

久斗地区公民館だより

令和5年

1

月号



発行 久斗地区公民館

KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN KUTOTIKUKOUMINKAN

二十歳のつどい

昨年四月に成人年齢が引き下げられたことを受け、新温泉町では従来の成人式に当たる式典を「二十歳のつどい」として1月8日(日)に夢ホールで開催し、対象者113名のうち89名が出席しました。

華やかな振袖やスーツ、袴姿の新成人には清々しくしっかりした大人の雰囲気を感じました。町長を始め来賓の方々の挨拶には、新温泉町で過ごした事を誇りにして夢や決意をしっかりと胸に刻んでこれからの人生を歩んでいただきたい想いと、目標に向かって大きく成長されるよう一緒に頑張っていきたいという想いが詰まっていたように感じられました。また、二十歳の代表からも「自覚を持って責任ある発言や行動を取り社会へ貢献していきます」と決意が述べられました。その後、門出を祝って麒麟獅子舞の披露や地元企業からのビデオレターが上映され、会場はお祝いムードに包まれていました。



1月8日(夢ホール)

今年も体を動かそう！



キッズ体操(1月21日)



ストレッチ教室(1月23日)

幼児期に運動習慣を身に付けると、身体の諸機能の発達が促されることで、健康的な生活習慣の形成に役立つようです。

また、大人になって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うようです。今年も、定期的に体を動かさしほぐして若々しい体を保ちましょう。

ちりめんの根付教室

1月18日(土)ちりめんの根付教室を開催しました。教室では、初心者の方でも作り易いように予めカットした布を使用しました。細かな作業が多かったですが、丁寧な指導とお喋りに花が咲き楽しく作業をすることができて、いつの間にかステキな丸型巾着の根付が完成していました。



七草を探そう！



1月7日(土)アトリエあとな(刈田)周辺で「七草を探そう！」を開催しました。春の七草をお粥にして1月7日に食べる七草粥の習慣は、江戸時代に広まったそうですが、この辺りではまだ七草の葉はほとんど伸びていませんでした。それでもセリ、ゴギョウ、ハコベラ、スズシロ、ヨモギを見つけ採取することができました。

早速、採取した五種類の野草をお粥やみそ汁の具にいただきました。春の香りがしてとても美味しかったです。

「スポーツクラブ21 くとだに」からのお知らせ

「スポーツクラブ21 くとだに」では、くとだに住民や浜坂東小学校区民、及びその住民の関わっている様々な健康増進、ふれあい事業につながる行事を全ての年齢に対し応援します。(申請が必要です)

- 各地区活動について今年度は、運動会・納涼祭・いきいき百歳体操・花とみどりの里づくり・餅つきに助成します。
- 浜坂東小学校 PTA・久斗青推協・久斗山青推協・少年野球・少女バレーボール他の活動を支援します。
- スポーツグループ、文化グループ、その他グループ等くとだに地域のふれあい活動に支援します。
- お問い合わせは、各地区の区長さんか、事務局（浜田直子）までお気軽にお尋ねください。



☆お問い合わせ先☆

スポーツクラブ21 くとだに事務局（浜田直子）▷新温泉町対田 283-1 TEL/EAX 0796-82-2962

山野草を楽しむ「ゆきのした」



ユキノシタは、冬でも枯れることなく葉を茂らせている常緑の多年草です。古くは、子供の怪我や病気などによく効く民間薬としてユキノシタの葉のしぼり汁や、葉や茎を乾燥させて煎じて飲ますなど生薬として利用されてきました。そのため、家の庭の隅っこや石垣などによく植えられていました。

料理としては天ぷらが代表的ですが、アクもクセもない山菜のような美味しさだと言われます。その他にも、おひたし、和え物、酢の物、汁の実、炒め物など思いのほかメニューの幅の多い野草です。

また、肌のアンチエイジングや美白効果を目的とした化粧品の成分にも使用されており、その効果が期待されています。(あ)

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「梅花の針山」を作ります。

場所 アトリエあとな（対田）

日時 2月8日（水）10：00～11：30

講師 浜田直子 材料代 お問い合わせください

◆木工クラフト教室

電動糸ノコなどの工具の使い方や木工技術を学びながら、木の玩具やクラフトを作ります。

日時 2月14日（火）13：30～15：00

場所 アトリエあとな（対田283）

講師 濱田昭文 参加料 1000円

◇リズム遊び教室

音楽に合わせて楽しく身体を動かし、幼児期の心身ともにバランスのよい発達を促します。

日時 2月4日（土）10：00～11：30

場所 浜坂東小学校ミーティングルーム

講師 陰山加奈 対象 親子

◇ストレッチ教室

リラックスしながら無理のないよう徐々に体をほぐし、軽やかに動ける体を目指しましょう。

日時 2月20日（月）10：00～11：30


場所 対田公会堂2階和室

講師 阿瀬宏太（柔道整復師）

久斗地区公民館連絡先

〒669-6728 新温泉町対田 283-1（浜田）TEL/FAX 0796-82-2962

e-mail : kuto_tiku@yahoo.co.jp

 久斗地区公民館