

# 久斗地区公民館だより

令和2年

6

月号



発行 久斗地区公民館

KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN

## 水無月

六月に入り雨の日が多くなりました。雨の日が続くと体調が思わしくなかったり、気分も憂鬱になったりします。今年は外出自粛で自宅内で過ごすことが多く、ストレスが溜まっている方も多いのではないのでしょうか。その新型コロナウイルス感染症もようやく収束に向かい始め、今月から学校も再開され浜坂東小学校からは子どもたちの明るく元気な声が聞こえてきました。久しぶりに友達と思いっきり体を動かして遊ぶ様子に安心感や解放感が伝わってきました。



## 子育てひろば（キッズ体操）



6月15日（月）浜坂東小学校で「子育てひろば」を実施しました。今回は未就学の子どもを対象にしたキッズ体操で、竹田紗和子インストラクターの指導でマットやバランスボード、リングなどの用具を使って、走る、跳ぶ、回転するなどの運動を行いました。キッズ体操は幼児期に必要な運動感覚を楽しく身につけることを目的にしており、みんなで行うと相乗効果で、飛んで跳ねて大きな声を出して楽しく体を動かすことができました。

## 体幹ストレッチ

体の土台である体幹をほぐして伸ばして、首や肩のこり、腰痛を解消してしなやかで美しい軽やかに動ける体を目指し6月8日（月）、22日（月）に「体幹ストレッチ」を開催しました。9名が参加し、自粛解除直後で久しぶりに体幹をしっかりほぐすことができました。



## ちりめん細工教室

6月13日（土）「アトリエあとな」で「ちりめん細工教室」を開催しました。地域の方々が大勢参加してくださり賑やかな教室になりました。

細かい作業が多く大変でしたが、素敵な紫陽花のつるし飾りの形が見えてくると思わず笑みがこぼれました。



## 久斗グラウンドゴルフ同好会

新型コロナウイルスの影響で、いろいろな大会が中止になっています。久斗グラウンドゴルフ同好会の定例会も心配しましたが、6月21日（土）午後を実施しました。皆が楽しみにしていましたので、好成績で順位を競いました。次回のは7月4日（土）8時30分から、久斗川防災公園で行う予定です。（西村）



### 第2回（6月21日）定例会の結果

順位	氏名	打数	ホールイン
優勝	七理 宏	54打	2本
2位	尾崎 敬子	56打	2本
3位	七理 義満	56打	1本
4位	中村 美喜子	58打	2本
5位	滝本 公枝	58打	1本
※ホールインワン総数		21本	

## 紫陽花守り



雨が続き身体の不調が出てきたり、気持ちが落ち込んだりしやすい季節です。そのような鬱陶しい日に色鮮やかな紫陽花を見かけると気分が少しやわらく気がします。

紫陽花には「幸せを招くご利益がある」「心の魔を遠退けてくれる」などの力があると言われており、古くから紫陽花でつくる「花守り」という紫陽花を半紙で花束のようにくるみ、水引で結んだものを逆さまに吊るす風習があります。七夕のように一般的に知られているものではありませんが、日本の広い地域で行われてきた歴史がある美しい習わしです。

紫陽花守りを吊す家には金運や健康などの幸福をもたらすと言われてい  
ます。吊るす場所は、玄関や家の軒下や台所、自室、お手洗いなどがあり、場所によってご利益も様々で、  
玄関に吊ると魔除けや厄除けとなり、自室に吊るとお金が貯まる、女性の場合はお手洗いに吊ると婦  
人病にかからないなど色々な説があるようです。

昔では暮らしの中に普通にあって特別なことではなかったこのような習わしを、季節の楽しみに添えてい  
ただきながら次世代へと継いでほしいと思います。

## 公民館事業のご案内

公民館事業へご参加を予定される皆様には、引き続き新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、マスク着用や体調不良の場合は参加しないなどのご協力をお願いいたします。

### ◇ 体幹ストレッチ

体幹は体の中心となる部分。体幹をほぐすストレッチで、軽やかに動ける体を維持しましょう。

月日 7月13日(月)、27日(月)

時間 10:00~11:00

場所 対田コミュニティーセンター

講師 竹田紗和子



### ◇ ちりめん細工教室

初心者の方でも作れるように予めカットした布を使用し伝統的なちりめん細工を作ります。

日時 7月11日(土) 10:00~12:00

場所 アトリエあとな(対田283)

内容 ききょう袋を作る予定です。

講師 浜田直子 材料代 お問い合わせください

### ◇ キッズ体操

就学前の子どもを対象に、運動用具を使い遊び感覚で幼児期に必要な運動能力を楽しく身につけます。

日時 7月4日(土) 10:00~11:00

場所 浜坂東小学校ミーティングルーム

講師 竹田紗和子

### ◇ 7月の子育てひろば

就学前の子どもを持つ親子を対象に、遊びや手作り工作、施設の見学などを楽しみながら子育てについての情報交換や交流を行います。

日時 7月20日(月) 10:30~11:30

場所 とんぼの里公園(正法庵)

内容 七夕飾りやゲームなどで交流します。

### ◇ 組み木教室

電動糸ノコなどの工具を使って、組み木デザイナー小黒三郎氏デザインの組み木を作ります。

月日 7月16日(木)

時間 13:30~16:00

場所 アトリエあとな(対田283)

材料代 1000円

