

普通救命講習会 「普通救命技能認定証を取得」

人工呼吸や心臓マッサージ、AEDの使用法を学びます。

9月27日(日)
9:00~12:00

場所: 中央本町センター2階 レクホール

対象: 16歳以上 定員: 20名

料金: 1,400円(新規) 1,200円(更新)

講師: 足立消防署



ヤクルトが教える 「便秘改善のススメ」

腸の動きを学びます。おなかに良い健康生活法を伝授!

9月30日(水)
10:00~11:00

場所: 中央本町センター2階 第1学習室

対象: 16歳以上

定員: 30名 料金: 無料

講師: 城北ヤクルト販売株式会社



フライデー・ダンシングキッズ A・B

入門編。楽しく踊れるダンスチームをつくりましょう!

10月2日~11月27日 毎(金)
(11月6日を除く)

A) 16:00~17:00 窓 tel net

B) 17:00~18:00 全8回

場所: 中央本町センター2階 レクホール

対象: A)小学生 B)小中学生 定員: 各30名

料金: 各4,240円 講師: MANA

あだちエンジョイウォーキング

今回巡るのは、舎人公園。一緒に楽しみましょう!

10月6日(火)
10:30~14:00

集合: 中央本町センター2階 フリースペース

対象: どなたでも 定員: 20名

料金: 10円

講師: 中央本町センター職員



NTTドコモの 「らくらくスマートフォン教室」

貸出用スマートフォンを使って操作の基礎を学びます。

9月29日(火)
10:00~12:00

場所: 中央本町センター2階 第1学習室

対象: おおむね60歳以上

定員: 20名 料金: 無料

講師: NTTドコモ派遣講師



サズデー・ダンシングキッズ

HIP・HOP・DANCEの入門編です。

10月1日~11月26日 毎(木)
(11月5日を除く)

16:10~17:00 全8回

場所: 中央本町センター2階 第1学習室

対象: 5歳~小学生

定員: 20名 料金: 4,240円

講師: MANA



サークル支援講座 「草月流いけばな教室」

生け花の基本から丁寧に教えてくれます。

10月2日、9日 毎(金)
10:00~12:00 全2回

場所: 中央本町センター2階 第1学習室

対象: どなたでも 定員: 10名

料金: 2,000円

講師: コスモス(中央本町センター登録団体)



目覚める脳と体 ゆったり体操「フェルデン」

楽な姿勢、質の良い動き方を学び、健康づくりをします。

10月7日~12月16日 毎(水)
(10月28日、11月25日を除く)

15:30~17:00 全9回

場所: 中央本町センター2階 レクホール

対象: 16歳以上 定員: 35名

料金: 7,560円 講師: 鈴木光美



ぼくたち ライフセーバー です!



陸 上からの救助法で最も重要なことは、1人で助けに行かず、大きな声で大人を呼ぶこと。陸に近いところであれば、手や足を差し伸べる。またペットボトルのような浮くものを投げて、浮力を確保するなど、レジャーの場面を想定した実演から学びました。恥ずかしくてなかなか大きな声を出せない生徒もいましたが、実際の場面に遭遇したら、今回学んだことを活かしてほしいです。

自然を相手に遊ぶときには多くの知識が必要です! 知らなかったことや、間違えて覚えていたことも、この教室で正しい知識が身についたのではないのでしょうか。先生たちも「へー」とうなずくような内容満載で、学校全体が楽しめた様子でした。

今回の授業が、子どもたちだけではなく、保護者の方にも改めて水辺の安全について考えるきっかけとなれば幸いです。



ご協力いただいた小学校関係者の
皆さま、ありがとうございました。

7月6日(月)、足立区立弘道小学校にて「水辺の安全教室」を行いました。これからの季節、レジャーで海や川、プールに出かけることも多いのではないのでしょうか。夏に近づくとも水辺の悲しいニュースを耳にすることが多くなります。そこで今回は、人命救助のプロ、現役ライフセーバーをゲストティーチャーとして招き、水難事故防止のための授業を開催。対象は1~6年生の全校生徒313名。当日はプールを使って行う予定でしたが、あいにくの雨だったため体育館で行いました。

【当日の内容】

- ・ライフセーバーによる救助器材の使用実演
- ・溺れてしまった時に出すサインの仕方
- ・海水浴場のルールと注意事項
- ・陸上からの救助法
- ・復習と応用を交えた〇×クイズ



授 業の指導をしてくれた彼らは、実は大学生。普段は大学に通いながら、部活やサークル活動の一環でライフセービング活動を行っています。夏は海水浴場の監視をしてみんなの安全を守り、オフシーズンは来年の夏に向けてトレーニングをしています。海での練習だけでなく、水泳や陸上トレーニングも行っています。

今回、初めて子ども達の指導をした感想は「海水浴場にも小学生はたくさん来てくれるので、コミュニケーションの取り方の勉強になった」、「子どもたちの笑顔を見て、夏前のモチベーションが上がった」など彼らにとってもプラスになる貴重な経験でした。

中央本町センターではこれからも地域の学校と協力して、普段の授業では学べない、よりよい学習の場を提供していきます!



申込方法 窓 窓口 tel 電話 ハ 往復はがき net インターネット

受付時間: 9:00~20:00 TEL: 03(3852)1431 8月26日募集開始