大和文化センターたより

回　覧

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らんいただけます

令和８年１０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）

雅良会　上演に向けて最後の追い込み

10月17日（土）、18日（日）に、三原市芸術文化センター　ポポロにて上演される「雅楽　小早川隆景」の練習をされています。小学生の皆さんも朝から夕方まで一生懸命に頑張っていました。

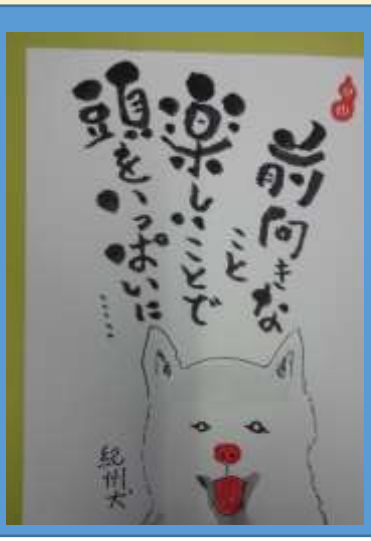
【１０月臨時休館のお知らせ】

下記の日時を、臨時休館とさせていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。

臨時休館日：１０月２５日（日）
９時から１７時まで

場所：大和支所、大和文化センター、図書館

理由：受変電設備改修工事のため



「己書」の作品より（ワンちゃん版）

裏面に続く

体験講座「姿勢正しく　柔軟体操で健康増進!!」で身も心もスッキリ

９月９日（水）宮本千恵先生のご指導で、いすに座って「座り姿勢」を正しくして、腹式呼吸で整えたら、首・肩・腕・腰・脚などを徐々にほぐし温めて、体全体がリラックスしました。終わったころには姿勢・体幹が改善し、気持ちよい汗がかけました。今回実践した運動を少しでも家庭で取り入れ、継続されると更によくなると思います。

大和図書館からのお知らせ

〇10月の休館日

6日、12日、13日、20日、※25日、27日

（※25日は、大和支所・大和文化センター工事のため、臨時休館となります。ご理解、ご協力お願いいたします。）

〇絵本とおはなしの時間

日時　10月4日（日）　14:00～14:30

日時　10日（土）、17日（土）、24日（土）、31日（土）　10:30～11:00

〇10月の展示

「ふたりっていいね」

日時　10月1日（木）～10月11日（日）

いろいろな“ふたり”がでてくる絵本を集めてみました。

「読書週間」展

日時　10月14日（水）～11月9日（月）

今年の標語「静かだけど、冒険中。」にちなんで、ワクワクするような本を展示します。

〇イベント

本のリサイクル市

日時　　10月18日（日）　10時～17時

場所　　大和文化センター　ホワイエ

内容　　保存期限を過ぎた雑誌や受け入れをしなかった寄贈本などを、無料で持ち帰ることができます。

※1人10冊まで、なくなり次第終了

持参物　本を入れる袋

ポップバトル　～あなたの1票を！～

日時　　10月14日（水）～11月20日（金）

場所　　大和図書館

内容　　大和中学校の生徒が作成したおすすめ本の紹介ポップ18作品を展示します。

一番読みたいと思ったポップに投票してください。

お問い合わせ・ご相談は大和文化センター　TEL/FAX　0847-33-1115　富田・橋本まで

令和８年10月１日　発行

回覧

10月号　神田公民館だより

やってるよ　「いきいき百歳体操」

「いきいき百歳体操」は高知市で始まった筋力体操です。椅子に座って、DVD を見ながら約３０分かけて行います。体操を行うことで筋力がつき、日常生活の動作が楽になります。

【神田公民館】　いきいき百歳体操　毎週火曜日　10：00

９月１日　百歳体操の後、三原市高齢者福祉課の保健師による体力測定と健康指導を受けました。

✽神田地域の「いきいき百歳体操」のグループを訪ねてみました。✽

上徳良いきいき百歳体操
毎週水曜日　10：00

『あと２回よがんばろうね。』

大きな掛け声が響きます。

百歳体操するようになって畑仕事に精がでるようになったのう。

篠サクラクラブ
毎週水曜日　13：00

みんなとやれば頑張れる。腕がピーンと上がります。

みんなでおしゃべりするのは楽しいのう。

溝を飛び越えられるようになったんよ。

萩原百歳体操の会
毎週月曜日　13：30

だいわ元気まつり　10 月 18 日(日)

神田公民館は「作品展示会場」となります。展示発表される団体は以下(予定)のとおりです。

楽しい写真教室	池坊　花を暮らしに	大草パッチワーク教室
わくわくデコパージュ	ちくちくソーイング	染めを楽しむ草木の会
神田手芸教室	楽しいクラフト	パッチワークすてきな時間
神田パッチワーク	ハッピィさくらんぼ	和木手芸教室
初心者の編み物教室	のんびりクラフト	生活を楽しむ講座
楽しくパソコン	『己書』を楽しむ	俳句夕凪　大和支部
描いてみよう	絵画クラブ	池坊生花
書の教室	さくらの会	日本習字　大和教室
三原久井ライオンズクラブ		

是非ご覧ください。
展示は１５：００までです。

← こちらの二次元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

体験講座　8月29日

三種の和菓子作り

・あずき豆腐
・栗まんじゅう
・松風

本格的なレシピで和菓子職人になった気分です。
皆でわいわい楽しく調理。　とろとろのあずき豆腐。
ほくほくの栗まんじゅう。　ふわふわの松風。
三種の和菓子の出来上がり。

出前講座　9月9日

みんなで モルック

ルールを習います

スキットル
右が偶数、左が奇数になるように並べます。

何本、倒れたかな？

12番を狙ってほいっ！モルックを投げます。

それ！

勝った！

三原市スポーツ推進委員２名による指導を受けました。にぎやかな声が響き渡り、楽しい時間を過ごしました。

祭

第4回　神田ふれあいまつり　11月15日(日)

予告　NO２

たくさんの皆さんのお越しをお待ちしています。詳しくは公民館たより１１月号等でお知らせします。

◎　集会室において
　午前　生涯学習発表会（舞台発表）
　午後　萩原神楽保存会による神楽

◎　駐車場において
　神田地域の皆さんによる催し物

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　迫田・金川

大草公民館だより

回覧

10月号
令和8年10月1日

10月・11月　行事予定

10月　4日(日)　竜王山登山道草刈り・整備　(大草自治振興会)
10月　9日(金)　肉まん作り、他　(糀　友の会)
10月10日(土)　棗(ナツメ)・渋柿の活用　(そうじゃ草楽)
10月11日(日)　三原市市民体育大会
10月12日(月・祝)　竜王山早朝登山　(大草自治振興会)
10月14日(水)　茜染、セイタカアワダチソウで染める　(染めを楽しむ草木の会)
10月15日(木)　鶏肉とアスパラのガーリック炊き込みご飯、他　(お試しクラブ)
10月18日(日)　だいわ元気まつり　(大和町自治振興連合会)
11月11日(水)　体験講座ひっぱるだけで体が整う『耳つぼのヒミツ』
11月15日(日)　だいわレンコン収穫体験　(おおぐさ夢プラン)
11月19日(木)　体験講座『スマホすっきり整理術』
11月29日(日)　大草公民館生涯学習発表会

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。

糀　友の会

毎月第2金曜日

肉まん作り、他

日　時　10月9日(金)　9:30～
場　所　大草公民館　調理実習室
参加費　500円
持参物　エプロン、マスク、三角巾

そうじゃ草楽

毎月第2土曜日

棗(ナツメ)・渋柿の活用

日　時　10月10日(土)　9:00～
場　所　大草公民館　調理実習室
参加費　100円(会員以外)
持参物　持って帰る容器

染めを楽しむ草木の会

毎月第2水曜日

茜染、セイタカアワダチソウで染める

日　時　10月14日(水)　9:30～
場　所　大草公民館　調理実習室
参加費　100円(会員以外)
持参物　ｾｲﾀｶｱﾜﾀﾞﾁｿｳ
　　ハンカチ等染める物

なんでもお試しクラブ

毎月第3木曜日

鶏肉とアスパラのガーリック炊き込みご飯、他

日　時　10月15日(木)　9:00～
場　所　大草公民館　調理実習室
参加費　実費
持参物　エプロン、マスク、三角巾

―裏面に続く―

参加者募集！

三原市10名山　**竜王山早朝登山**

実 施 日　10月12日(月・祝)
集合時刻　5:10　/　出発時刻　5:20
集合場所　大草公民館　駐車場

※　山頂で、パン＆ジュースを配布。
　　帰館後、豚汁が
　　振舞われます。

事前申し込みは不要ですので、
気軽にご参加ください。(少雨決行)
※　中止或いは周辺のウォーキングに変更する場合もあります。

～　町外にお住まいの方対象に　～

だいわレンコン収穫体験

日　時　11月15日(日)10:00～
場　所　大草公民館
参加費　体験者　3,000円
　　同伴者　1,000円
定　員　15名
　　(予約制です)

※　餅つき体験＆つきたての餅会食レンコンのお土産付
　　地元野菜販売します！

体験講座

ひっぱるだけで身体が整う

『耳つぼのヒミツ』

日　時　11月11日(水)
　　13:30～15:00
場　所　大草公民館　実習室
参加費　200円

　いつでもどこでも、手軽に。『耳つぼ』で身体の不調の改善できると良いですね。

～　大草公民館から参加します　～

だいわ元気祭り

日　時　10月18日(日)　9:00～
場　所　神田支所周辺

展示場所(神田公民館)
- 大草パッチワーク教室
- 布ぞうりの会
- 染めを楽しむ草木の会
- 絵画クラブ
- 『己書』を楽しむ

見に来てね♥

体験講座

「スマホすっきり整理術」

日　時　11月19日(木)
　　13:30～15:00
場　所　大草公民館実習室
参加費　200円
定　員　12人

　事前に『スマホ整理チェックリスト』を配布、皆さんの抱えている問題を中心に講座を進めます。

大草公民館生涯学習発表会

実施日　11月29日(日)

　日頃公民館を利用している方の成果、活動を発表する場です。
参加される皆さんが、

- 楽しめる
- 交流できる

企画、アイデア募集します!!

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

回　覧

10月号

和木公民館だより

令和8年10月1日
三原市大和町和木
1531-6
FAX／TEL
（0847-34-0804）

たよりHP

2026 だいわ元気まつり

日　時　10月 18 日（日）　9時～16時（少雨決行）
場　所　大和支所周辺

《ステージ》　《催物》　《売店》　《展示》

和木公民館の講座（団体）から、『手芸』『パッチワーク』『俳句』『生活を彩る作品』が、出展されます。　（神田公民館　展示会場）

8/24　スマホ教室を開催しました

普段操作して迷うことや疑問点の個別質疑。近年注目されているAIアシスタント機能ジェミニの基礎知識と基本的な使い方について学びました。

8/26 「楽しい秋冬野菜の育て方」について野菜教室を開催しました。

JAひろしまアグリセンターから営農指導員さんにお越しいただき、種まき・植え付けの時期や収穫の時期、土づくりや害虫対策について教えていただきました。

和木氏八幡神社祭典のご案内

✦日　時　：10 月 25日（日）
✦場　所　：和木氏八幡神社
・祭　　典　7 時 30 分～
・神輿巡行　8 時 15 分～
・巫女の舞　13 時 00 分～
・神楽奉納　13 時 30 分～

和木氏八幡神社総代
実行委員一同

【自主講座】

waki ダンシングチーム

ダンス未経験者が集まり、月2回公民館で楽しく練習されています。昨年は和木区民まつりに出演され、今年も11月に向けて皆さん頑張って練習されています。

裏面に続く

【自主講座】
夕凪　大和支部さんの
俳句を紹介します。

いくさ世（ゆ）の記憶刻みし南風の旅
文

ひぐらしの聞こえぬ朝となりにけり
ふさこ

砂利道に白さるすべり散り敷けり
弘子

身軽なる友の荷物や夏の果て
みお

喜雨来たる焦がれる人に会うごとく
あや

こみ上げる心の養生大花火
恵美子

～和木自治振興会からお知らせ～

11 月8日（日）【和木区民まつり】を開催します。

演芸・展示・バザー等を予定しております。

詳しくは、11 月号和木公民館だよりとポスターでお知らせいたします。

～作品募集のお願い～

個人、団体の作品を募集しております。

展示を希望される方は、10 月 20日（火）までに和木公民館までご連絡ください。

～和木公民館運営委員会からお知らせ～

参加者募集

虚空蔵山に登ろう！

和木公民館運営委員会では、「虚空蔵山」登山を次の通り開催します。
「実は一度登ってみたかった」「昔行ったきりで懐かしいな」という方、是非一緒に登ってみませんか！虚空蔵山頂上では、宝さがし等を企画しておりますので、お楽しみに！！

＊開催日：11月28日（土）
＊集合時間：9時30分
＊集合場所：ぽっぽ（旧JA）駐車場
＊対象：小学生から大人まで（小さい子供さんは親同伴でお願いします。）
＊申込期限：11月20日（金）

※途中まで車で乗り合わせていきます。
歩きは、片道約20分程度で登れます。

お申込み・お問い合わせ先は和木公民館
℡　0847-34-0804 までお願いします。

公民館の利用、講座について、ご意見ご要望などお気軽にお聞かせください。

生涯学習相談員　福庭・松田

令和８年１０月１日発行

椹梨公民館だより１０月号

回覧

今年の秋もだいわ元気まつり＆皆来館まつりへGO☆☆♪

１０月１８日（日）大和支所周辺にて、だいわ元気まつりが開催されます。
各公民館で活動されている団体は、神田公民館にて展示発表します。ステージ発表においては、椹梨公民館で練習されている天翔会・大具神楽保存会もステージで演奏・舞を披露されます。
素晴らしい発表を楽しみにしています。

写真は昨年の様子です

第6回くわなし皆来館まつり

日 時：10月24日(土)　10時～15時30分

場 所：くわなし皆来館多目的ホール　グラウンド

駐車場：グラウンド　体育館西

バザー　焼きそば・焼きとり・うどん・むすび

タコ飯・赤飯・チラシ寿司・手作りパン

あゆ塩焼き

プログラム

１０：００～　開会行事
１０：２０～　天翔会オープニング
１１：００～　講談師　日向ひまわり
１２：１０～　サロンカラオケ
１３：００～　山口みさと歌謡ショー
１４：１０～　大具神楽保存会上演
１５：２０～　閉会行事　もちまき

各種作品展示
くわなし皆来館コーナー
楽しいパソコン・手芸・絵手紙・クラフト他
椹梨公民館コーナー
たのしいクラフト・のんびりクラフト
ハッピぃさくらんぼ・ちくちくソーイング
（作品は廊下に展示しています）

裏面へ続く

地域活性事業

南フランスの家庭料理

９月９日　今回は、一般的なロールキャベツよりも少し簡単な作り方に挑戦しました。生のキャベツにソーセージを包み、タコ糸でくるりと巻いて形を整えます。表面にほんのり焼き目をつけたら、あとはお鍋でコトコト煮こんでいきます。
キャベツが柔らかくなり、ソーセージの旨味もしっかり染み込んだ、素材で味わい深い一品に仕上がりました。
いつものように、フランス語での説明におしゃべりも弾んで楽しく美味しい教室となりました。

敬老祝賀会の様子

９月２１日、敬老祝賀会が開催されました。当日は、敬老者６０名と来賓・役員等総勢９０名が集い、長年地域を支えてこられた皆様のご長寿をお祝いしました。今年は、１００歳以上の方が三人もおられました。これまで歩んでこられた人生に敬意を表し、これからも笑顔あふれる毎日を過ごされますよう、お祈りさせていただきます。
そして、「また来年も元気にお会いしましょう！」

だより
HP

お問い合わせ・お申込みは、椹梨公民館
☎　０８４７－３４－０２５２へ
お願いいたします。

生涯学習相談員
東山・森本