

平城公民館だより No.198

発行：平城公民館 〒798-4110 愛南町御荘平城2123-1

電話番号 0895-72-1011(FAX兼) 休館：毎週金曜日、祝祭日、年末年始



わかったよ！難しい縄文

10月3日 平城貝塚再発見講座(第1回)



生涯学習課の松本安紀彦課長補佐の説明を聞く参加者（午前の部）

1回目の講座は平城貝塚展示室で、平城貝塚で発見された貝や動物の骨、土器など縄文時代のものや、女性の縄文人骨など特徴あるものを見ながら、講師の松本安紀彦課長補佐から分かりやすく説明してもらいました。体験学習では、マリンスター作りを講師の吉田貴子さんから丁寧に教わりました。参加した児童は縄文を作るのが難しかったけど、マリンスターは上手くできた」と話していました。作品は自宅で乾燥後、各自で着色やリボンを飾るなどして完成させ、その完成写真を公民館まで送ってもらいます。

参加者22人から写真が送られたら、館内に掲示する予定です。ぜひ公民館に見に来てください。



講師から縄文の作り方を教わる児童（午前の部）



マリンスターを持ち集合する参加者（午後の部）

呼吸ゆっくり、筋肉きいた

10月6日 健康づくり(ボール体操)



御荘B&G海洋センター職員の山下恵さんの指導で、ボール体操を行いました。椅子に座ってストレッチを行ったあと、ボールを使い、ゆったりとした動きで、筋力やバランス力向上の体操を行いました。参加した8人は、普段使わない筋肉を動かし、適度な疲労感が体に効いて気持ちよかったです(*^-^*)

個別のツボとい大満足♥

10月12日 お灸体験(実践コース)



モデルを使って肩のツボの探し方を説明する寺阪講師

3回目のお灸体験は、ステップアップした内容で実施しました。前回のおさらいをして、モデルを使って新しいツボの紹介をしました。次に、1人5分程度の個別相談会を行い、順番を待つ間は各自ツボにお灸をすえました。参加した12人は「自分の順まで待つけど、個別の対応は大変満足だった」と言われ、講師の寺阪嘉峰さんは「短時間でこんなに大勢のツボとりしたのは初めてです」と話されました。お疲れ様でした。ありがとうございます♪

お作法ならいました

10月9日 こども茶道教室(初回)



お床に飾られた掛け軸やお花を眺め、お辞儀の仕方を教わる児童生徒たち

大会中止のお知らせ

グランドゴルフ・ミニバレーボール大会中止

毎年恒例の常会対抗『グランドゴルフ大会・ミニバレーボール大会』は12月に予定しておりましたが、17行政区から多数参加者が集まり、感染予防対策の徹底が非常に難しいため、地域の皆様の健康と安全を考慮した結果、中止します。参加を予定されていた皆様には、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解のうえご了承願います。



11月 行事予定

2日(火) ピラティス 19:00~
6日(土) こども茶道教室 10:00~
10日(水) ハーモニカ教室 13:00~
10日(水) 英会話教室 19:30~

16日(火) ヨガ教室 19:00~
19日(金) こども生花(文化祭準備)
21日(日) こども生花(片付け)16:00~
24日(水) 公民館運営審議会 18:30~
24日(水) 英会話教室 19:30~
27日(土) こども茶道教室 10:00~
27日(土) ミニ四国巡り 10:00~

※予定する各種行事は、感染拡大防止により中止または延期となる場合があります。関係者には随時お知らせします。

※こども茶道・こども生花教室 御荘文化センターで行います。

編集後記

10月は、9月に実施できなかった行事を日程変更して行ったため、盛りだくさんの行事となりました。紙面でお伝えできなかった行事は次号に掲載します。今月も行事を数々こなし来月の企画をしていたら、気づくと月末で編集作業に追われています。私は、運動を習慣にして体調管理しています。これから寒くなると風邪の流行る季節です。皆様もお体を大切に、笑顔でお会いできる日を楽しみにしています♪(小川)

新聞・雑誌・ダンボール・廃乾電池の収集日

11/2(火) 御荘中学校前

11/4(木) 平山・長洲・長崎・貝塚・

八幡野集会所・御荘文化センター

11/9(火) 寺新町・和口第2・節崎・馬瀬・深泥集会所・和口町営住宅駐車場・馬場消防詰所横

