

中央公民館だより

令和5年12月1日発行
三原市中央公民館
三原市円一町2丁目3番1号
TEL 0848-64-2137 FAX 64-0137

日本語学習の心強い味方！ みはら国際交流サロンに新たな登録者!!



今年度の日本語学習ボランティア養成講座を経て、新たに9名の方がみはら国際交流サロン運営ボランティア会に登録してくださいました。

新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行後、日本語を勉強したいと望む在留外国市民の方が以前のように増えてきつつあります。

反面、既登録者の中には、コロナ禍以降活動を差し控えたり、高齢化に伴い活動が難しくなったりしてきておられる方もあります。

新しくご登録いただいた皆さんには、日本語学習の支援のみならず、お互いの文化にも触れ合い、相互理解を深めながら真の国際交流を推進していただけるよう、今後のご活躍を願っております。

中公のご近所さん付き合い 三原市歴史民俗資料館&三原市立南小学校

飽きない展示!11/21~1/21 企画展『商いの道具』

中公同様、生涯学習に深い関わりを持つ三原市歴史民俗資料館。今回は、正にいくら見ても“商い”（飽きない）展示が催されています。

三原市は工都のイメージが強いのですが、その昔は城下町として発展、多くの人々が商売に関わっていたようです。

本企画展では、商いの道具を『はかる』『記す』『しまう』に

分類して紹介。体験型帳場の展示は、興味満点。学芸員の解説は 12月21日(木)、令和6年1月13日(土)。いずれも 13:30~14:00。詳細は 0848-62-5595 へ。



歓迎!小さなお客さん コロナ禍以降初!!

去る11月14日(火)、コロナ禍で中断していた南小学校2年生児童の本館社会見学が復活しました。

総勢83名。「何をするとおっしゃいますか?」「何人くらいの方が利用していますか?」等の質問を受け、年間三原市の人口と同じくらいの方の利用があることを告げると、ひょえ〜という驚きの声が上がりました。その後、館内を巡回。

かわいい訪問者に癒されたひとときでした。



えっ、もう? 惜しまれながら閉幕!! 多くの人を魅了した中公菊花展

例年、来館者を釘づけにし、しばし静観させ、感嘆の声を絞り出させる多種多様絢爛華麗な菊花展。今年度も元尾道菊花同好会三原支部を中心とした有志の方々のご厚意によって実現、先月末閉幕しました。

出展者にお聞きすると、今年は気温が高すぎて思うように育たなかったとのこと。総出品数は70数鉢。例年に比べてやや少なめではありますが、どうしてどうしてなかなかのもの。今年も来る人来る人一様にひと声漏れました。「すごいねぇ!!」



三原桜謡会

「謡曲(ようきょく)」という芸能をご存知でしょうか。能楽の詞章に節をつけてうたうものです。能舞台上で舞われるものをテレビドラマとするなら、謡曲は語りだけで物語を表現しますので、ラジオドラマのようなものです。謡曲は、日本古来の美しい言葉にふれることができ、また、お腹から声を出すことで、健康に過ごすことにつながります。

毎月第2・第4木曜日の12:30から、主宰の反田詔三先生にご指導をいただいています。洋服でまったく問題ありません。堅苦しくお考えにならず、ぜひ一度稽古の様子をご覧くださいませれば幸いです。

お正月には初謡(はつうたい)を行い、折々の行事で練習の成果の発表と、親睦を深めています。城下町らしい教養の一つである謡曲を、この機会と一緒に楽しんでみませんか。



マンツーマンでの稽古風景

中公界限 いち にい さんぽ ③⑧

“定礎”って何？
(前編)



玄関に向かって左の側壁



中央公民館の定礎

シリーズ 38 回目。正直ネタがだいぶ尽きてきました。

中公受付スタッフの一人に愚痴をこぼすと、そういうこともあるかと温めておいたものがある、と提示されたお題が“定礎”。

定礎!?…意識していませんでした。調べてみると、元々ヨーロッパで大きな建物を起工する際、安泰を祈願するため設置される礎石のことらしいです。簡略化された現代では、竣工時に『定礎』と記した石板等をはめ込むようです。その奥には定礎箱が埋め込まれ、建築図面、定礎式当日の新聞、通貨、関係者の名簿等が収められ、解体されるまで人目に触れることはないとのこと。

実は、これには特に決まったルールはなく、書体やデザイン、配置など独創的なアイデアで自由に作れるのが魅力だとか。定礎マニアまで出現しているそうですよ。ちなみに中央公民館の定礎はこちら。(左の写真)

「三原市役所の定礎は、よう見つけんで。」と言われ、むっとしていざ本庁へーっ!!…この続きは、紙面の都合で次回(後編)に一。

雑感折々

主催講座から自主グループに移行し活動されている「三原そばの会中央」というグループがあります。40名あまりの方々がおそば打ちを懸命に研鑽を積んでおられます。ご講師の先生も、本当に熱心にご指導されています。先生に“そば打ちを始めたきっかけは?”とお聞きすると、会社をリタイアして、何か打ち込める事はないだろうかと思ったことと、とにかく蕎麦を食べるのが好きであちこち食べ歩きをしてきたが、自分で新蕎麦を打って食べたいと思ったのがきっかけだそうです。ふと気がつくと、奥様がすでに始めておられた蕎麦打ちにご主人である先生がどっぷりとはまられ、どんどん段位も習得し気がつくと指導する立場になり、気がつくと蕎麦道でボランティアをしたり、社会参加も自然に出来ていたそうです。

今年も、会の方10名ぐらいの方が初段、2段、3段、4段の段位の試験にチャレンジされました。少し自分に負荷をかけ、努力し達成した折のすがすがしさを、幾つになっても経験して欲しいと熱く語られます。まさにこれが、社会教育の実践事例ではと感銘を受けました。会の方々も、今年も年越し蕎麦を張り切って打ち、家族に振る舞うのを楽しみに、練習に熱が入っておられました。





1 年間コミセン活動にご協力いただきありがとうございました。

今年は、コミセン活動が充実した 1 年となりました。

初めての試みの学習発表会も無事開催でき、自主活動、主催講座も計画通り実施できました。また、地域の行事等も復活し多くの交流が行われました。

ただ、少し気がかりなことは、講座等に参加される方が減少しつつあることです。このことを少しでも改善できるようこれからも糸崎コミセンを中心に、地域を元気にする取り組み進めていきたいと考えています。今後も皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

講座参加の皆さんによる施設内清掃活動

利用者の皆様には、施設をきれいに使用いただきありがとうございます。月別のトイレ掃除や廊下階段の掃除も講座開催時に実施いただきありがとうございます。今後もよろしくお願いします。



赤石さんより、菊の贈呈

学習発表会に色どりを添えていただき、皆様をお迎えすることができました。





12月

ポインセチアの花言葉は「聖夜」



12月 利用予定 変更等ありますので必ず代表者にご確認ください。

日	曜日	利用 (行事) 予定	日	曜日	利用 (行事) 予定
1	金	ふれあい卓球 寿卓球 空手愛好会 ふるさと教室	17	日	
2	土	民生委員会 町内会	18	月	ボディキネシス 書道岡田
3	日		19	火	太極拳 囲碁 民謡
4	月	ボディキネシス わくわくアート 書道岡田	20	水	健康体操 ふれあい卓球 コールひまわり パン作り
5	火	太極拳 囲碁 民謡	21	木	若返り体操 3B体操 空手 PCクラブ なでしこ
6	水	健康体操 ふれあい卓球	22	金	主催薬膳料理 ふれあい卓球 寿卓球 空手愛好会
7	木	若返り体操 3B体操 空手	23	土	弥生会 書道成人 パンケーキ
8	金	ふれあい卓球 寿卓球 空手愛好会 蕎麦打ち教室	24	日	陶山会 OWLS
9	土	弥生会 書道成人 パンケーキ	25	月	スイーツスクール 書道岡田
10	日	陶山会	26	火	太極拳 絵手紙 囲碁 ばらの会
11	月	寿卓球 スweetsスクール 岡田書道	27	水	健康体操 ふれあい卓球 陶芸A
12	火	太極拳 絵手紙 囲碁 ばらの会	28	木	休館
13	水	主催つまみ細工教室 健康体操 ふれあい卓球 陶芸A	29	金	休館
14	木	主催体感トレーニング 3B体操 空手	30	土	休館
15	金	ふれあい卓球 寿卓球 空手愛好会 ひらめきアート	31	日	休館
16	土				

【令和6年度団体登録のお願い】

令和6年4月から令和7年3月までの1年間定期的にコミセンを利用する場合は、団体登録をお願いします。

この制度は、社会教育団体の育成等を目標としたもので、コミセンを定期的に利用される団体には毎年団体登録をお願いしています。登録に必要な申請書等の書類は糸崎コミセンにありますので、必要な団体はお申し出ください。

受付期間：令和6年1月5日（金）～1月31日（水）

心豊かに
生涯学習



中之町コミセンだより

第302号

第21回中之町コミセン文化祭 楽しく華やかに開催!



華やかなフラダンスがトップバッター



迫力満点のキックボクシング



中国語会話は「異文化交流」を紹介



満場の拍手をもらった子ども空手

11月5日(日)21回目を迎える中之町コミセン文化祭が開催され、舞台発表8団体、展示発表4団体、体験教室1団体が日ごろの学習成果を発表されました。

5年ぶりの開催ということもあり、「無理をしないでコンパクトに(^_^)」というコンセプトでしたが、それでも出演・出展された方は200名以上。展示は11月2日から先行発表していたこともあって、5日の本番を含めて延べ400名以上の方が応援・鑑賞に来場され、楽しく華やかに進行することができました。

半年以上に亘って準備されてきた講座の皆さん。運営に携わって頂いたコミセン運営委員会や利用団体の役員さん、本当にありがとうございました。



元気いっぱいの体幹体操・シニアエアロビクス



会場の皆さんも参加しての進行(^_^)



こちらのフラダンスは艶やか



舞台いっぱいを使って演技のフォークダンス



色使いも鮮やかな折り紙とクラフトテープ



細かい技法が冴えるハワイアンキルトとアップリケパッチワーク



市美展で多くの賞を受賞している陶芸作品



アロマの体験講座



市民体育大会 中之町はAクラス3位で健闘(^_^)

10月8日(日)第15回三原市民体育大会へ、中之町連合自治会からも大勢の町民が参加されました。4年ぶりの開催ということもあり全市のにも大きな盛り上がりを見た大会でした。各競技とも抜きつ抜かれつの熱戦が繰り広げられ、中之町はAクラス3位入賞という成績を収められました。終了後の反省会では、「来年こそは優勝じゃあ〜!!」と、意気軒昂な中之町チームでした(^_^)



回覧

宮浦コミセンだより



第31回宮浦コミセン祭り より

11月12日(日)に第31回宮浦コミセン祭りを開催しました。コロナ禍のため、4年ぶりの開催となりましたが、今回は規模を縮小してのコミセン祭りとなりました。コミセン祭りに出品・出演していただいた各団体の方々をはじめ、諸準備でお世話になった方々並びに地域の皆様に改めて感謝いたします。ありがとうございました。

展示の部では、陶芸同好会、絵手紙教室、生け花(閑淵流)、クラフト教室、郷土史会の作品展示がありました。どれも力作ぞろい、観る者に感銘を与えることができましたと思います。

また、2階ではフラダンス、ウクレレ同好会の発表があり、日常の練習の成果が十分に発揮され、印象深い発表となりました。その後、カラオケの発表があり、「カラオケもみじ会」、「カラオケフレンズ」、「なでしこ」、「ヤングボイス」、「カラオケつくし会」の5つの団体からの参加があり、それぞれ十八番の歌を披露し、会場は和やかな雰囲気になりました。

今回は午前中の開催でしたが、次年度は通常通りの開催ができることを願うばかりです。そして、地域の皆様に日常の練習成果を披露することをとおして、学習レベルのさらなる向上と、地域活性化の一助となれるよう、コミセンとしても努力していきたいと思ひます。



宮浦中学校 文化祭 が開催されました

10月28日(土)に、宮浦中学校で文化祭が開催され、各クラスによる「合唱コンクール」や、吹奏楽部、美術部等による発表・展示がありました。3年生にとって、一般公開での文化祭は最初で最後となりましたが、お世話になっている担任の先生に対する感謝の気持ちを歌声にし、会場の全ての人々に感動を与えることができました。この力強さが、「宮中伝説」として後輩に引き継がれていくことと思ひます。また、展示部門でも、右のイラストのような素晴らしい作品が多数見受けられました。



県立広島大学 浮城祭 が開催されました

10月28日(土)・29日(日)の2日間にわたって、第28回浮城祭が県立広島大学三原キャンパスで開催されました。コロナ禍のため、一般公開での開催は4年ぶりとなり、実行委員会メンバーにとっては、実質初めての取り組みとなりました。両日もとも天候に恵まれ、大学生気分を満喫できたことと思ひます。



令和5年度 単発講座

「頭と体をうごかして、歌って笑ってリフレッシュ!!」を開催しました

10月25日(水)に、今年度第3回目の単発講座として「頭と体を動かして、歌って笑ってリフレッシュ!!」を開催しました。歌唱そのものにもリラックス効果が期待できますが、この講座は、歌いながらある種の動作を同時に行ったりすることで、認知機能の衰えを防止し、健康寿命を延ばしていこうとするものです。当日は、講師による歌詞に込められた深い意味や、時代背景等の詳しい説明も同時になされ、参加者全員が和気あいあいとした雰囲気の中で指導を受けることができました。参加者からは、「講師の方は面白くて楽しい講座でした。」とか「このような講座を継続してほしい。」等の感想がありました。



暮らしの歳時記

★大雪(たいせつ)：二十四節気の一つ。山間部だけでなく、平野部でも雪が降り始めるという意味です。正月飾りに使う「南天」の実が赤く色づき始める時期でもあります。今年の大雪は、12月7日(木)です。



老若男女、笑顔と元気の集う場所★

沼田東 コミセンだより



「第27回コミセンまつり」通常どおり開催へ！

11月6日（月）に運営委員会を開催し、「第27回沼田東コミセンまつり」を通常通り開催することに決定しました。

多くの方のご参加をお待ちしております。

日時：令和6年2月18日（日） 9:30～14:30（予定）

○飲食関係もあります。 ○舞台発表、展示発表、バザーも開催します。

○一般客の来場も可能です。 ○コロナやインフルエンザ感染に気を付けて開催します。

○駐車場はできる限り天井川土手にお願いします。



コミセンまつり実行委員会開催します！

コミセンまつりの開催に伴い、「第27回コミセンまつり実行委員会」を次のように開催します。

日時 令和5年12月8日（金） 16:00～

場所 沼田東コミセン 集会室

内容 「第27回沼田東コミセンまつり」について

令和6年度団体登録について

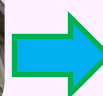
参加者 運営委員・各講座代表



外壁等改修工事、完了！

7月から始まった外壁等改修工事が11月末に完了しました。外壁は補修、塗装が施され、ツートンカラーの見違えるような外観になりました。

「新築のようになり、ますます講座に頑張りたいと思います」と受講者は真剣でした。



「楽しい絵てがみ」講座五中と交流！

「楽しい絵てがみ」のメンバーが第五中ボランティア部と絵てがみを通して11月8日（水）、13日（月）、15日（水）の3回に渡り交流しました。講座のメンバーが指導者となり、世界で一枚のオリジナル「絵てがみ」を丁寧に完成していきました。

生徒は「大切にしたいと思います」と真剣な表情でした。



太鼓で賑わいました！（体験講座開催）

10月25日（水）今年度2回目の単発講座「楽しく叩こう和太鼓」を開催しました。24名の受講者の中には初めて太鼓に接する人もあり、力を込めてたたくと自然に汗が流れます。

「太鼓の音が身体に響いて、その魅力に引き込まれました」と受講者は笑顔満開でした。



地域トピックス

第五中「絆祭」開催！

秋本番の10月28日（土）、第五中学校で「絆祭」が開催されました。

昨年から、「合唱」や「創作ダンス」、「音楽部の演奏」等、練習を積み重ねました。当日は、練習の成果を存分に発揮し、充実したものになりました。



幼稚園運動会開催！

来年度、休園が決まっている「沼田東幼稚園」で10月11日（水）運動会が開催されました。

年長組5名の少人数でしたが、グラウンドいっぱい日頃の練習の成果を発揮しました。「幼稚園が休園になるのは残念ですが、子どもの頑張りに心打たれました」と保護者は笑顔でした。





ふ で か げ

生涯学習の主役はあなた!

須波コミセンだより

みんなで創造
生きがいロマン

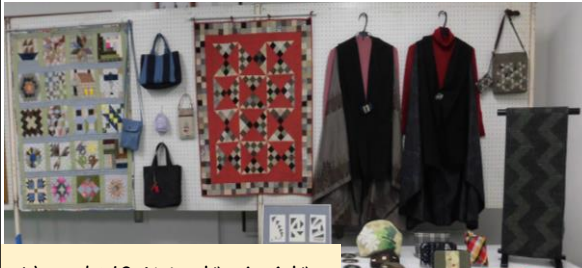
大盛況

第23回須波コミセン文化祭 開催! 文化の祭典

11月5日(日)、第23回須波コミセン文化祭を開催しました。コミセン活動の自粛期間が長く続き、待ちに待った文化祭。天気にも恵まれ、多くの人々で賑わいました。作品展示や舞台発表、バザー販売も大盛況。受講生の力作と11団体の生き生きとした発表が観客を魅了し、コミセンは、1日中活気にあふれていました。ご協力いただきました皆様の力強い支えに深く感謝し、厚くお礼申し上げます。

作品展示

舞台発表



ゆったりハンドメイド



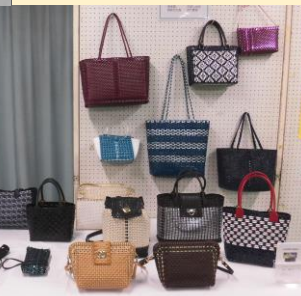
エコ教室



潮風太鼓



パソコン教室



ジュエリーバック講座



太極拳夜



ポルドブラ



習字・クラフトバンド



陶芸教室



しの笛典雅



水墨画



いきいき体操



コーラス



健康ダンス



太極拳朝



3B体操



フラダンス

“人こそ宝”
なかまと学習
まちを元気に

幸崎コミセンだより



第343号
令和5年12月1日

幸崎小学校2年生コミセン来訪

10月4日(水)、幸崎小学校の2年生14名がコミセンを訪れ、当日活動中の「幸崎絵手紙教室」で代表者の河知征子さんから『ヘタでいい、ヘタがいい』と絵手紙の描き方を学んだ後、絵手紙作りを体験しました。子供たちは初めてとは思えないほど素晴らしい作品を作りました。



10月23日(月)、幸崎小学校の2年生13名がコミセンを訪れ、当日活動中の「民舞」で代表者の藤森加代子さんから民謡舞踊の説明を受けた後、「民舞」の皆さんの指導で民謡舞踊を体験しました。子供たちは初めての舞踊体験でしたがとても楽しそうに踊っていました。



自主講座グループ「幸崎絵手紙教室」・「民舞」の皆様、ご協力ありがとうございました。

三原市民体育大会・幸崎地区優勝!

10月8日(日) 三原市内15地区がA・B・Cの3クラスに分かれ11種目で競い合う、第15回三原市民体育大会が、4年ぶりに、やまみ三原運動公園で開催されました。幸崎地区は最上位のAクラスで出場し、選手の皆さんは元気いっぱいに日頃の練習成果を発揮し、見事に優勝しました。

選手・関係者の皆さん、優勝おめでとございます!お疲れ様でした。



地域集団健康診査

10月11日(水)、幸崎コミセンにおいて、地域集団健診が実施され、地域の皆さんが健診を受けました。年に1回は健診を受けて、生活改善や早期治療につなげましょう。



★三原市健康診査のお問い合わせ★

三原市保健福祉課 電話 0848-67-6053



鷺浦コミュニティセンター便り

双鷺洲

発行
鷺浦コミュニティセンター
電話&FAX : 0848-87-5004
Eメール : sagiurac@mail.mcat.ne.jp
生涯学習相談員 益岡あゆみ



〈体験講座〉

セルフハンドケア講座

12月6日(水) 13:00~15:00

※申し込みは締め切りました。

場所: 鷺浦コミセン 図書室

持参物: タオル

肘まで出せる汚れてもいい服

参加料: 700円 (受講料200円含む)



〈体験講座〉
~ステンドグラス~ 『クリスマス・オーナメント』



12/20(水) ※2個選んで作ります。

時間: 9:00~11:30(午前の部)

13:30~16:00(午後の部)

場所: 鷺浦コミュニティセンター
1階 調理講習室

講師: 水田優子さん

『内田ステンドグラス』



持参物: エプロン 軍手 古タオル ハサミ

受講料: 1200円(材料費含む)

**定員
各部5名**

【お申込み・お問合せ】
鷺浦コミュニティセンターまで!
12月1日(金)~受付開始

子育てサークル さぎの和

さぎの和は島の皆さんと子ども達を繋ぐ交流の場でもあります。お茶を飲みながら、おしゃべりしながら和やかに子ども達と交流しませんか?是非お気軽にお立ち寄りください。



12月 5日(火)・13日(水)
22日(金)・25日(月)

時間: 9:00~12:00

場所: 鷺浦コミセン 和室

笑いのサークル ウフフ...

12月4日(月) 10:30~11:30

場所: 鷺浦コミセン 図書室

会費: 1回100円

(入場時に箱の中へ ※運営費に充当)



※このサークルは令和6年3月をもって終了致します。

スマホ・パソコン相談会

12月8日(金) 13:00~16:00 担当: 西原

12月25日(月) 9:45~12:00 担当: 徳永

場所: 鷺浦コミセン

※出入り自由です。お気軽にお越し下さい。



お楽しみ企画

みんなでわいわい

ミニ門松づくり~!!

12/26(火)

9:00~ ※10名限定
鷺浦コミセン駐車場にて



【お申込み】鷺浦コミセン 益岡まで!

文藝

・さし向い何時か二人で柿をむぐ
・川霧が海に流れて船かすむ

かわもと

・菊薫るやさしさ漂ふ今日の朝
・吊るし柿今なお読々田舎風情

ぶんか

・過ぎし日を彩なき風に顧みる
・裏紙の伝言鎮む熟柿かな

一草

・静かなり耕作放置みかん山
・晩秋の風に雑木色づけど

UH

・秋晴れのお大師巡り野辺の花
・喜寿の秋クラスの顔に元氣涌く

道

こんにちは！地域おこし協力隊の中村です。

11月の活動報告を致します。

最初に農業ですが、苦戦していました人参とサラダセットの出荷が始まりました。雨が少なかったのですが、何とか出荷ができてホッとしています。また、須ノ上 JA 前のハウスの解体も始めました。4棟解体してトラクターを入れるようにして管理したいと思います。

次に11月11日土曜日に行いました集まれ若者企画のイベントです。島の若者から「野外上映会をやりたい！」という声を汲み取り、実現に向けて進めていきました。



今回は島内の若者と島外の若者の交流がメインでしたので、あまり告知しませんでした。とても良いイベントになりました。また、島の若者もしっかり島の未来のことを考えていることや、イベントを楽しんでいる姿を見て、島の若者も捨てたもんじゃないなと思いました。もっと島の若者の意見を汲み取ることもまた重要だなと感じました。この若者企画イベントは継続的に行えるようになれば良いなと思います。

そして11月27日、佐木島の保育施設復活に伴う署名を岡田市長に提出してきました。今までうやむやになっていた保育施設復活のための具体的なものを要望しましたので、回答をいただきましたら共有したいと思います。佐木島人口約580人に対して署名543筆集まりました。ご協力ありがとうございました。引き続き、実現に向けて頑張りたいと思います。

三原市地域おこし協力隊 中村 淳



11月は初めて海月の棲み処内でイベントを開催しました。島の同年代の方々を筆頭に、島の協力者、島外の協力隊仲間、また、島外の若年層の活動団体を協力者兼、参加者として、今回はだれもが無理のない体制で自然と繋がりを生み出すことを目的とし、焚き火を囲いながら、野外上映会と、簡単な飲食を各それぞれご用意いただきました。私としましては、この海月の棲み処が以前よりこうであれば良いな、と思っていた空気感(だれもが自然と集まり、気取らずゆったり繋がる)がここで生み出された気がして、すごく良かったなど、ようやく形が見えてきたなど、実感しております。

また改めて、完成後、体制が整い次第、ささやかなイベントを開催したいと思います。

そんな改修状況ですが、現在着工中の工房の薪窯づくりにそろそろ終わりが見えてきました。あとは仕上げと、機材搬入にインフラ工事と、許可取り... ちょっと12月オーバーしてしまいそうですが、追い込み頑張ります！



三原市地域おこし協力隊 中園 唯花



いろいろクラフト

令和5年11月の作品【市松模様かご】



【秋の天然塩つくりの会】

秋麗の日和に恵まれた、11月4日に旧須ノ上小学校前の海浜で天然塩つくりの会を催行しました。

朝汲み揚げた海水を特注の精製器に注いで、柑橘の間伐材を窯に焚べる工程で生産しました。今回も島外からの移住者や親子連れの参加をいただき塩づくり体験をと自然環境を楽しんでいただきました。

今後も地域資源の活用と島内外の交流に主眼において継続してまいりますので、ご理解ご協力お願いいたします。

佐木島 八重潮の会

※天然塩は島内各所の取扱店にごございますのでご賞味ください。
島時間「鷺邸」/にゃんにゃんファーム/さぎしまキッチン

