



# otona no gakkou 大人の学校



2012

12

発行元: 特定非営利活動法人 大人の学校  
〒336-0021  
さいたま市南区別所 5-1-11 生活クラブ生協内  
TEL / FAX 048-866-9466  
メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp  
ホームページ http://otonanogakkou.org/

NPO 法人大人の学校ってな～に? .....発見や感動を通し人と  
して豊かに成長し続けるための学びの場です。新たな知識や  
人との出会いによって、これまでの自分から一歩を踏み出す

きっかけとなるようお願いつつ、食や生活に役立つ講座、自己実現  
を促す講座など、さまざまな講座を開催しています。ぜひ、一度  
ご参加ください。



今年も残すところ1か月。1年間ありがとうございました。緊急企画にはぜひご参加ください!

## 緊急企画! 子どもたちを守りたい!

～被爆しないためにできること～



日時: 12月9日(日) 10時半～12時半

場所: 生活クラブ生協本部会場 (JR埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分)

お話し: 藤井努さん(放射能民間測定所「さいたまラボ」運営) 参加費: 500円

事故から1年8か月がたち、さらなる放射能汚染の危険性も続く中で、私たちはこれからどう生きていくのか。

### 大人の学校のこれからの講座情報

12/11(火) 10時半～12時半

「魅力度アップ! 話し方レッスン」講座

場所: 生活クラブ生協本部 (JR埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分)

参加費: 1000円(個人正会員 500円)

講師: 井上真弓さん (芳香療法士、接遇交流講師)

12/12(水) 10時半～12時半

「花粉症を克服」講座

場所: 生活クラブ生協本部 (JR埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分)

参加費: 1200円(個人正会員 1000円)

講師: 森崎正幸さん (浦和区で整体院を開業中)

1/23(水) 10時半～12時半

「ひとりでできる操体法【腰痛編】」講座

場所: 所沢生活館

参加費: 1500円(個人正会員 1000円)

講師: 森崎正幸さん (浦和区で整体院を開業中)

1/24(木) 10時半～12時半

「スキンケアレッスン」講座

場所: 生活クラブ生協本部 (JR埼京線「中浦和」駅下車徒歩3分)

参加費: 1000円(個人正会員 500円)

講師: 笠井由美さん (せっけん推進を中心に活動中)

12/7(金) 10時半～13時

「ひとりでできる韓国料理」講座

～プッチムゲ(韓国風お好み焼き)とザプチェ(野菜や肉を炒めて和えたもの)に挑戦!～

場所: 与野本町コミュニティセンター (JR埼京線「与野本町」駅下車徒歩3分)

参加費: 2500円(個人正会員 2000円)

講師: 李 愛敬(い えぎょん)さん  
(韓国ソウルでは料理教室の先生、日本では韓国語の先生)

### さいたま寺子屋サロン

12月15日(土) 「心と体は同時に癒せることを知って」  
菊原なおみさん(浦和西組合員、ホメオパス)

1月19日(土) 「企業戦士から市民活動に」 野田静枝さん(浦和西組合員M、コミュニケーション・インストラクター)

2月16日(土) 「(仮)りっぱなIT技術」  
加藤一夫さん(サントルチア加藤: 技術屋が今はお笑い芸人)

毎月第3土曜日 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)

(過去のサロンの様子は  
ホームページをご覧ください)

話し手、  
いつでも募集中!

#### 講座予告

2/6(水) 「大豆料理」講座

2/9(土) 「リフォームの基本ポイント」講座

2/21(木) 「はじめての健康太極拳」講座

詳細はホームページや1月に発行の通信をご覧ください。  
その他に、リフレクソロジー肩こり編講座、深谷散策ツアーなど  
企画中です。

NPO 法人 大人の学校の講座は、どなたでもご参加できます。

## 講座の報告

### 11/8(木)開催 パーソナルカラーとメイクのレッスン 講座

講師の戸口さんのカラーの講座は 3 回目ですが、メイクも取り入れたのは今回が初めてです。毎回参加者からおどろきの声上がる楽しい講座です。

季節から秋色メイクに話が集中、パーソナルカラーの基本を学んでから、1 人 1 人メイクのワンポイントアドバイスをいただきました。参加者の表情もだんだんに明るくなってるのが印象的でした。 (スタッフ：フクオカ)



### 11/27(火)開催 アロマでハウスクリーン 講座

アロマやハーブはとてもたくさんの種類があります。今回のように台所や室内のクリーニングに使うアロマ、それから香りを楽しむアロマとがあるという 2 通りの説明を聞きました。ハウスクリーニングに使用するため、まずは重曹をベースに参加者各々の好みでアロマを選び調合しました。

洗濯物の除菌の場合、鏡や窓ガラスの場合、トイレや浴槽の場合、等々使用する場所ごとにつくり方や注意点をわかりやすく説明してもらいました。

排水口の掃除やテーブルの汚れの落とし方、アロマをうまく活かすための割合などの話もあり年末に向けて楽しく掃除が出来そうです。 (スタッフ：F.F)



## 被災地を忘れない！

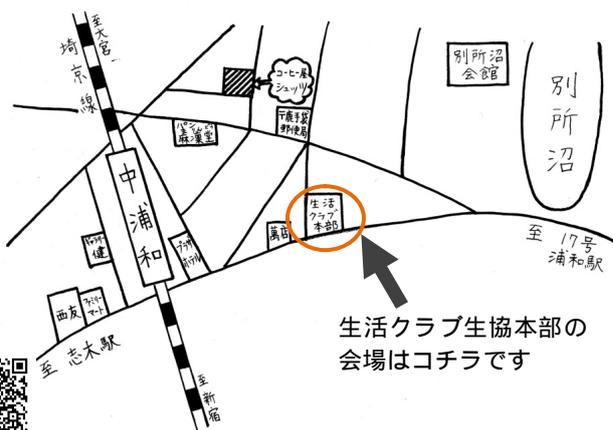
### 1冊の本がつなぐ応援の輪



大人の学校は、被災地を応援しています。5月の総会時には本の交換会と「陸前高田の話聞く会」を開催し、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)を行いました。被災地を忘れず、つながり続けるための取り組みとして今後も続けます。

1冊の本がつなぐ応援の輪に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

お申込みやお問い合わせは



生活クラブ生協本部の会場はコチラです

### 大人の学校 スタッフのつぶやき

朝、子どもを車で送った帰り道、富士山が良く見える場所があります。緩やかなカーブを曲がってその場所があるのですが、富士山見えるかな？見えないかな？とワクワクしながらカーブを曲がります。良く見えた時は、とても嬉しくて、「今日なんか良い事ありそう」と思ってしまう。家路に着くまで、富士山は道路の右、左、右、左と4回登場します、最後の左側に見える富士山に「ありがとう」とつぶやいて右折します。寒くなって良く見える日が続いています、明日も見えるかな？朝が楽しみです。(たまちゃん)