



～よしだ学びのカフェ～

「職場に活かすコーチング講座」

共催：図書館吉田分館

コーチングとは、個人の目標や目的を達成するために「その人が持っているものを引き出して理想に近づける」という意味で使われる言葉です。コーチングを学べば、職場や家庭、ご近所づきあいなど様々な場面のコミュニケーションに活用できます。あなたも楽しくコーチングを学んでみませんか？

日時 令和2年1月25日(土)13:30～15:30

場所 吉田地区センター2階会議室1、2

費用 無料

定員 20名程度(※先着順)



講師 八島 思保さん(吉田地区公民館長、時の駅(コーチング事業所)主宰)
コーチングスクールにてコーチングを学び、コーチ認定を取得。
教え込む教育(ティーチング)と引き出すスキル(コーチング)を組み合わせることで生徒の自主性を高める指導の在り方を研究。「時の駅」S♡T設立。
現在、Child and youth コーチ medical コーチとして活動を広めている。

内容 講義「コーチング基礎」及び演習「職場に活かせるコーチングを想定した『ワークショップ』、まとめ

【申込み締切 1月20日(月)午後5時15分まで】

～和菓子づくり教室～

主催：吉田公民館女性部

スイーツが大好きな方、本格的和菓子を作ってみませんか？2種類の練り切りと桜道明寺に挑戦！寒さでユウウツになる季節、美味しい和菓子を作ってほっこりと幸せな気分に変えてみましょう！

日時 令和2年2月9日(日)9:00～12:00

場所 吉田地区センター1階調理室

対象 吉田地区在住の方(どなたでもOK)

定員 20名(※先着順)

講師 太田伸夫さん、太田圭一さん(広丘原新田「雲居鶴」)

参加費 1人500円(当日徴収します。)

持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ、タオル等)、ハンカチ(茶巾しぼり用)



【申込み締切 1月31日(金)午後5時15分まで】

裏面有り

第40回広丘地区囲碁・将棋大会

共催 広丘公民館

毎年、恒例の囲碁・将棋大会です。他の地区の皆さんも参加します。囲碁・将棋を地域の皆さんで楽しみながら、腕試しをしてみませんか。



○日 時 2月16日(日)午前9時から午後3時まで

○ 内容 囲碁・将棋それぞれ、参加者による総当り戦を行います。(予定)
将棋:子どもの部・一般の部(中学生以上)
囲碁:一般の部

○ 対 象 囲碁・将棋が好きな方ならどなたでもOK(年齢は問いません)

○ 場 所 えんてらす(北部交流センター)1階会議室

○ 立会人 坂口 謹一さん(日本将棋連盟 長野県塩尻支部)

○ 参加費 500円(昼食代)

○ その他 参加人数により内容を変更する場合があります。

【申込み締切 2月10日(月)午後5時15分まで】



のびのび健康時間 ~1月開催日~



~1月のテーマは、「肥満と運動」です。~

開催日程 1月14、21、28日(毎週火曜日)午前10時30分~ ※7日はお休みです。

場 所 吉田地区センター1階 多目的ホール

講 師 健康運動指導士 赤津 恵子さん

申込み 申し込み不要です。 ※男性の参加大歓迎です!



よしだっこチャレンジ 卓球教室 ~1月開催日~

開催日 1月9、23日(木)午後4時30分~午後6時30分まで

場 所 吉田地区センター 多目的ホール

※見学や当日参加でもOK

講 師 吉田地区体育協会卓球部

※卓球初心者でも大丈夫!

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物など

講師が親切に教えてくれます。



1月

吉田公民館予定表

○お問合せ 申込み

吉田地区センター内支所窓口、お電話、メールにて受付いたします。

電話86-8611 メール:yoshida@city.shiojiri.lg.jp

日	曜日	行事名	日	曜日	行事名
9	木	卓球教室	23	木	卓球教室
14	火	のびのび健康時間	25	土	コーチング講座
19	日	ものづくり体験教室 「ラジオ工作教室」	28	火	のびのび健康時間
21	火	のびのび健康時間			