

文化講演会

アクティブ・エンディング ～大人の『終活』新作法～

終活とは、死ぬための準備ではありません。人生の幕引きに向けた「生き方」「逝き方」を自分で決めることです。新しい時代のアクティブな終活を紹介します。

入場無料

11月29日(日)

定員
120人

事前に必ず
お申し込み
ください。

時間 午後1時45分～3時15分（1時15分開場）
会場 豊田文化センター（豊田公民館）



講師 ^{かねこ}金子 ^{わかこ}稚子さん

終活ジャーナリスト、ライフ・ターミナル・ネットワーク代表。人生100年時代を迎えた今、死を捉え直したアクティブ・エンディングを提唱。単なる体験談にとどまらない分析的に捉えた冷静な語り口は高い評価を得ている。夫は2012年に他界した流通ジャーナリストの金子哲雄氏。

文化 なかの

公民館報

No.188

(通巻No.720)

豊田公民館

歴史講座

北信濃の室町・戦国時代と城

期日 12月12日(出)
時間 午後1時30分～3時
内容 どう攻めたのか、いかに守ったのか。城から読み解く北信濃の歴史。
定員 30人

冬の手づくり教室 ハワイアンキルト

期日 12月16日、2021年1月20日、
2月10日
(全3回、毎回水曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 幸せを呼ぶ花、アンスリュームの鍋敷きを作ります。
定員 15人(市内在住・在勤)
申込 11月24日(火)まで
材料費 2,000円



◀アンスリュームをデザインした鍋敷き

北部公民館

みんないきいき!

北部生きがい大学【全10回】

期日 第2回講座 11月24日(火)
第3回講座 12月8日(火)
時間 午後1時30分～3時
内容 第2回「オカリナ演奏会」やさしい音色で懐かしの歌や名曲を聴きます。
第3回 信州大学出前講座「古代史の楽しみ方ー日本古代の都を中心としてー」
定員 中高年世代の人 30人
(市内在住・在勤)



多肉植物のテラリウムレッスン

期日 11月25日(水)
時間 午後1時30分～3時
内容 冬の間も楽しめる多肉植物のテラリウムを作ります。
定員 20人(市内在住・在勤)
申込締切 11月18日(水)
材料費 1,500円



クリスマスファミリーコンサート ～エレクトーンの贈り物～

期日 12月19日(出)
時間 午後1時30分～3時30分
内容 エレクトーンの演奏を楽しみましょう。申込不要、出入り自由。保育の専門員がっています。
定員 30人

中央公民館

フレイル予防でピンピンキラリ

期日 12月15日(火)
時間 午後2時～3時30分
内容 年齢を重ねることで起こる体の不調や違和感を予防するための講座です。
定員 50人(市内在住・在勤)

絵手紙講座

期日 11月30日、12月7日、14日
(全3回、毎月水曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 市川典子さんから絵手紙の描き方を学びます。
定員 15人(市内在住・在勤)
材料費 105円

しめ縄づくり

期日 12月1日(火)
時間 午後6時～8時30分
内容 大黒締めとごぼう絞めの作り方を学びます。
定員 30人(中学生以上、市内在住・在勤)
材料費 600円



コラージュ de ノート&ファイル作り

期日 12月20日(日)
時間 午前10時～11時30分
内容 ノートなどの表紙をシールや紙などでコラージュ。お子さまと保護者各1冊ずつ制作します。
定員 市内小学生と保護者10組
申込 11月27日(金)まで



パソコンで年賀状を作りましょう

期日 12月1日(火)、2日(水)、3日(木)
時間 午後1時30分～3時30分
内容 デザイン作成やデジカメで撮った画像の加工など、パソコンを使ってオリジナル年賀状の作り方を学びます。
定員 15人(市内在住・在勤)
持ち物 無線LAN付ノートパソコン



西部公民館

生きがいつくり講座

冬も「うた声のひびき」

期日 12月9日、23日、2021年1月20日、
2月10日、3月10日
(全5回、毎回水曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 冬の童謡・唱歌をピアノとギターの伴奏で楽しく歌いましょう。
12月23日はクリスマス演奏会もあります。
定員 成人20人
持ち物 マスク、飲料水



キムチづくり講座

期日 12月10日(木)、11日(金)
時間 午前9時30分～正午
内容 信州中野のリンゴを使って本格キムチを作りましょう。
定員 16人(2日とも参加可能な方)
材料費 700円

教養講座

はじめての「スマートフォン活用教室」

期日 12月4日、18日、2021年1月8日、
22日、2月5日(全5回、毎回金曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 スマホの操作方法、基礎知識を学びましょう。
定員 10人
持ち物 スマホ、タブレット(お持ちの方)