

**知って楽しむ世界遺産**  
 講師が訪れた場所を交えながら、研究者と旅行者の視点で世界遺産を解説を聞き、旅の楽しみ方を学ぶ。  
 開催日/毎週木曜日 全4回  
 10月6・13・20・27日  
 時間/18:30~20:00  
 会場/滝川市中央児童センター  
 講師/國學院大學北海道短期大学部 准教授 二ノ宮 靖子さん  
 講師 二ノ宮 寛子さん  
 定員/20名  
 受講料/600円  
 持ち物/筆記用具

**リズムウォーキング講座・秋期**  
 いつまでも若々しく健康でいるために、生活力の維持向上を図る健康運動を学ぶ。  
 開催日/毎週水曜日 全8回  
 10月12・19・26日 11月9・16・30日 12月14・21日  
 時間/10:30~11:30  
 会場/滝川市中央児童センター  
 講師/北海道エアロビック連盟道北支部長 佐藤 敬司さん  
 定員/24名  
 受講料/1,000円  
 持ち物/ヨガマット又はバスタオル、汗拭きタオル、運動靴、飲み物  
 服装/動きやすい服装

**心を贈る絵手紙講座**  
 絵や文字を書くのが苦手な方でも、心を伝える便りが書けるよう、絵手紙の技法を学ぶ。  
 開催日/毎週木曜日 全5回  
 10月6・13・20・27日 11月10日  
 時間/13:30~15:00  
 会場/滝川市中央児童センター  
 講師/日本絵手紙協会 公認講師 森 寿美子さん  
 定員/20名  
 受講料/1,300円  
 持ち物/筆記用具

**簡単!うちごはん講座**  
 レパートリーの少ない方、仕事等で忙しい方でも簡単にできるよう、家庭にある食材で手間のかからないうちごはんの作り方を学ぶ。  
 開催日/毎週土曜日 全3回  
 10月8・15・22日  
 時間/10:00~12:00  
 会場/滝川市身体障害者福祉センター  
 講師/料理愛好家 中川 町子さん  
 定員/12名  
 受講料/2,500円  
 持ち物/エプロン、三角巾、手拭き、ふきん、筆記用具  
 ※8日 ラザニア 15日焼きビビンバ 22日大学芋とかぼちゃのパウンドケーキ

**楽しめる切り貼り絵講座**  
 色紙を様々な形に切り台紙に貼り付け、楽しみながら作品を制作することを学ぶ。  
 開催日/毎週火曜日 全5回  
 11月1・8・15・22・29日  
 時間/10:00~11:30  
 会場/滝川市中央児童センター  
 講師/ものづくり作家 chaoさん  
 定員/10名  
 受講料/2,800円  
 持ち物/はさみ、スティックのり、筆記用具

**かわいい手編み講座**  
 手編み経験が浅い方でも楽しめるように、基礎から学ぶ。  
 開催日/毎週火曜日 全5回  
 11月1・8・15・22・29日  
 時間/18:00~20:00  
 会場/滝川市中央児童センター  
 講師/くればーカンパニー株式会社代表取締役 公益財団法人日本手芸普及協会 手編み師範 稲垣光乙さん  
 定員/15名  
 受講料/2,400円  
 持ち物/棒針(4号又は5号)、とじ針、筆記用具  
 ※編みこみ模様の帽子とポーチを作ります。

**初めてのフルーツ&ソープカービング講座**  
 初めての方でもできるフルーツや石鹸を素材にしたカービングの技法を学ぶ。  
 開催日/毎週金曜日 全3回  
 11月11・18・25日  
 時間/10:00~12:00  
 会場/滝川市中央児童センター  
 講師/カービング教室リラ 主宰 八木原 まき子さん  
 定員/12名  
 受講料/1,600円  
 持ち物/筆記用具、作品を持ち帰る袋

**12月受付講座**

- 漢字の成り立ちを知ろう! 講座(全6回)
- ゆる体操講座・冬期(全8回)
- 手軽にできるリンパ健康法講座・冬期(全5回)
- ヨガ入門講座・冬期(全5回)
- テーブルマナー講座・和食(全1回)
- おもてなし中国語講座(全8回)
- 旅行英会話講座(全8回)

平成28年度「漢字検定試験」2月5日(日)実施

リブラーンの会員じゃなくても講座を体験してみたい方注目!

**1回体験無料特別クーポン**  
 9月受付開始の下記4講座の中から1つを初回1回無料(一部材料費負担あり)で体験できます!

- 知って楽しむ世界遺産
- リズムウォーキング
- 楽しめる切り貼り絵講座 400円
- 初めてのフルーツ&ソープカービング講座 300円

**リブラーン講座 1回体験無料!**  
 ※9月受付の講座に限る ※他券併用不可 ※1枚1名まで  
 期限16.9.30 SORA9月号/リブラーン滝川

**滝川市にお住まいの方へ**  
 障害者手帳(身体・療育・精神)をお持ちの方は、滝川市の支援事業を活用し、年会費のご負担がなく、受講料のみのご負担でリブラーン講座を受講できます。詳しくは、滝川市保健福祉部福祉課障がい福祉係にお問合せ下さい。  
 滝川市保健福祉部福祉課障がい福祉係 TEL 0125-28-8022

**講師募集中** 特技や資格を活かしませんか?  
 — 詳しくはお問い合わせください —

リブラーンの講座は道民カレッジと連携しています  
 詳しいお問い合わせは 滝川生涯学習振興会事務局まで

一般財団法人 滝川生涯学習振興会 TEL 0125-23-0294  
 滝川市新町2丁目6番1号(中央児童センター2F) FAX 0125-23-0292  
 [HP] livelearn.sakura.ne.jp 受付時間/火~土午前9時~午後5時まで  
 [BLOG] blog.goo.ne.jp/livelearn\_takikawa (日・月・祝日を除く)

# リブラーン TAKIKAWA

2人で何かはじめてみようか!

## 平成28年度 会員募集中 年会費5,000円

誰でも入会・受講できます

リブラーンTAKIKAWAでは、生涯学習の機会を地域住民のみなさまに提供する事業を行っています。

- ファミリー会員割引  
ご家族でご加入いただくと1人目は5,000円、2人目から1人3,000円
- 学生会員  
学生(小・中学生は除く)の方は3,000円
- 福利厚生に活用いただけます  
企業でご加入されると従業員の方に受講いただけます。
- 支援事業(滝川市にお住まいの方のみ)  
障害者手帳をお持ちの方は年会費を市が助成します。\*実費は自己負担

リブラーンの3つのポイント!

- 1 年会費5,000円ですべての講座を何度でもお得に受講できる!  
※別途受講料(教材費込)の負担有
- 2 34種類42講座の中から自分にあった講座を選べる!
- 3 季節や時期ごとにバラエティに富んだ講座が登場!

### SORAスタッフがリブラーンの講座を体験してきました!

今回体験したのは **我が家でかんたん! 梅干し講座**

干したら完成!

2回に渡って、簡単にできる梅干しの作り方を学べる講座。実際に梅干しを作りながら、ナチュラルフードコーディネーターの資格を持った講師が保存食品の良さから教えてくれました。1回目は下処理の仕方と漬け込みまで。1ヶ月後の2回目は干し方と、梅と一緒に出来上がる梅酢を使ったアレンジレシピを学びました。

◀本当に簡単!来年も作ってみたい!

▲なごやかな雰囲気でおしゃべりも交えながら楽しく学びました。

▲梅酢のアレンジレシピも美味しい~!さっぱりしてて体にも良さそう!

塩などと一緒に漬けて... 1ヶ月でこんな感じに! 材料は完熟の梅!

▲家でも手軽にできるように、保存用のジッパー付き袋で作ります。漬かっていく様子も見えるので楽しい!