

加賀田公民館だより 夏号

電話 0721-62-2116



平成30年
7月1日
発行

公民館事業のご案内(7月～)



天気予報によりますと今年は、例年になく暑い夏になると予想されています。体調の管理には十分ご注意ください。いつも公民館活動にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

4月より、公民館主催講座を行っておりますが、どの講座も多くの方々にご参加いただいております。これからは参加者の皆様方が楽しんでいただける講座や役に立つ講座を企画しますので、どうぞ公民館にお越しください。

講座レポート

<12名 参加>

「桐塑人形(立児)を作ろう！」(人間国宝 秋山信子氏監修) 3月4日(日)、10日(土)、18日(日)、24日(土)

芯になる木を彫ったあと、桐塑をつけ、胡粉をぬり、縫った着物を着せるという大変な作業でしたが、人間国宝 秋山信子氏はじめ4名の講師の温かいご指導のおかげで思いを込めた力作が出来上がりました。

子ども紙ねんど教室
作品見本



「桐塑人形(立児)を作ろう！」

「AED救命救急講習会」 4月22日(日) <14名 参加>

消防署救急隊の方から、胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返す心肺蘇生法を教えたあとAEDの使い方を学びました。

AEDを使うシュミレーションでは、大きな声で役割分担をしたりと、受講者全員とても熱心に取り組んでいました。

「後悔しない実家片づけ講座」 4月25日(水) <30名 参加>

実家片づけアドバイザーの今西ゆかり氏を講師にお迎えし、30名の参加で実施しました。

物のためではなく、「人」のための片づけということを念頭におき、片付ける時の親との会話についてもお話いただきました。

「睡眠管理で活力のある生活」

「睡眠管理で活力のある生活」 5月10日(木) <237名 参加>

河内長野市文化振興財団との共催のもと、キックス(市民交流センター)で実施しました。河内長野市出身でスタンフォード大学 医学部精神科 教授の西野精治氏を講師にお招きした本講座には、237人の方にお越しいただき、西野氏から、睡眠の大切さや、いかに睡眠の質をあげるか、また睡眠負債への対応策等についてお話いただきました。講演の最初には、加賀田公民館長 池田から挨拶させていただき、講座開催の経緯についても説明させていただきました。



「ひきこもり・ニートの若者の支援」 5月16日(水) <10名 参加>

ひきこもり・ニートの若者だけでなく、親やご家族のサポートなど色々な活動をなさっている淡路プラッツの

石田貴裕氏を講師にお迎えし 社会でのかかわり方、また家庭での親としてのかかわり方などをお話いただきました。

「童謡のふるさと奥河内」 5月19日(土) <27名 参加>

童謡コンシェルジュの筒井幹夫氏を講師にお迎えし、実施しました。里山の四季の風景が目浮かぶような軽妙なトークをまじえて懐かしい童謡を一緒に歌い、楽しいひとときを過ごしました。

「脳と体を健やかに！」 5月29日(火) <16名 参加>

理学療法士の久米佳行氏を講師にお迎えし、正しいスクワットの仕方や二つの事を同時に行う運動、また30の3文字言葉を限られた時間内で記憶する即時記憶などの脳トレを紹介し、実践しました。

「笑って笑って笑いヨガしましょ！」 6月5日(火) <20名 参加>

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた「笑いヨガ」で酸素をたっぷり取り込み、みんなで大笑いしました。那須氏の「一笑一若 一怒一老」という言葉が印象的でした。

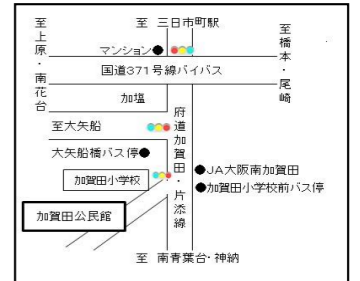


「脳と体を健やかに！」

加賀田公民館

火曜日～日曜日
9時～17時開館

【休館日】
月曜日及び年末年始
(12/29～1/3)



図書室から



◎ 平成30年度青少年読書感想文全国コンクール課題図書入荷しました！

いきいきネット相談支援センター<福祉の総合相談窓口:CSW(コミュニティソーシャルワーカー)>

福祉・健康・介護・子育てに関する事など、日々の生活をしていく上で、皆様の身の回りのさまざまなお困りごとについて、気軽に相談していただけます。

「こんなこと、どこに聞けばいいの?」「こんなこと、恥ずかしくて誰にも言えない」「一人暮らしで 将来が不安」「近所で気になる人がいる」など、ご自身のこと、ご家族のこと、ご近所のこと、どんなささいなことでも、お電話下さい。公民館にお越し下さっても結構ですし、ご自宅へも訪問いたします。

お聞かせいただいた相談ごとは、制度やサービス・各専門機関などにお繋ぎするなど解決する方法を一緒に考えていきます。もちろんプライバシーはお守りします。(無料) まずは、どのようなことでも、一度ご相談ください。

加賀田・石仏小学校区担当 滝口嘉子 080-1457-1416
(月～金曜日 10:00～16:30)



公民館子ども教室(5～3月)

<若干の空きがありますので、詳細についてはお問い合わせください>

5月12日(土)には子どもジャズダンス、13日(日)にはキッズステップダンスが、開講しました。

初回には、保護者の方々を対象に、講師の紹介を兼ねたオリエンテーションを実施しました。

子どもジャズダンス 河野智登美先生からは「子どもたちに夢をもたせること。

そして礼儀を学ぶことを目標としています」とお話いただきました。

公民館見学



公民館見学



5月17日には加賀田小学校3年生が、6月1日には石仏小学校3年生が、公民館見学で来館してくれました。館長から加賀田公民館での活動内容について紹介をしたり混声合唱・絵画・和裁など活動中のクラブの見学をし、図書室で本を借りたりしました。