

# 高豊地区市民館だより

令和5年11月号  
NO. 462号  
伊古部町多岸田302  
TEL・FAX 21-2824

HP アドレス <http://www.tees.ne.jp/~taka-toyo/> メールアドレス [taka-toyo@tees.jp](mailto:taka-toyo@tees.jp)

## 「子どもパンづくり教室～パン作りにチャレンジしよう！」10/7(土)

高豊地区市民館の料理実習室にはパン焼き機があります。そのパン焼き機を使って、小学生の高学年を対象に「子どもパンづくり教室」を行いました。粉をこねて、形を整えて、おいしいパンを上手に焼き上げました。高豊地区市民館独自の自主企画講座として行いました。



## 高豊生き生きセミナー

### 第5回 「音楽で健康に～お楽しみコンサート」

9月21日(木) 13:30～15:00

実結の木音楽教室  
ミューズのみなさん  
によるコンサートで  
した。懐かしい曲目  
の演奏に、とても楽  
しい時間でした。



### 第6回 「認知症予防教室」

10月19日(木) 13:30～15:00



彩幸地域包括支援センターの  
皆さんに、どうすれば認知症  
が予防できるのかについてお  
話をいただきました。

## 市民大学 ترام

### 「作中久雄が語る「紫式部」の世界」始まる！！

NHK文化センターで講師を務められていた、作中久雄先生による市民大学 ترامが、スタートしました。第1回の今回は「紫式部が生きた時代編(1)」として、作中先生が調べられた紫式部が活躍した平安時代のことや、実際に現地に赴かれて撮影された写真などをもとに、様々なエピソードをふんだんに交えて語っていただきました。あっという間の1時間半でした。今後は「紫式部が生きた時代編(2)」、「紫式部と藤原道長」、「源氏物語の世界」、「平安貴族の世界」と続いていきます。

次作のNHK大河ドラマ「光る君へ」も楽しみです。



## 高豊生き生きセミナー

### 第7回「最期まで家で生きたい PART2」

11月16日(木)、午後1時30分より、豊橋市医師会訪問看護ステーションの杉浦三佳世さんによる講座を実施します。本年度の最後の高豊生き生きセミナーです。たくさんの方のご参加をお待ちしております。ぜひお申し込みください。飛び入りも歓迎！ ☎21-2824