



大和文化センターだより

令和6年 11月1日発行

三原市大和文化センター

三原市大和町下徳良111

TEL 0847-33-1115 (FAX兼用)

回 覧

11月



こちらのQRコードで三原
市内の生涯学習たよりが
ご覧いただけます



「写経」をしてみよう！

先月9月25日(水)に「写経」をしてみ
ましょう！の体験講座を行いました。
どんな中身だったか少しお知らせします。

講師に小寺 洋泉(オデラ ヨウセン) 請
福寺(曹洞宗)住職をお招きして行いまし
た。

最初に、心を落ち着かせるために、5分
間のいす座禅を行いました。

先生より座禅の所作の説明を受けて行
う(手の所作、呼吸「腹式呼吸」目の位
置「半眼、1m前を見る」雑念(とらわ
れず流す)その後、「般若心経」「写経観
念文」のお経を全員で読経しました。

その後、写経用紙に小筆や筆ペンなど
で各自で写経を始めました。

(参加者の感想)

- 心が落ち着いた。初めての経験で新鮮
でした。
- また、開催してほしい。
- 写経をするのにけっこう時間がかかっ
た。(書ききれなかった人もいた。残りを
家で書いて後日講師の先生に届ける。) 願
い事を書いた写経は、小寺住職にお寺で
納経していただきます。



講師の小寺住職



「おいしいコーヒーのいれかた講座」のお知らせ

日時 令和6年11月19日(火)

場所 大和文化センター

*まだまだ申し込みができます。たくさんの方の
ご参加をお待ちしています。

裏面に続く

大和図書館からのお知らせ

○ 11月の休館日

毎週火曜日 5日、12日、19日、26日

祝 日 3日(日)、23日(土)

○絵本とおはなしの時間

日時 9日(土)、16日(土)、30日(土)

10:30~11:00

○11月の展示

「ポップバトル～あなたの一票を！～」結果発表

(11月14日～30日)

大和中学校の生徒が作成したポップバトルの結果発表
です。得票数5位までの作品を展示します。

「イロイロな本」展(11月10日～30日)

11月16日の、いい(11)いろ(16)の日になんで、
色彩の本やタイトルに色の名前がついた本を展示します。



11月号 神田公民館だより

三原市大和町下徳良 106-1
TEL 0847-33-1725
FAX 0847-33-0316

日 時 11月17日(日) 9:30~15:00
会 場 神田公民館

第2回 神田ふれあいまつり

◇集会室 9:30~12:00 自主活動グループの舞台発表会

出演団体(出演順)

- ①ルピナス ②カプア ロケ ピーチ ③銭太鼓ポップコーン
④心音オカリナ教室 ⑤カウイ・モキハナ・アヒアヒ
⑥うたごえサロン マーガレット ⑦カプア・ロケ・プアマヒナ
⑧神田ひょっとこクラブ・あじさいクラブ合同 ⑨Dance Blood

13:00~15:00 神楽
萩原神楽保存会

◇駐車場広場 各種イベントを予定しています。

◀写真は昨年度の様子です▶



皆様のご来場を心よりお待ちしております。

主催: 神田地域自治振興協議会・神田公民館運営委員会



← こちらの QR コードから三原市内の各施設の
生涯学習たよりがご覧いただけます。

裏面につづく



利用(行事)予定



日	曜	利用団体		日	曜	利用団体	
1	金	楽しくパソコン		16	土		
2	土	描いてみよう	銭太鼓ポップコーン	17	日	神田ふれあいまつり	
		書の教室	Dance Blood	18	月	カプア・ロケ・プアマヒナ	ルピナス
3	日					頭の体操	
4	月	カプア・ロケ・ピーチ	ルピナス			カプア・ロケ・ブロッサム	
		おりづる会	頭の体操	19	火	市民大学パソコン	ご近所の集い
		カプア・ロケ・プアマヒナ	カプア・ロケ・ブロッサム	20	水	和会	
5	火	市民大学パソコン		21	木	いきいき100歳体操	大和なでしこ
6	水	つくし会				心音オカリナ教室	
7	木	いきいき100歳体操	大和なでしこ	22	金		
8	金	フラワーリース教室		23	土	しまちゃんの台所	Dance Blood
9	土	インテグラルヨーガ日本	Dance Blood			インテグラルヨーガ日本	銭太鼓ポップコーン
		書の教室	銭太鼓ポップコーン			書の教室	
		わくわくデコパージュ		24	日		
10	日			25	月	カプア・ロケ・ピーチ	神田手芸教室
11	月	カプア・ロケ・ピーチ	頭の体操			カプア・ロケ・プアマヒナ	
		カプア・ロケ・プアマヒナ		26	火	つくし会	まゆみ会
12	火	まゆみ会		27	水	Nanikai広島タヒチ	カウイ・モキハナ 大和
13	水	着物のいろは				着物のいろは	
		神田ひよっとクラブ		28	木	神田パッチワーク	うたごえサロンマーガレット
14	木	神田パッチワーク	うたごえサロンマーガレット			いきいき100歳体操	
		いきいき100歳体操	カウイ・モキハナ アヒアヒ	29	金	Nanikai広島タヒチ	
15	金	楽しくパソコン	カウイ・モキハナ 大和	30	土	パン&ケーキ	

学習相談、施設利用のお問い合わせは、神田公民館までお気軽にご連絡ください。
 TEL: 0847-33-1725 FAX: 0847-33-0316 生涯学習相談員 山内、金川

大草公民館だより



11月号
令和6年11月1日

11月・12月 行事予定

- 11月 8日(金) 小豆糰で柏餅 (糰 友の会)
11月 9日(土) 鍋帽子で『炊き込みご飯とオレンジカスタード』 (そうじゃ草楽)
11月 21日(木) 切り干し大根で春巻きとゴマポン酢漬け (お試しクラブ)
11月 24日(日) 大草公民館生涯学習発表会
12月 2日(月)・16日(月) コロンとかわいい簡単ポーチづくり
(大草パッチワーク教室)
12月 5日(木) 体験講座『己書』を楽しむ
12月 7日(土) しめ縄づくり (運営委員会)
12月 8日(日) 大草ふれあい駅伝 (自治振興会)



糰 友の会 毎月第2金曜日

小豆糰で柏餅



日時 11月8日(金) 10:00～
場所 大草公民館 調理実習室
参加費 実費(約500円)

※ 砂糖なしの発酵あんこで柏餅を作ります。

なんでもお試しクラブ

毎月第3木曜日

切り干し大根で 春巻きとゴマポン酢漬け

日時 11月21日(木) 9:00～
場所 大草公民館 調理実習室
参加費 実費

大草パッチワーク教室

毎月第1・3月曜日

コロンとかわいい 簡単ポーチづくり

日時 12月2日(月)・12月16日(月) 9:00～
場所 大草公民館 実習室

※ 参加ご希望の方は、材料等ご相談ください。



—裏面に続く—

QRコードで三原市内各施設の
生涯学習たよりがご覧いただけ
ます。



そうじゃ 草楽 毎月第2土曜日

鍋帽子で 炊き込みご飯とオレンジカスタード

日時 11月9日(土) 9:00～
場所 大草公民館 調理実習室
参加費 100円

鍋帽子を使うとガスの調理時間が
炊き込みご飯 約10分
オレンジカスタード 7分

10月『大和エコライフを広める会』で作った
料理が美味しかったので復習します！

～ 大和エコライフを広める会 ～

令和5年度は、鍋帽子の活用の推奨、生ごみ
コンポストづくり、メンマ作り、グリーンカー
テン、米袋でエコバック作り etc. 活動

三原市 10 名山の一つ 「**竜王山早朝登山**」 10/14



天候に恵まれ、山に少し雲がかかった
幻想的な日の出でした



登山道整備(10/6)、しめ縄の交換、
早朝からの豚汁づくり等、たくさんの
方の協力を得て実施できました。
ありがとうございました。



— 年に一度の大草公民館の発表と交流の場 —

令和6年度 **大草公民館生涯学習発表会**

日時 11月24日(日) 9:00~15:30
昼食時にカレーライスがふるまわれます。

ぜひ参加して
楽しんでね。

白竜湖フォトクラブ 毎月第2土曜日

11月・12月 フォトスポット

11月 秋の紅葉

12月 空港大橋(棲真寺)

※ 写真を楽しむコツ、お伝えします。

一緒に
お出かけ
しましょ♡



お申込み・お問い合わせ 大草公民館 TEL 0847-34-0032 内山・梶原

11月号

和木公民館だより

令和6年11月1日
三原市大和町 和木
1531-6
FAX/TEL
(0847-34-0804)

回 覧



たよりHP 

体験講座 募集中！！

～正しいフォームで楽しく歩こう！～

令和6年11月13日(水)13時30分～15時

【※雨天の場合は11月20日(水)13時30分～15時】

- ◆集合場所:和木公民館 会議室
 - ◆講 師:榎田 沙希さん
 - ◆受講料:200円
 - ◆定 員:10名
 - ◆持参物:汗拭きタオル・飲み物
 - ◆申込期限:11月8日(金)
 - ◆申込先:和木公民館 電話 0847-34-0804
- 【運動のできる服装でお越しください。】

★ウォーキングコース
公民館→白竜湖ドーム付近
→はなみずき公園→公民館



～お正月用かざりボードスタンド～

令和6年12月14日(土)10時～12時

- ◆場 所:和木公民館 会議室
- ◆講 師:泉 充代さん
- ◆参加費:1,200円
- ◆定 員:10名
- ◆持参物:はさみ
- ◆申込期限:12月 3日(火)
- ◆申込先:和木公民館 電話 0847-34-0804



★図書入替えのお知らせ★

和木公民館では、図書の入替えがありました。
一般・児童の図書が100冊入れ替わりましたので、どうぞご利用ください。



裏面に続く



和木区民まつい開催のお知らせ



★ 日時 11月10日(日) 9時～13時

★ 会場 旧和木小学校 体育館

(駐車場:旧和木小学校グラウンド)(入口:グラウンド南側からお入りください。)



演芸発表

作品展示

バザー

お茶席

お楽しみ抽選会



～展示会場 体育館～

- ◆ 大和小学校 児童作品
- ◆ パッチワーク
- ◆ 手芸教室
- ◆ 写真同好会
- ◆ 俳句(夕風会)
- ◆ 東側いきいきサロン
- ◆ 個人の作品
- ◆ みどりの町作品



～バザー～

- ◆ 和み会
- ◆ 青年会
- ◆ ヘルスメイト試食
- ◆ さつま芋販売
- ◆ カフェきらきら(手芸品)手作り



お茶席 体育館

☆ 主催 和木自治振興会

☆ 協賛 地元商店・和み会・和木青年会
卵の花ボランティア・和木公民館



【自主講座】俳句夕風大和支部 第2土曜日13時30分～16時30分
11月号だよりより、俳句夕風大和支部(自主講座)さんの作品を紹介します。
今後も四季豊かな作品を皆さんに届けたいと思いますので、楽しみにご鑑賞ください。



軽やかな鉄のリズム秋の空

あや

稲刈は多勢で刈りし昔かな

ふさこ

渡らむか橋のたもとの彼岸花

弘子

凸と凹合わせて一人南瓜切る

恵美子

この空を連れて行きたし落し水

文

名月や瀬戸内の磯ひたいたと

みお



生涯学習相談員 福庭・松田



榎梨公民館だより 11月号

回覧

おいしい糠床を作ろう 10月15日(火)

糠づけは、ビタミンB群が豊富で糖尿・肥満・骨粗しょう症などの予防になると同時に、日本人の腸にとっても適合していて、健康維持に役立っています。この独特の食文化をつないでいくことは、使命のような気がしました。きゅうり・ナス等の野菜だけかと思っていましたが、肉や果物もできます。味と風味が濃くなるようです。

My 糠床をお持ちの方は、ぜひお試してみてください。



大根・ナス・オクラ・プチトマト
リンゴ・コリンキー・手羽先等を
2時間くらい漬けるだけで美味し
くヘルシーにできあがりました。
それぞれに MY 糠床を持ち帰り
さあ～何を漬けてみましょうか♪

地域活性事業 南フランスの家庭料理



一足早いクリスマス料理



ちょっと早いけど クリスマスまでに練習してみようかな..

日時: 11月13 日(水)9:30~12:00

場所: 榎梨公民館 調理室

講師: シャジムドミンゲス

受講料: 1,500円

持参物: エフロン・三角巾



写真は、ブッシュド
ノエルですが、当日
何を作るか・・・
お楽しみです。

裏面へ続く

だいわ元気まつり

10月20日 今年も大和支所周辺において盛大に開催されました。

神楽・民謡の伝統芸能や大和小6年生による和太鼓・フラダンス等のステージ発表。

屋台村では、ご当地大和まるごと鍋も振舞われ賑わっていました。神田公民館内には、各公民館から集まった作品が、所せましと並べられ、お互いの一年間の成果を発表することができました。



子ども神楽を観るご来場の方々



たのしいクラフト
ハッピークラフト
のんびりクラフト



だより
HP

お問い合わせ・お申込みは、樫梨公民館

☎ 0847-34-0252へお願いいたします。

生涯学習相談員
東山・森本