

# 公民館だより さくらぎ



平成29年 10月号 No. 355

桜木公民館 周南市城ヶ丘2-4-21  
TEL 0834 (28) 5973 FAX 0834 (29) 0788  
[vdnxd0nrC.flw@lvk.xqdq.loj.lns](mailto:vdnxd0nrC.flw@lvk.xqdq.loj.lns)

桜木の人口 5,948人 (2,774世帯)  
(男性 2,871人・女性 3,077人)  
8月末現在



## 世代を超えて楽しもう! グリーンフェスタ



9月2日(土)

桜木小学校で三世代交流  
スポーツ大会が開催されま  
した。

きれいに刈り揃えられた  
緑の芝生の上で、児童、保護  
者、地域のお年寄りの三世代  
でチームを作り、ペタンクと  
グランドゴルフを楽しみま  
した。子ども達は、日頃あま  
り交流のないお年寄り達と  
スポーツを通じてふれあい、  
お互いの交流を深めました。

# 活動記録簿

## 9/8 講座運営委員会 避難訓練

公民館の講座運営委員会に併せて、避難訓練が実施されました。1階給湯室から出火した想定で、1階講堂の窓から2階和室横の非常階段から、皆さん冷静かつ迅速に避難されていました。



## 9/26 桜木まちづくりの集い

前回の話し合いを受け、買ひ物の具体的な方法や、桜木地区で実現可能かを話し合いました。

出張販売業者名、方法、時間帯やスーパーマーケット前に停車するバスの桜木地区からの路線図を作るなど詳細な話も出ました。

今回は、業者さんにお越しいただき、実現に向けての話し合いをする予定です。



## 9/10 周陽中運動会

周陽中学校の運動会では、赤隊・白隊・青隊に分かれて戦います。運動会の中で、盛り上がった競技は、応援台戦です。

隊ごとに、ダンスや校歌熱唱などをして、競い合いました。その他、騎馬戦や、リレー等もとても盛り上がりしました。

結果は、青隊が二冠をとりました。順位はついたけど、どの隊も一所懸命頑張っていたので、とても良い思い出になりました。

## 9/19 桜木小運動会

40周年を迎えた桜木小の運動会は、台風の影響で3日順延されましたが、緑の芝生が映えるグラウンドでの開催となりました。

元気いっぱいのおよさこいや全力でぶつかる騎馬戦、全校児童による赤白対抗大玉送りなど、真剣勝負の中にも笑顔のあふれる競技に大きな歓声が響きわたりました。桜木小音頭では、グラウンドに児童と保護者の大きな輪が広がりました。



## 8/31 調理室掃除【食推】

食推の方々が調理実習室の掃除をされました。調理台や五徳、調理器具や引き出しの中など、日頃は見落としがちな隅々までとてもきれいになりました。



## 9/2 フラダンス発表

カイマナヒラの皆さんが、ゆめタウン徳山で、フラダンスの発表をされました。買い物途中の方々が軽やかな音楽とダンスに、足をとめて南国のムードに癒されました。



## 9/20 社会奉仕【老連】

老人クラブの全国一斉「社会奉仕の日」に合わせて、寿会の方々が公園の清掃等をされました。各寿会では日常的に地域の美化活動や環境に配慮したボランティア活動をされています。



### さわやか女性教室

#### 楽しいパンづくり

講師 桜木婦人会

10月17日(火)

9:30~13:00

定員 20名

参加費 800円(材料費)

#### 講演会「夏目漱石の世界」

講師 鈴木 隆子先生

10月24日(火)

9:30~14:30

定員 30名

参加費 500円(昼食代)

9/26~28 職場体験

周陽中学校から、私たち二名が桜木公民館にやってきました。とおの山に行つて、地域の方が安全に登れるように点検をしました。また、講座のヨガを体験しました。いつもは、やらないことなので、少し難しかったけど、良い経験になりました。

公民館だより『さくらぎ』10月号の編集・印刷をしました。慣れたら簡単にできるようにしました。印刷したてのプリントは、触ると手が、真っ黒になりました。この3日間で仕事の大変さが分かりました。

菅谷 中村 伸之介 瑠依



- |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ★  | ★  | ★  | ★  | ★  | ★  | ★  | ★  | ★  |
| 福  | 宮  | 松  | 石  | 桑  | 桑  | 神  | 石  |    |
| 田  | 村  | 本  | 井  | 原  | 原  | 足  | 田  |    |
| 紀  | 富  | 寿  | 紀  | 芳  | 清  | 利  | 和  | 洋  |
| 子  | 代  | 美  | 子  | 江  | 子  | 行  | 子  | 一  |
|    |    | 江  |    |    |    |    |    |    |
| (城 | (城 | (城 | (城 | (城 | (城 | (城 | (城 | (城 |
| 4) | 4) | 4) | 2) | 5) | 2) | 2) | 4) | 4) |

ラジオ体操(城ヶ丘公園) 8月度皆勤賞(敬称略)

### 朝市(縁)ジョイ!ヶ丘 再開!

10月8日(日) 9:00~ (毎月第2日曜日に開催)

- 城ヶ丘公園
- 野菜、鮮魚、果物、パン、もちなど

### 9月

#### とおの山 《登山者語録》



- 9/3 朝夕すずしくなって来たので気持ちがいい ※登山道にヤマカガシがいましたよ m. k
- 9/4 久しぶりに山頂に立つ。9月に入り、やっと涼しくなったので来ました。空気が清涼でとても気持ちの良い時間を過ごしています 桜木E.A
- 9/9(土) 2ヶ月近く振りに登らせて頂きました。今年の猛暑は老人にはこたえ、引きこもっていました。きょう何とか登れたので身体と相談しながら継続したいと思います。おいしい空気を吸って元気がもらえました。ありがとうございます。皆様へ感謝! 都町I
- 9/18(月) 台風18号で2日間休み。朝の太陽を見て飛び出す。今日敬老の日 吾輩66歳者 該当者か? やはり太陽と好天は良い。 くすの木 K.H

### さくらぎの杜

いきいき百歳体操

毎週火曜日10時から城3市住第2集会所に集まり、ビデオに合わせて健康体操をしています。重りを付けて腕の上げ下げをしたり、ゆっくり椅子に座る、立つという動作を繰り返し、日常生活に必要な筋肉を鍛えられるような体操を、ご自分の体調に合わせて無理なく楽しまれています。この日は92歳の方も参加されていました。

ご興味のある方は是非ご参加下さい。



# 10月 さくらぎカレンダー

- 1日(日) 敬老の日 祝賀行事【桜木小】
- 7日(土) 周南小さき花幼稚園 運動会
- 8日(日) 朝市(縁)じょい!ヶ丘【城ヶ丘公園】9:00~
- 8日(日) 徳山中央幼稚園 運動会
- 10日(月) クリーン作戦【桜木小】
- 10日(月) 夜間パトロール 19:00~
- 12日(木) 向道湖福祉農園作業【老連】
- 14(土)・15(日) 桜木フェスタ・文化祭【桜木小】
- 17日(火) 女性教室〈楽しいパンづくり〉
- 21日(土) 資源物回収【老連】 ※雨天時は22日
- 21日(土) 文化祭【周陽中】
- 24日(火) 桜木まちづくりの集い
- 24日(火) 女性教室〈講演会 夏日漱石の世界〉
- 29日(日) 地区バレーボール大会【体振】

## 今月の公民館



周南市花壇コンクールの審査が行われ、一般の部の奨励賞を受賞しました。

## みんなの広場

### 俳句

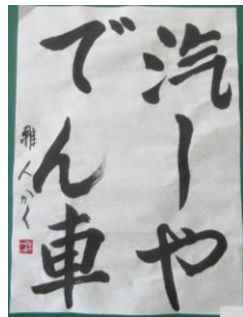
- ・ 虫の音を 蹴散らし急ぐ 畑整地はたせいち
- ・ 吊されて 揺れる案山子かかしに 犬の吠え
- ・ 敬老会 生徒笑顔で お手伝ひ
- ・ 会議終へ 澄みしちちる音ね 始舞湯呂しまいぶろ
- ・ 雑草の 中からスツクと 万寿沙華

(一洋)

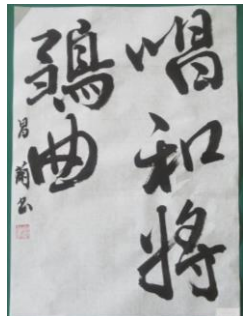
(真寿与)

### ペン毛筆習字

雅人さん



昌蘭さん



### 絵手紙

恭子さん



『みんなの広場』で  
作品を披露されませんか？  
20日までに公民館に  
お持ちください

### 【編集後記】

今年9月に入り急に秋らしくなりました。例年になく涼しくて過ごしやすかったように思います。今年もまた台風上陸により広い地域で大きな被害がでました。毎年のように起こります。どうすればいいのでしょうか。

さて、先日ニュースで糖尿病やその予備軍が合わせて1000万人以上いると放送していました。ライフスタイルの乱れが原因だそうです。「ストレス」「運動不足」「食事の乱れ」などです。予防の一つには運動が大切だといわれています。

10月は運動を始めるにはとてもいい季節です。定期的に長く続けることが秘訣です。自然の中の風景を楽しみながら、ウォーキングなど楽しく続けられる、自分に合った運動をしてはどうですか。

広島カープがセリーグ2連覇を達成しました。圧倒的な強さの秘密は若い選手の活躍ではないかと思えます。それは、球団が一丸となって生え抜きの若い選手を地道に育てていく選手育成にあると思えます。人材育成の参考にしたいいものです。

10月14日・15日は桜木フェスタ・文化祭です。桜木小学校が会場です。桜木公民館講座生や幼小中学生、地域の方々や団体の作品展示や発表があります。バザーや楽しい催し物もあります。芸術の秋を楽しみましょう。多くの方のお越しをお待ちしています。