

# 自主企画事業の専門部員(ボランティア)

学生の方も大歓迎です！

神門コミュニティセンターでは、出雲市から交付金を受けて、7つの専門部で自主企画事業を実施しています。

各部では、一緒に企画・運営を行ってくださる部員を随時募集しています。ご希望の方、ご興味・ご関心のある方は、お気軽にお問い合わせください。

## 広報部

「広報かんど」発行  
(年4回)



## 地域学習部

こみゅにてい交流ひろば

男の料理教室

(8月29日(金) 参加者 15名)



園山幸美さんの指導により 4種類の料理(ナスの蒲焼風丼、うどん入りハンバーグ、キムチの豚肉巻き、イカのみどり酢)を作りました。

家庭でも普段から台所に立っておられるのか、皆さん手際が良く、完成後は和やかな雰囲気でお話し、楽しい時間を過ごしました。

## 文化部

楽習会その2  
癒しのシンキングボウル  
ヒーリング体験  
(6月29日(日)参加者 33名)



佐田町在住の大堀実香さんを講師に招いて、シンキングボウル(仏具のおりん)でヒーリング体験を行いました。シンキングボウルの波動が体に響き渡り、マッサージをされているようでとても心地よく、癒しの時間を過ごしました。

## 健康スポーツ部

森林浴ウォーキング

(10月17日(金) 参加者 15名)

乙立町の名所「立久患峡」を秋晴れの中歩きました。

身体いっぱい森林浴をした後は、わかあゆの里でおいしいお弁当をいただき、軽スポーツのモルックを楽しみました。帰りには、佐田町のカウベルでおいしいパンをお土産に身も心もリフレッシュできた一日でした。



## 生活部

食の勉強会  
中村茶舗 お茶工場見学  
(10月28日(水) 参加者 28名)



松江市にある中村茶舗へ行きました。工場見学では電動石臼で抹茶を挽く加工風景を見学しました。そして、挽きたて抹茶を点ていただきました。とても香り高く特別な味わいがありました。有意義な時間を過ごすことができました。

## 青少年部

生きる力を育てよう！  
親子でナイトウォーク&  
サバイバルワーク  
(10月4日(土)参加者 8名)

いずも Together の野津寛延さんを講師に迎え、災害を想定した暗闇体験、被災した際の救助方法など、「もしも」を想定した対処法について楽しく学びました。



## ハッピークラブ

第1回ハッピーカフェ  
恵季さんとおいしいスイーツ作り  
(7月7日(日)参加者 12名)

恵季のパーティシエ井上知之さんを講師に迎え、フルーツマフィンを作りました。生地混ぜ方次第で焼き上がりの膨らみ、フルーツの浮き沈みに差が出ることを知りました。お菓子作りのコツをたくさん聞くことができました。



【お問合せ・お申込み】神門コミュニティセンター 出雲市知井宮町 801-1  
TEL 21-1038 (受付時間: 8:30~17:00)