

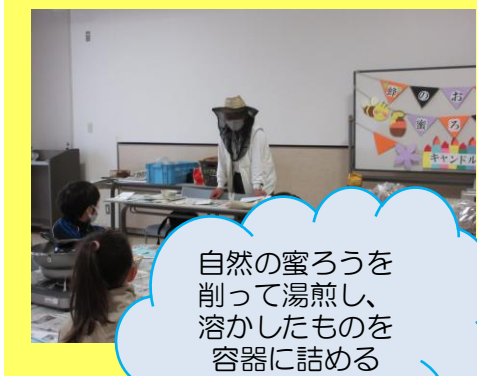
# 高野口地区公民館 10月事業の様子

## 10/2(金) 陶芸体験教室「皿作り」



自然の葉っぱで型押しして直径 20 cmのお皿を作りました！

## 10/17(土) 蜂のお話と 蜜ろうキャンドル作り



自然の蜜ろうを削って湯煎し、溶かしたものを容器に詰めると、下部から白く固まります！



実際に数種類の蜂の巣を見ながら、蜂の生態や不思議について達人から学びました。



## 子育てサークル ふれんず 10/23(金)「スライム作り」

今回は、参加の保護者の方に講師になっていただき、「スライム作り」をしました。



洗濯用洗剤など家庭にある材料で手軽に作れます！

10/29(木) 「ハーブボール」を作ろう

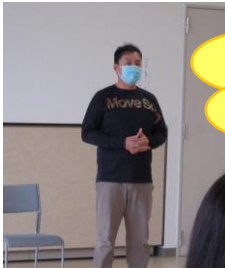


地元のよもぎ・びわ・  
どくだみ・こうやまき・  
みかんの皮等を乾燥させた  
ものを詰めて蒸します。



植物カイロとして  
身体にあて、肩こり等  
を和らげました。

10/30(金) セルフケア方法を学びませんか



公民館サークル  
「セルフケア教室」の方に、  
自分で簡単にできる身体の  
ケア方法を学びました。



日頃からのケアで  
腰や肩こりの解消、  
痛み等の予防に効果  
があるようです。

