

久斗地区公民館だより

令和2年

1

月号



発行 久斗地区公民館

KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN

出初式

新しい年が始まりましたが、コロナ禍は収まる気配は無く多くのイベントが中止や延期になっています。

例年この時期に開催されている成人式は5月2日に延期になりましたが、新温泉町消防団湯村班の出初式は1月10日に行われました。当日は、冷え込みが厳しく軒先には長いつららが伸び、積雪もあって放水の準備作業も大変だったようです。

この出初式は湯村班独自の伝統的行事で、毎年湯村温泉街の中心部で行われており着色放水もあって迫力がありました。今年も消防・防災活動よろしくお願ひしたいと思います。



ちりめん細工



ちりめん細工は、江戸時代からの歴史をもつ伝統手芸です。細やかな「しほ」のある優しく美しい絹織物で、江戸時代から現代に至るまで着物の材料として愛好されてきました。その、ちりめんの小さな残り布を縫い合せて、花や動物、人形などを作ったのがちりめん細工です。大きさは手のひらにのる程のものが多く、とても可愛い芸術作品です。久斗地区公民館では「ちりめん細工教室」を毎月開催していますので是非ご参加ください。

体幹ストレッチ

体幹ストレッチは月2回開催しています。体を動かす機会が少なくなると、体の中心となる部分「体幹」が固まって姿勢の悪さや歪みが起こりやすくなり、疲れが抜けない体になってしまいます。体幹をほぐし軽やかに動ける体にチェンジしましょう。



お話レストラン

毎週木曜日の朝、浜坂東小学校で「お話レストラン」がオープンします。ボランティアで語り手を引き受けてくださっている地域の方々が、学年毎にそれぞれ絵本を基にお話をします。児童が興味を持ちそうなものや季節を題材にした内容のものなどをボランティア各自が丁寧に選んでいます。朝一番の絵本の読み聞かせは心を落ち着かせ、穏やかに一日を過ごせるという効果が期待できるようです。

この活動は10年以上続いており、児童と地域の方々がふれあう大切な場所にもなっています。今後もこの活動が続き、良い思い出の一つとして児童の心に残ることを願っています。



いきいき百歳体操（久谷）・・・・・・・・

「百歳体操」は、体の衰えを予防し元気に生活できるよう町が推進しており、各地区で行われています。久谷では毎週月曜日 8 時 30 分から一時間、町から貸与された DVD に習って熱心に体操が行われています。参加された方々は、体はもちろん気持ちも生き生きとされているように感じました。



・・・・・・・・芸能グループ「きなぐし」



久谷地区の 6 名が百歳体操終了後に、スコップ三味線やフラダンスなどの芸能を練習しています。昨年は久谷敬老会のアトラクションで芸能を披露されたそうです。今後も派手に活動するのではなく、楽しむ程度にいろんな芸能を取り入れながらやっていきたいという思いがあるようです。

山野草を楽しむ「クロモジ」

クロモジは、当地域にも自生するクスノキ科の落葉低木で、良い香りがあることから古くから楊枝や香木などに利用されてきました。その香りはリナロールを主成分とし、リラックス作用やインフルエンザなどのウイルス性の感染症予防にも効果が期待されています。生薬名は「烏樟（うしょう）」で薬用養命酒の一成分でもあります。クロモジ茶として飲用するには、今の時季でしたら枝を刻んでティーバッグに入れ 5 分程煮立てます。きれいな紅色の香りのよい和ハーブティーとしていただけます。



公民館事業のご案内

◇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、ちりめん細工（梅袋）を作ります。

日時 2月15日（月）13：30～16：00

場所 アトリエあとな（対田 283）

講師 浜田直子 材料代 お問い合わせください

◇どんぐりクラフト

どんぐりを使ったかわいいクラフトやコマなどを作って、自然を感じながら楽しめます。

日時 2月13日（土）10：30～11：30

場所 浜坂東小学校ミーティングルーム

講師 松岡千都

◇キッズ体操

就学前の子どもを中心に、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 2月13日（土）10：00～10：30

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 2月8日（月）、22日（月）

時間 10：00～11：00

場所 対田コミュニティセンター

公民館事業の問い合わせ先 久斗地区公民館 新温泉町対田 283-1（浜田）TEL/FAX 0796-82-2962