



大和文化センターたより

回 覧

令和7年12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)



こちらの二次元コードからも三原市内の生涯学習たよりがご覧いただけます

「姿勢を良くして 健康増進 若返り！」講座 開催。

カイロプラクター 安田 誠也先生から姿勢を良くするポイントを教わり、骨格模型やパネルを見ながら、ここが悪くなるとどんな病気や痛みが出るかについて説明がありました。また、姿勢を良くする体操をみんなで体験し、健康増進・若返りの一助になりました。安田先生、ありがとうございました。

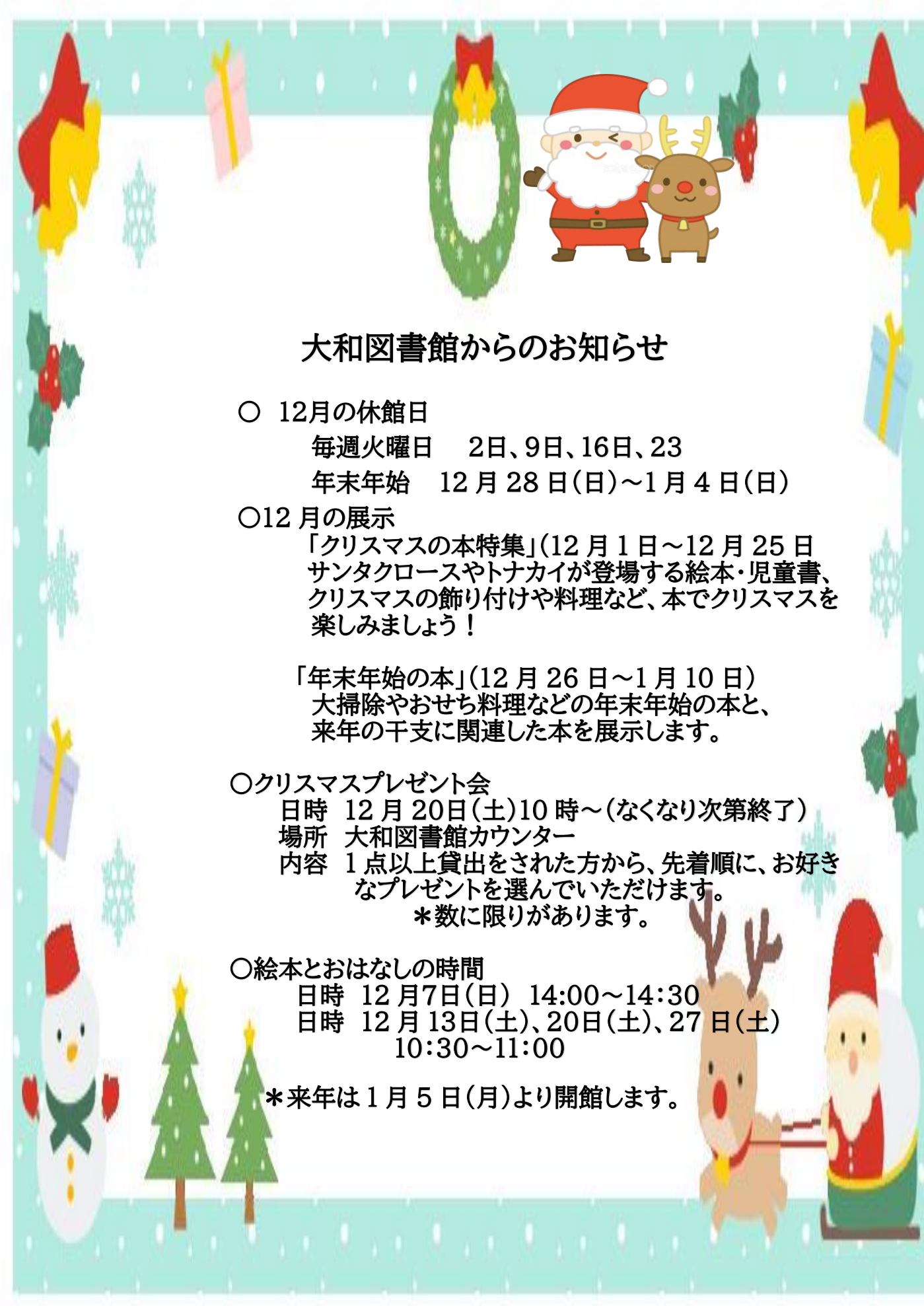


背骨の仕組みと役割の分かりやすい説明と、ゆがみや圧迫をされるとヘルニアや腰痛につながる等、様々な症状にあられますとの説明を聞いて、参加者は自分の身体におきかえて、「うんうん」と大きくうなずいて理解されていました



チューブを身体に巻いて、姿勢を矯正する体操をしました。壁に身体をつけて、体操前と後の状態を安田先生に一人ずつ確認してもらったと、体操後は姿勢の改善が見られ、参加者の皆さんもその効果に驚かれていました





大和図書館からのお知らせ

○ 12月の休館日

毎週火曜日 2日、9日、16日、23

年末年始 12月28日(日)～1月4日(日)

○12月の展示

「クリスマスの本特集」(12月1日～12月25日)
サンタクロースやトナカイが登場する絵本・児童書、
クリスマスの飾り付けや料理など、本でクリスマスを
楽しみましょう！

「年末年始の本」(12月26日～1月10日)
大掃除やおせち料理などの年末年始の本と、
来年の干支に関連した本を展示します。

○クリスマスプレゼント会

日時 12月20日(土)10時～(なくなり次第終了)

場所 大和図書館カウンター

内容 1点以上貸出をされた方から、先着順に、お好きなプレゼントを選んでいただけます。

＊数に限りがあります。

○絵本とおはなしの時間

日時 12月7日(日) 14:00～14:30

日時 12月13日(土)、20日(土)、27日(土)
10:30～11:00

＊来年は1月5日(月)より開館します。



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

第3回神田ふれあいまつり

令和7年11月16日(日)

地域の皆さまのご理解とご協力で、今年も神田ふれあいまつりを開催できました。ありがとうございました。

生涯学習舞台発表会



元気が爆発!!



シャン! シャン!



やさしい音色



神
楽



力強く! 勇壮に! 愉快地!



駐車場でのイベント



サンマ美味しいよ!

裏面につづく

10月16日(日) だいわ元気まつり 展示会場 (神田公民館)の様子

皆さんの力作がたくさん展示されました。全部掲載できないのが残念です。



神田地域 一人暮らしふれあい交流会 11月5日(水)

主催 神田つくし会・民生児童委員第11民生区
三原市社協大和地域支援センター



開会あいさつの後、健康体操で体を動かしました。
昼食会では、参加者の皆さんと民生委員・ボランティアの皆さんとの楽しい会話が弾みました。
舞台では、歌とお話のトークショーがあり、元気な笑い声に包まれ、笑顔いっぱいの楽しい時間を過ごしました。この出会いを機に、さらに交流が深まることでしょう。「楽しかった、元気をもらった」との声がありました。

年末年始の休館日 12月28日(日)から1月4日(日)まで休館となります。
今年も公民館事業にご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございました。
来年もどうぞよろしくお願いいたします。

良いお年を
お迎え下さい。



たより
HP

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 中本、金川

大草公民館だより

回 覧

12月号
令和7年12月1日

12月・1月 行事予定

- 12月 6日(土) みんなで作る『飾りしめ縄』 (運営委員会)
12月 10日(水) 『クサギの実とがく』で染める
(染めを楽しむ草木の会)
12月 12日(金) 焼き肉のタレ・柚子ポン酢作り (糺友の会)
12月 13日(土) クリスマスリース作り (そうじゃ草楽)
12月 14日(日) 大草ふれあい駅伝大会 (自治振興会)
12月 18日(木) ミニクリスマス会 (なんでもお試しクラブ)
12月 20日(土) 大草神楽子ども研究クラブ
・豊田流神楽団合同収剣祭
12月 25日(木) 公民館大掃除
1月 14日(水) 体験講座『ひも1本で健康づくり』

休館のお知らせ

12月28日(日)
～1月4日(日)
年末年始の為休館
です。

二次元コードで三
原市内各施設の生
涯学習たよりがご
覧いただけます。



染めを楽しむ草木の会

毎月第2水曜日

「クサギの実とがく」で染める

日 時 12月10日(水) 9:30～
場 所 調理実習室
参加費 100円
(会員以外の方)
持参物 染める物



そうじゃ草楽

毎月第2土曜日

クリスマスリース作り

日 時 12月13日(土) 9:30～
場 所 調理実習室
参加費 200円
(会員以外の方は 300円)
持参物 花ばさみ・ハサミ
ボンド(あれば)・リースの飾り(ヒイ
ラギ、松ぼっくり、木の実等)
※ 木の実の情報、お願いします。

糺 友の会

毎月第2金曜日

焼き肉のタレ・柚子ポン酢作り

日 時 12月12日(金) **9:00～**
場 所 調理実習室
参加費 実費
持参物 エプロン・マスク・三角巾
焼き肉のタレを入れる900ccの瓶
ポン酢を入れる一升瓶

調理に時間がかかるため、**定例より早
く開始**します。

なんでもお試しクラブ

毎月第3木曜日

ミニクリスマス会

日 時 12月18日(木) 11:00～
場 所 調理実習室
参加費 実費
持参物 交換用プレゼント
申込期限 12月11日(木)



—裏面に続く—

手作りしめ縄でお正月を迎えましょう!!

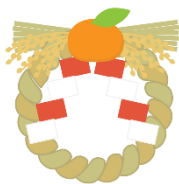
みんなで作る「飾いしめ縄」

日 時 12月6日(土) 9:30～

場 所 集会室

参加費 200円

持参物 ハサミ



※藁がついても良い服装で
ご参加ください。

～たくさんの声援、お願いします～

大草ふれあい駅伝大会



実施日 12月14日(日)

競技開始 10:00～

コース 大草公民館周回コース

※ うどん&ぜんざいが振舞われます。

大草神楽子ども研究クラブ・豊田流神楽団 合同収剣祭

12月20日(土)
大草公民館集会室



12:00 祭典 12:30 御神祇 続いて演目「八重垣」「鬼神お松」

宮中で行われていた宮神楽に近い形を伝えているとされる『備後神楽』その継承を目的として活動しています。

団員募集中です!! 小さい子供さんも、ぜひ見に来てください。

体験講座

『ひも1本で健康づくり』

日 時 1月14日(水)

場 所 大草公民館 実習室

講 師 大元 節子さん

参加費 200円

持参物 ひも(巾着に使われている直径0.6～0.8 cm位の適度な伸縮性のある丸ひも 1.5～2m)(お持ちであれば)

だいわ元気祭り (10/19)



公民館ご利用の皆様へお願い

大草公民館の大掃除、消防訓練を実施します。年末でお忙しいことと思いますが、ご協力お願いします。

日 時 12月25日(木) 9:00～

お申込み・お問い合わせ

大草公民館

TEL0847-34-0032

内山・梶原



12月号

和木公民館だより

令和7年 12月1日
三原市大和町和木
1531-6
FAX/TEL
(0847-34-0804)

回 覧



たよりHP



～古紙回収ボックス設置についてお知らせ～

和木公民館駐車場横に、古紙回収ボックスが設置されました。

(365日・24時間利用できます)

回収品目は、段ボール・新聞紙・雑誌雑がみです。

倉庫の中に、品目ごとの写真がありますので、参考にしてください。



～だいわ元気まつり～

10月19日(日) だいわ元気まつりが盛大に開催されました。

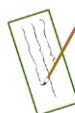
和木公民館では、【パッチワーク】【手芸】【俳句】【おしゃれなクリスマスリース】が、展示されました。



【自主講座】

夕風 大和支部さんの

俳句を紹介します。



月美酒夜光の杯になみなみと

弘子

鷹渡る雲のうすきを裂きながら

みお

秋の蝶空の真中へ消え行けり

あや

半分は聞いたふりする萩の揺れ

恵美子

地酒酌む魚づくしの秋の膳

文

秋風やいやいやする葉うなづく葉

いづみ

裏面に続く



令和7年度 和木区民まつりを盛大に開催！ 11/9



このたび多くの皆様にご来場いただきありがとうございました。
和木区民まつりが、盛大に開催できましたことを『公民館だより』を通じて厚くお礼申し上げます。出演者の皆様・出展いただきました皆様・協賛いただきました皆様並びにスタッフの皆様、ご協力いただきありがとうございました。

年末大掃除のお知らせ



年末のご多用な時期とは存じますが12月24日(水)午前9時から11時まで公民館の大掃除を行いたいと思います。

和木公民館を利用しておられる団体及び地区の皆様には、ご協力をお願いします。

年末年始休館日のお知らせ

令和7年12月28日(日)から令和8年1月4日(日)まで、年末年始により和木公民館を休館致します。

生涯学習相談員 福庭・松田





榎梨公民館だより 12月号

回覧

体験講座&地域活性事業



チャットGPTってなに・・・？

Chat GPTを知ってみよう♪

日時：12月10日（水）と12月17日（水）

13時30分～15：00

場所：榎梨公民館 会議室

講師：篠崎初光さん

受講料：500円



持参物：自身のスマホ（事前にアカウント確認）・筆記用具



体験講座 大人のわくわくランチ



11月18日（火）季節の野菜を使った大人のわくわくランチ教室を開催しました。

メニュー：焼き鯖寿司・大根と小松菜のシャキシャキ酢の物
重ねきんぴらごぼう・水菜とあげの味噌・かぼちゃもち
いずれも体に優しい味と食感でどれも美味しくいただきました。一人1本ずつの鯖寿司を持ち帰り、今夜の食卓にはどの家庭にも鯖寿司が並ぶことになりそうです。



火加減に注意しながら 鯖を焼き、寿司飯・大葉・ショウガをはさんでラップします。



裏面へ続く



南フランスの家庭料理

11月12日（水）今回の料理は、カボチャのキッシュとマールケーキ（Quiche et gateau marbre）です。キッシュは、生地から作ります。カボチャの甘みと生地の塩味のバランスが絶妙でした。マールケーキは、フワフワで軽く美味しくいただきました。

次回は、12月10日クリスマスメニューです。



お知らせ

10月28日10時～14時

椋梨上高路集会所でドローンによる孤立集落対策訓練が行われました。

風水害により道路が寸断され、孤立集落地域が発生したと想定。

午前、ドローンによる器材の搬入・午後、救援物資を運んで自衛隊が受領し終了しました。



公民館駐車場、消防屯所裏ゴミステーション横に古紙回収ボックスが設置されました。

回収品目は、段ボール・新聞・チラシ・雑紙です。

問い合わせ先は、環境施設課
0848-62-4197へ
お願いいたします。



年末年始の休館日

12月28日（日）～1月4（日）まで休館となります。

今年も大変お世話になりました。

令和8年も引き続きよろしくお願いいたします。

明年 皆さまにとりまして、佳き年となりますように・・・



だより
HP

お問い合わせ・お申込みは、椋梨公民館

☎ 0847-34-0252へ

お願いいたします。



生涯学習相談員
東山・森本