



講座情報

2016年10月号

NPO 法人 大人の学校
336-0021 さいたま市南区別所 5-1-11
電話/ファックス 048-866-9466
メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp
ホームページ http://otonanogakkou.org/

大人の学校の講座はどなたでもご参加できます。ご友人や近隣の方とお誘いあって、お申込みください。

日本のスーパーフード「とうふ」を使った料理とお菓子

お豆腐を冷凍してから使うと食感がかわり、料理のバリエーションが広がります。また、絹豆腐はちょっと手を加えるだけでヘルシーなお菓子に大変身！いつもと違ったお豆腐料理を学びます。【定員 15 名】

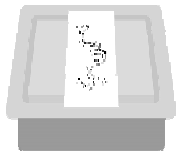
10月25日(火)10時30分～13時

場 所:生活クラブ生協2階 さいたま市南区別所
5-1-11(JR 埼京線「中浦和」徒歩3分)

講 師:細貝敏子さん(大人の学校の登録講師)

参加費:3,000円 材料費込み

持ち物:エプロン・三角巾



冷凍した木綿豆腐で「南蛮漬け」「シューマイ」 絹豆腐で「塩豆腐のレーズンバターサンド」「紅茶煮」

肩こりにさようなら

～姿勢を正して自分で手当て～



コリや痛みが起きる理由を解説していただき、エクササイズ&ツボを刺激する自分でもできる手当てを学びます。強い痛みが長引く四十肩についても傾向と対応を伺います。【定員 20 名】

10月12日(水)10時30分～12時30分

場 所:生活クラブ生協2階
(JR 埼京線「中浦和」徒歩3分)

講 師:橋本八州穂さん
(鍼灸・あん摩・指圧マッサージ師)

参加費:1,500円

持ち物:バスタオル持参
*ズボンなど動きやすい服装で。

大人の平日クラブ 小江戸川越 そぞろ歩き

江戸時代に城下町だった川越は、舟運を使った江戸との商いで人も物も集まり町が発展しました。豪商が建てた頑丈な構えの蔵造りの町並みを歩いて、昔の賑わいに思いを巡らせましょう。コースは、連雀寺～熊野神社～大正浪漫通り～「甘味茶房かすが」で名物・芋ソーメンセットの昼食。その後、蔵造り資料館や服部民族資料館を経て菓子屋横丁に14時頃到着、解散です。【定員 18 名】

10月27日(木)午前9時40分

西武新宿線「本川越」駅 改札出たところに集合

案内人:川越シルバー人材センターガイド会

参加費:3,000円

入館料2か所、保険代、
昼食代を含みます



太巻き祭りずし 「バラの花」にチャレンジ

ばらの花の祭りずしを楽しみます。ちょっとした持ち寄りパーティや、お祝いなどに、絵柄がかわいらしい祭りずしはぴったりです。初めての人でも失敗しない作り方で、1人1本巻いて持ち帰ります。【限定 12 名】



10月15日(土)10時30分～12時30分

場 所:生活クラブ所沢生活館
(所沢市美原町3丁目 2971-5)
西武新宿線「新所沢」駅下車徒歩12分

講 師:弘光 しのぶさん(志木支部組合員。太巻き寿司のおけいこに通い続けて20年)

参加費:2,200円 エプロン・三角巾・容器を持参

上野千鶴子さん講演会

「女も男も上手に老いる」

長生きしてよかった！と思える社会にするために

11月8日(火)18時30分～20時30分

会 場 浦和コミュニティセンター第15集会室
(JR「浦和」駅東口 パルコ9F)

参加費 1000円(要事前申し込み)

お問い合わせ・お申込みは

電話/ファックス 048-254-2841(大人の学校)まで



上野千鶴子さん

(写真は菅野勝男撮影)

社会学者・立命館大学特別招聘教授・東京大学名誉教授・認定 NPO 法人ウィメンズアクションネットワーク(WAN)理事長。1948年富山県生まれ。



さいたま寺子屋サロン

時間:14時~16時
 場所:生活クラブ生協本部 1階談話室
 参加費:500円(資料やコーヒー代)

ひとには経験があります。興味や関心から培ってきたもの、打ち込んできたものなどを通して、自分自身について語っていただく場です。

10月29日(土)

「30年目チェルノブイリの現在(いま)
 ...そして福島再生のためにできることは?」

話し手:末吉美帆子さん
 (生活クラブ組合員、所沢市議会議員)

26年間チェルノブイリ支援を続けている「チェルノブイリ救援・中部」スタディツアーで知ったウクライナの現実と希望、そして福島との深い友情をお伝えします。菜の花プロジェクトや土壌調査、帰還問題などウクライナから学び日本・フク

11月26日(土)

「海外出張で始めた美術館めぐり
 ~日本でめったにみられない絵画のお話」
 話し手:三ツ元一郎さん
 (岩槻市の観光ガイド)

30年間の海外との取引でおもにヨーロッパへ出張する機会があり、日本でもめったにお目にかからない日本人画家や個性的な画家の作品にたくさんふれることができました。最初のきっかけとなった絵画から、公私ともに訪れた美術館のことなど幅広くお話ししたいと思います。

2016年10月以降の講座の予定

- 11月8日(火) 上野千鶴子さん講演会「女も男も上手に老いる」
- 11月11日(金) 柿渋染めのふるしき作り
- 11月15日(火) 韓国料理「万能ソースとスープ」
- 11月25日(金) 歩きたくなるまち東京都北区 晩秋の旧古河庭園~飛鳥山公園
- 12月5日(月) 江戸東京400年 銀座を歩く
- 12月6日(火) 韓国料理「カンタン漬物と野菜のクッパ」



ホームページのカレンダーで詳細を掲載しているものもありますのでご覧ください。

8/9陸前高田市へ9,000円
 (本の売り上げ)の寄付金を
 届けました

随時受け付け中!

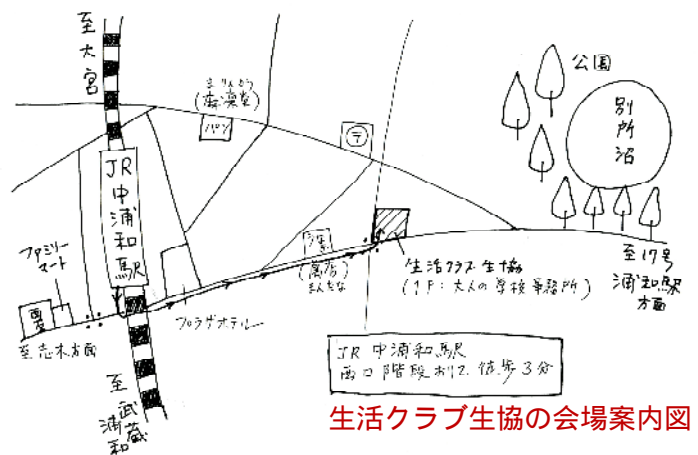
被災地を忘れない!
 1冊の本がつなぐ応援の輪

大人の学校は、被災地を応援しています。岩手県陸前高田市立図書館再建のための寄付(本を届けて本の購入費用とする活動)を継続して行っています。被災地を忘れず、つながり続けるための取り組みとして継続しています。

賛同いただける方は、
 生活クラブ本部1階談話室内の
 大人の学校事務所まで本をお持ち下さい。



取扱いできないもの...ISBNのない本、百科事典、個人出版本、マンガ、一般雑誌など古いものや汚れているものもNGです。よろしくおねがいます。



生活クラブ生協の会場案内図

◆大人の学校スタッフのつづやき◆

子どもの頃のお盆の墓参りといえば、夜暗くなってから行くのが習慣でした。お墓から提灯に移した蠟燭の火はご先祖様の魂だから、うちに連れて帰るまでは絶対消さないようにと、家まで緊張しながら持って帰ったものでした。

時は流れ、今は故郷の両親も実家もなくなり、炎天下に慌ただしく墓参りを済ませ、時間を気を訪ねて帰るだけのお盆になりました。何か大切なことを忘れてしまったかもしれない...。自分を振り返った夏でした
 (くまちゃん)

