

公民館だより さくらぎ



平成24年10月号
No. 295
桜木公民館
周南市城ヶ丘2-4-21
TEL 0834 (28) 5973
FAX 0834 (29) 0788
sakura-ko@city.shunan.vamaguchi.jp

10月 さくらぎカレンダー

7日(日) 敬老の日 祝賀行事〔桜木小学校 体育館〕

9:00 ~ 9:25 受付
9:30 ~ 9:50 式典
9:55 ~ 余興、ゲームなど

13日(土)・14日(日) 桜木フェスタ・文化祭

13日(土) 朝市(緑)じょい!ヶ丘

フェスタに参加します〔桜木小学校 校庭〕

20日(土) 今宿老連との交流スポーツ大会〔老連〕

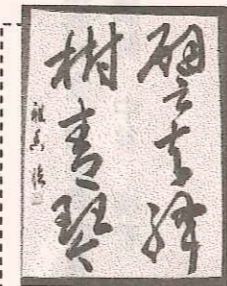
27日(土) 資源回収〔老連〕

29日(月) 向道湖福祉農園作業〔老連〕

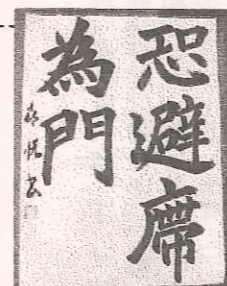


秋の七草の一つなでしこを植えました。女子サッカー「ナデシコジャパン」の元気を公民館に置いてみました。皆さんも、その元気を持って帰ってください。

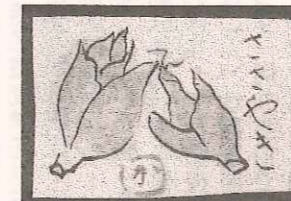
みんなの 広場



『パン毛筆習字』
雅香さん



喜悦さん



『絵手紙を楽しむ会』
和子さん



ちぎりの絵講座から



(芙蓉)

夕焼け雲

(遠野道)

(真寿与)

(一洋)

- ・ 秋天に 黒点二つ 鶯高し
- ・ 新米を まづ神棚に 農の幸
- ・ 庭草に 濃き影添へる 良夜かな
- ・ 新涼や 剪定済みし 庭に立つ
- ・ 夏が行き 猛暑の渦中 立秋かな
- ・ ぶらんこの 声も染めゆく

緑の上 世代を超えて 楽しもう!



三世代交流スポーツの集い

【編集後記】
厳しかった残暑も台風の通過とともに過ぎ去り、過ごしやすい、何をするにもとてもいい季節になりました。しっかりと体を動かしたいものです。
九月初めに周陽中学校、先日桜木小学校の運動会を見る機会がありました。練習の期間は少なかつたと思いますが、中学生は、きびきびとした態度で競技に取り組んでいました。小学生も、一生懸命取り組む姿が見られ感心しました。また、この前中学生二名が五日間の職場体験で公民館にきました。公民館の仕事や講座を体験しました。今はキャリア教育として発達段階に応じて働くことの意味や役割・自己の進路や生き方の選択に生かす力を育成しています。公民館も体験参加した講座の方々も若い人に大喜びでした。
さて、十月七日は桜木地区敬老会です。日本は平均寿命は、世界でトップクラスです。しかし、寝たきりや認知症など生活に支障のある人も多くいます。いま「健康寿命」が注目されています。「健康寿命」とは、一生のうち、健康で支障なく生活できる期間のことです。二〇一〇年の健康寿命の平均は、男性七十・四二歳、女性七十三・六二歳です。平均寿命とは十歳違います。健康寿命が延びれば、本人は幸せて、介護の負担も少なく家族も助かります。健康寿命を長くするには、バランスの良い食事や適度な運動、休養を取るなど生活習慣が大事といわれています。男女通じて健康寿命が最も高いのは静岡県だそうです。豊富な食料で食生活が豊かなこと、よく歩くこと、お茶をよく飲みカテキンがコレステロールを下げる効果があるからといわれています。健康に関心を持ち、元気に過ごしましょう。



油絵同好会 (夜学)



油絵同好会



シリーズ・紙上講座 学びに おいでよ

おいでよ

② 油絵同好会・油絵同好会(夜学)

講師 中谷 梅若 先生

油絵同好会(通称無名塾)は、午後の部と夕方の部(開講時間は最後に記載)があります。油絵同好会(無名塾)は、平成十四年に午後の部でスタートし十年に成ります。また、風間お勤めの皆さんから、風は「チョットとムリ」との声に、無名塾夜学を立ちあげ、二年がすぎました。午後の部は現在十三名(女性八人男性五人)圧倒的に女性パワーが大きい会で、華やかで、賑やかな中で絵(含水彩)を描いています。活動は年間計画を作りテーマを決めて、描いています。無名塾夜学は現在八名(女性六人男性二人)仕事を終えてお疲れであるにも関わらず、何か宝物でも探すかの様に、輝いた目でキャンパスに向かっておられます。もちろん、初心の方が午後の部も夜学もおられます。数回の講座でペテラン気分になれるのが最高です。指導は懇切丁寧をモットーにしています。講座の効用は①世俗をはなれ、絵の世界に没頭できる②作品を家族友人に褒められ意欲が出てくる③自宅で暇な時描く楽しみが出てくる④公民館の秋の展覧会で皆に見てもらえる⑤手指を動かして右脳を働かすことが身体によい⑥講座中のお茶を楽しみ談笑有り。是非見学においでください。

【開催日時】

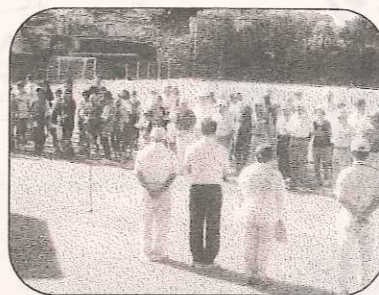
毎週火曜日

油絵同好会 十三時
油絵同好会(夜学) 十八時

9月の活動記録

9/1 三世代交流スポーツの集い
「グリーンフェスタ」

暑い日でしたが、皆さんの元気な声と笑顔が、桜木小学校の校庭にあふれました。



参加者	
寿会	35名
児童	44名
父兄	25名
教職員	7名
来賓	4名



老連「社会奉仕の日」

9月20日は、全国老人クラブ連合会の「社会奉仕の日」です。桜木地区も各寿会ごとに掃除を実施されました。写真は、9月16日馬屋公園の掃除をされる城一寿会と城一子ども会の皆さんです。お疲れ様でした。

周南市花壇コンクール

9/13 二次審査



夏の暑さにも負けず咲きそろってくれた桜木公民館花壇の審査が、行なわれました。

9/8

桜木地区婦人会バザー



8月に行なっていたバザーを今年は9月に行ないました。品数も多く、お客さんも多かったので大変にぎわいました。ご協力ありがとうございました。

職場体験を終えて



公民館の仕事をして分かったこと大変だったことは、仕事内容はとても単純だと思っていたけど、実際体験してみると、とおの山を点検しに行ったり、長机を運んだりけっこう大変な仕事でした。

それと、公民館は子供からお年寄りまで使用するところなのでちょっとしたきずかいが必要なんだということが分りました。どれも大変な仕事だったけど楽しかったしとてもよい勉強になりました。

周陽中二年 藤田夏未

公民館の仕事を実際に行ってみると難しく、最初はとても手間取ってしまいましたが、公民館の人達は優しく、丁寧に教えてもらいました。実際に公民館の仕事をやってみると、日誌に印鑑を押したり、日課黒板を書いたり、玄関前とかを掃除をしたり、色々な仕事をしました。こうして仕事を実際に行ってみると大変だと言うことが改めて分かりました。

周陽中二年 兼森 瞳



ムカデ競争



9月23日に実施された桜木小学校運動会で、地区対抗ムカデ競争が行なわれました。ご協力ありがとうございました。

結果
優勝 桜木小学校
二位 城ヶ丘三丁目
三位 城ヶ丘四丁目

ラジオ体操 (城ヶ丘公園)

♪ 新しい朝が来た 希望の朝だ
夏のコミュニティの行事にご参加ありがとうございました。健康志向で今年ラジオ体操が、ブームになりました。希望される方が多かったので9月も続けました。来年、元気に再会しましょう。

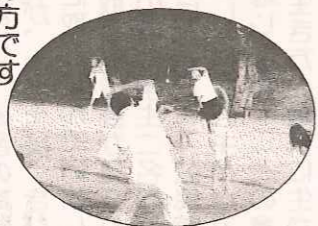
8月度皆勤賞は左記のとおりです。 「敬称略」

- 桑原 利行 (城2)
- 国兼 トシ子 (城2)
- 古谷 清 (城4)
- 福田 紀子 (城4)
- 石井 芳江 (城5)
- 岩本 和子 (城5)
- 桑原 清子 (城2)
- 松田 紀子 (城2)
- 神足 和子 (城4)
- 田村 富代 (城4)
- 山本 節子 (城5)
- 小坂 則人 (城5)

9月度皆勤賞は左記のとおりです。

◎印は、7・8・9月皆勤賞の方です。

- ◎桑原 利行 (城2)
- ◎国兼 トシ子 (城2)
- ◎古谷 清 (城4)
- ◎福田 紀子 (城4)
- ◎石井 芳江 (城5)
- ◎桑原 清子 (城2)
- ◎出島 マスヨ (城2)
- ◎神足 和子 (城4)
- ◎田村 富代 (城4)
- ◎山本 節子 (城5)



(桜木地区コミュニティ)