵、グラニュー糖、レモンの皮を入れ、泡だて器でよく混ぜます。

④小鍋にバターとレモン汁を加え混ぜ、再び小鍋に移します。

⑤弱火～弱中火にかけ、へらで混ぜながらとろみがつくまで混ぜます。

熱いうちに容器に入れてください。冷蔵庫で保管してください。

※酸味のあるカスタードクリームです。パン、カステラに塗っても、ゆでたジャガイモに添えてもおいしいです。



あさひ 12月号

第168号
 蕨市立旭町公民館
 蕨市中央1-23-8
 公共公益施設くるる1階
 TEL 048-432-4053

令和6年度「地域と共に歩む」

公民館で!ベースカラー体験講座 ～仕事・地域デビューに!面接で第一印象UP!自分に似合う色を見つけよう～



人の印象や視覚の重要性、色の効果を学ぶ講座。ひとり一人に先生が布をあて、似合う色がしをしました! 同じグループ参加者の様子を見ているのも楽しく、勉強になりました。「ブルーベース」「イエローベース」それぞれに似合う化粧品を用意し、軽いメイクにチャレンジ! 慣れないカラーに戸惑っている参加者もいましたが、和気あいあいと楽しむことができました。質疑応答の時間では、似合わせのコツやポイントカラーの使い方などを学びました。



【感想より】

- ・子育ての合間に参加できてよかったです。いつも化粧品を選ぶのに迷子でしたが、色選びができてよかったです。
- ・ていねいに一人ひとりの診断をして下さり、アドバイスもして下さりとても良かったです。

令和6年度 蕨市立旭町公民館事業

くるる おはなし こんいちほ!
 2さい・3さい

募集中

あさひ赤ちゃんPark
 0さい・1さい

毎月1回 第3月曜日 10時30分より読み聞かせを行っています! お誕生日会やクリスマス会など楽しい企画が満載です!

毎月1回 第2水曜日 10時より手遊びやおしゃべりをしながら子育ての情報交換をしています!



ぜひ一度、のぞいてみてください!



公民館よりお知らせ
 多目的トイレに子供用補助便座を置きました。
 パパ・ママご利用ください!



◆蕨市ふれあい交流宿泊費助成、ご利用を/助成額は1人1泊1,500円(上限)で、1年度に2泊が限度。対象は従来の群馬県片品村と栃木県大田原市に加え9月以降は山梨県笛吹市も追加、宿泊時点で住民登録のある人。利用方法など詳しくは市のホームページや公共施設のチラシ等でご確認ください。問い合わせ・申請先は生涯学習スポーツ課 (Tel048-433-7729直通)

わいわい☆すくーる あきふゆバージョン

市長と子育てママとの対話事業

11/7(木) ママ・パパの自由時間 ～からだを温めるこんにやくボールづくり～ 講師：阿野 美智子さん

蕨市長をお招きして、子育て学級のママと懇談会を行いました。緊張気味だったママは市長の子育てに関する政策などを伺い、最後は和やかな雰囲気ですべて終わりました。懇談会の後は、こんにやくボールで身体を温める民間療法を学びました。



【感想より】・まさかのコンニャクがこんなに気持ちいい道具になるとはびっくりしました。足つぼも診ていただき、自分の悪いところ良いところも改めて知れました！

11/14(木) おやこでクッキング ～いろいろな味のむしパンづくり～ 講師：高野 啓子さん

さつまいもやリンゴをスケーパーで細かく切る体験をしながら、親子で調理を楽しみました。ほうれん草やにんじんなど彩よく、カラフルなむしパンが出来上がりました♪



【感想より】・家にある材料で簡単に美味しいむしパンができて感動しました！家でも一緒に作ります♪ ・親子でクッキング、とってもたのしい時間でした。どれも美味しかったし、手軽にできて、お家でも休みの日にトライしてみたいと思います！ ・子どもと楽しく♪ 作れました。♪

11/8・22(金) 『調理実習』

ほのぼの学級

講師：フードコーディネーター 市川 昌子さん

手軽で簡単にできるレシピでチキンナゲットやスイートポテトを作りました。時間をかけないで美味しく作るコツを教えてくださいました♪

★今日のメニュー★

- ・手作りチキンナゲット
- ・なんちゃってスイートポテト
- ・きのこスープ



◆旭町公民館講座のおしらせ◆

マスクの着用をお願いします。発熱・風邪症状のある場合は参加をご遠慮ください。諸事情によって急遽中止または変更となる場合がございます。

令和6年度「まち・ひと・健康づくり」

女性のための心とからだの健康づくり講座

～自分を知ってよりよい健康生活！～
この講座は企業の社会貢献活動を活用しています



◇1月23日(木) 14時～15時半 株式会社 ワコール 「エイジングコース」

女性のからだはおなじ状態ではありません。加齢によるからだの変化を理解します。バストとヒップの変化の要因を知り、からだに合った下着選びのポイントを学びます。

◇1月25日(土) 14時～16時 ちふれホールディングス株式会社

「ハリツヤメイク基礎編 ベースメイク・ポイントメイク」

年齢などによる外見変化をカバーするメイク方法を学びます！

【講座に参加する際の注意事項】 ※25日

25日講座当日は「ノーメイク」でお越しください。ノーメイクがきびしい場合、マスカラはつけずに薄化粧をお願いします。皮膚に関するアレルギーをお持ちの方や医療機関等から化粧品を止められている方は参加をご遠慮ください。

◎先着受付：12/2(月)～蕨市立旭町公民館窓口(くるる1階)にて受付 ◎定員：両日20名

◎対象：市内在住・在勤の成人女性 ◎その他の詳しい情報はチラシをご覧ください。



時短で手軽！ 焼きたてパンでカフェランチ

初心者さんも安心！
簡単手作りパン

男性の方も
お気軽に！

講師：フードコーディネーター
市川 昌子 先生

対象	日時	定員
どなたでも	R7年2月 15日(土) 10:00～13:30	16名
男性のみ お気軽にご参加ください	R7年2月 23日(日) 10:00～13:30	16名

※16歳以上蕨市在住・在勤・在学の方 抽選受付：1/5(日)～1/19(日)20:00まで
参加費： 1,500円 場所：旭町公民館 調理室

メニュー： 手ごねパン、手羽先のママレード煮、ジュリエンスープ
(試食有り、パンは持ち帰りできます)