

久斗地区公民館だより

令和2年

7
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

流れ星

新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言が解除され収束に向かうと思われましたが、再び感染が拡大しつつあります。楽しい夏祭りや多くのお盆行事の中止が決まっていますし、夏休みも短縮され今年はずっと違う味気ない夏になるのかもしれない。ところで、毎年この時期に見られる「ペルセウス座流星群」が今年は8月12日の夜を中心に見られるようです。見ごろは12日深夜から13日未明にかけてですが、1時間あたり30個ほど流れ星が飛ぶと期待されています。こんな時だからこそ夜空を眺めて、平穏な日々に戻ることを願うのもいいかもしれません。



キッズ体操

7月4日(土)浜坂東小学校で「キッズ体操」を実施しました。多くの親子が集まり新聞紙やバランスボード、リングなどの用具を使って運動を行いました。幼児期に必要な運動感覚を楽しく身につけることができました。



ちりめん細工教室

7月8日(水)「アトリエあとな」で「ちりめん細工教室」を開催しました。今回も地域の方々が大勢参加してくださり、お話しに花が咲き賑やかな教室になりました。

気が付けば、手元のちりめん細工の紫陽花袋も綺麗に咲いていました。



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7月13日

(月)に「体幹ストレッチ」を開催しました。体幹をしっかりほぐすと少し若返った気分になりました。



組み木教室

7月16日(木)組み木の「昇り人形」を作りました。組み木は主に電動糸ノコを使用して作るので

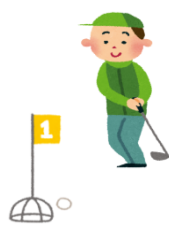


慣れるまでは少し難しく感じます。しかし、出来上がった昇り人形が動いてくると、大変さは吹き飛び思わず笑顔がこぼれました。

久斗グラウンドゴルフ同好会

一日延期となった今日も、朝は小雨で一時間遅れで定例会を実施しました。梅雨空の下、元気よくプレーをしたのでホールインワンも多く出て、賞品が足りるか心配しました。25個準備しましたが24個のホールインワンが出ました。それぞれ会員の技術が上達していることを感じさせられます。

次回は8月8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3回(7月5日)定例会の結果

順位	氏名	打数	ホールインワン
優勝	尾崎 靖	53打	2本
2位	尾崎 八重子	55打	2本
3位	七理 宏	56打	2本
4位	瀧本 昇	56打	2本
5位	田中 健城	57打	2本
※ホールインワン総数		24本	

野草を楽しむ「スベリヒユ」



スベリヒユは夏に畑のあぜや、道端に貼りつくように生えている葉が丸っこくて茎の赤い植物です。一般的に雑草扱いされていますが、古くから色々な食べ方で食用にされてきたこと、薬草として漢方でも効能があること、オメガ3脂肪酸である α -リノレン酸(ALA)という栄養素を豊富に含むことなどから最近注目されています。野菜としての食べ方を見てみますと、一般的なのはおひたしです。茹でて水にさらして醤油や鰹節をかけていただきます。サラダやみそ汁の具としても美味しくいただけます。スベリヒユはほとんどの人が雑草だと思って見向きもしませんが、雑草というのは人間が勝手に決めたこと、最近ではタチスベリヒユを野菜として栽培する生産者もあるぐらいです。

公民館事業のご案内

久斗地区人権学習会

今年度も「差別をなくし人権文化をすすめる町民運動」8月推進強調月間の取り組みとして、人権学習会を開催します。内容は、「SNSにおける外国人の人権」をテーマにした、人権啓発ドラマ「サラーマット～あなたの言葉で～」の上映と指導員によるお話で約1時間程度です。多くの皆様のご参加をお願いいたします。

日時 8月22日(土) 午後7時30分から8時40分

場所 浜坂東小学校 2階ミーティングルーム(体育館入口から上がる)



◇からくりおもちゃ教室

しくみの簡単なからくりおもちゃ「てつぼう人形」と「なわとび人形」の何れかを選んで作ります。

日時 8月17日(月) 9:00～11:30

場所 浜坂東小学校 図工室

定員 15名 持ち物 筆記具、飲み物、マスク

◇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 8月18日(火) 10:00～12:00

場所 アトリエあとな(対田283)

内容 栗袋を作る予定です。

講師 浜田直子 材料代 お問い合わせください

◇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。

日時 8月26日(水) 13:30～16:00

場所 アトリエあとな(対田283)

内容 組み木のパズルを作ります。

材料代 1000円 その他 木工作業の出来る服装

◇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身につけます。

日時 8月8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

◇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 8月10日(月)、24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



◇子育てひろば

就学前の子どもを持つ親子を対象に、毎月遊びや手作り工作、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 8月29日(土) 18:00～20:30

場所 浜坂サンビーチ 松の庭

内容 納涼祭を楽しみます。