

12

December

諸寄

Moroyose-chiku-kouminkan

発行

第247号

平成28年12月22日

諸寄地区公民館

一日体験教室「太極拳」に挑戦してみませんか？ 参加者募集！ お気軽にご参加下さい。



と き：1月30日（月）午後 1:30～3:30

ところ：集落センター集会室

講 師：松葉久美子先生（二日市）

参加費：無料



申し込み先：諸寄地区公民館 新古（82-1831）自宅

※ 先着20名募集致します。

「集落センターを大掃除」ご協力ありがとうございました。



12月18日（日）午後1時30分より集落センターの大掃除を行いました。公民館講座生や諸寄区理事、青二才のみなさんなど36名が参加。1年間の汚れが綺麗に洗い流されました。新しい年には、新しい気持ちで、また講座に望むことが出来ます。ご協力いただきました皆様ありがとうございました。「来たときよりも美しく」をモットーにセンターを綺麗に使用しましょう。

グラウンドゴルフ納会を開催しました。

今年度の成績を発表！

12月13日（火）グラウンドゴルフ納会を行い、終了と同時に年間成績を発表しました。結果は次のとおり。

年間最多殿堂入り賞

- 1 位（34回）谷角 久さん
- 1 位（34回）門脇 修さん
- 3 位（32回）三谷幸男さん
- 4 位（15回）鶴田洋治さん
- 5 位（7回）大橋鉄美さん

年間最多ホールインワン賞

- 1 位（72回）三谷幸男さん
- 2 位（65回）門脇 修さん
- 3 位（61回）谷角 久さん
- 4 位（53回）鶴田洋治さん
- 5 位（46回）坂本知津子

8ホール中、オール2達成賞

- 5/22 三谷幸男さん
- 10/2 鶴田洋治さん

8ホール中3回以上の

ホールインワン賞

- 9/15 三谷幸男さん
- 11/8 鶴田洋治さん

24ホール中5回以上の

ホールインワン賞

- 11/8 鶴田洋治さん

「男の料理教室」

カロリーオフ料理に挑戦!



11月25日(金)10時より集落センター実習室において、今年度、3回目の男の料理教室を開催しました。講師は新温泉町栄養士 堀江真奈美さん。今回のテーマは、「からだすっきり!!?カロリーオフ料理」今回は、少ない参加となりましたが「三色丼・なす餃子・じゃが芋ガレット・こんにゃくの中華風炒め・さっぱり清まし汁」の5品にチャレンジ。メインのなす餃子は、餃子の皮をなすに変えることで摂取エネルギーを抑えられました。栄養士さんから「噛む」だけで脂肪燃焼、食欲も抑えられる。ひと口ごとに箸を置き満腹度を自らに問いかけること。次から次へと食べ物を口に入れると、ついなんとなく食べてしまいます。「30回噛むよう意識してみよう」と、お話がありました。

※ 次回は2月17日(金)。メニューは「体ぽかぽか鍋料理」です。ご参加下さいね...

「デジカメ写真教室」の講座生が先生を囲んで交流会!



11月29日(火)11時30分より、「魚とや」(芦屋)において、デジカメ写真教室の講座生が、講師の下雅意敏先生を囲んで交流会を行いました。談笑のなかで1年間の講座の思い出話や他市町の講座の作品を鑑賞しながら、構図の取り方やトリミングの方法など技術的な指導を受けました。先生は「常に自然を見る目を養っていくことが大切。」と日頃の心構えを指導されました。昼食の間も写真技術論議に花が咲き、とても有意義な交流会となりました。

「フラダンス教室」のアロハフラ ボランティア初体験!



12月18日(日)「特別養護老人ホームゆむら」でクリスマス会が行われ、アロハフラの皆さんがボランティア活動の初体験をしました。日頃の練習成果を発表するよい機会。入所者の皆さん60名の前で3曲を披露しました。出演終了後「とても楽しかったです。みなさんがニコニコと笑顔で楽しそうに見てくれて、とてもいい雰囲気でした。」とアロハフラの皆さんの感想でした。公民館活動で学んだことを地域に還元できることは、理想的な素晴らしい活動です。

カラオケ教室の発表会を開催しました！



12月17日(土)集落センター集会室において「第4回カラオケ教室発表会」を開催しました。オープニングは来場者全員で「青い山脈」を歌い一気にカラオケムードに。同教室の講師、中井春己先生の軽快な司会で講座生11名が練習の成果を発表しました。来場者約70名から、一人ひとりに大きな声援が送られ会場は大盛り上がり。講評で中井先生は「人はそれぞれ自分の個性というものがある。もっともっと個性を出せば、歌に奥行きが出て、誰にも勝る自分の歌が出来る。」と激励。歌うことは心と体の健康の元。随時、教室の参加者を募集しています。共に歌いましょう！

チビッコサークル「クリスマス会」を開催しました。



12月15日(木)、チビッコサークル(代表 藤田輝美さん)で、「クリスマス会」が行われました。親子7組(16人)が、「リースづくり」や簡単おやつ「カナッペ」に挑戦。絵本を見たあと、突然あらわれたサンタさんに子どもたちはビックリ、泣き出す子もいましたが、お菓子のプレゼントをもらって笑顔満面でした。

=お知らせ=

2月4日(土) :1時30分~2時30分

「歴史と文化を語る会」

岡部良一先生(浜坂)をお招きし

「塩冶周防守と城山について」と題してお話いただきます。

1月の公民館講座のご案内

和紙折り紙教室 10日(火)13:30~集会室
 カラオケ教室 24日(火)13:30~集会室
 一日体験:太極拳 30日(月)13:30~集会室

その他・自主活動の教室

グラウンドゴルフ (毎週火・木・土・日)8:00~
 チビッコサークル 23日(月)10:00~和室
 習字教室 毎週(土)15:00~研修室
 吟松の会 14・19・26(木)13:30~研修室他
 雪浜吟詠会 17・24・31(火)13:30~研修室
 山吹会 7・21(土)13:30~集会室
 アロハワラ 12日(木)13:30~集会室
 エコクラフト教室 16日(月)13:30~集会室
 編み物サークル 19日(木)13:30~集会室

※ 講座終了後は、みんなで綺麗にして、次の利用者が気持ちよく使えるようにしましょう!!!



〔編み物サークルの様子〕



〔和紙折り紙教室で
作成中のバラ〕



〔エコクラフト教室の様子〕

諸寄スケッチ

奥町収穫感謝祭



11月20日(日)金指神社境内で、「第2回奥町収穫感謝祭」が開催されました。農作物の収穫に感謝し、皆が健康で幸多いことを祝う催しです。特設ステージでは、神楽獅子舞、銭太鼓・傘踊り、奇妙なフラダンスや飛び入り演芸などが披露されたほか、ちらし寿司や、持ち寄り野菜でジャブや大根の煮物など、多くの料理が提供され、楽しい一日となりました。

〔写真:西川光治さん / 文:平田清己さん提供〕

うみねこ

年齢のせいでしょうか歳月の流れが速く感じるようになりました。寒い寒いと言いながら、去年は12月中旬までに除雪車が3回出動しています。今年はまだ雪が一度も積もっていませんから、ずいぶん過ごしやすい年末ということになるのでしょうか。師走もずいぶん詰まってきました。「サル年」が過ぎ去ろうとしています。嫌なことは全て年内にわすれサル。来年は「酉年」ですね。大鷲のように翼を一杯広げて、大きく飛翔する年、「幸せをトリ込む年」にしましょう。今年1年公民館活動にご参加、ご協力を頂きありがとうございました。振り返ってみると、区民の皆様お一人お一人のご助力あればこそ事業が滞りなく出来たと改めて感じております。来年もどうぞよろしくお願い致します。