

～潤いと品格 和と輪あふれる館～

城西公民館だより

令和7年11月号 ※ 公民館だよりは、鹿児島市ホームページでもご覧になれます。

鹿児島市城西公民館
鹿児島市草牟田一丁目21番8号
TEL 099-224-6993
FAX 099-224-3775



令和7年度城西地域生涯学習講演会

演題 「やさしい運動で健康寿命を延ばそう!」

講師：中垣内 真樹 教授(鹿屋体育大学スポーツ生命科学系 博士)



9月25日(木)、鹿屋体育大学スポーツ生命科学系博士「中垣内真樹」教授を講師に招聘し、標記の生涯学習講演会を開催しました。会には、近隣の幼稚園や小学校の保護者に加え、自主学習グループの会員及び地域の方々等、173人が出席してくださいました。講師の巧みな話術と温かな人柄に、終始和やかな空気に包まれた講演会になりました。「健康寿命」を研究されている教授の講話に、出席者から「参加型の講話で一体感が生まれて楽しかった。」「肩甲骨運動と曜日ごとの運動が参考になりました。」「明日から楽しく運動したいと思います。」など、前向きな感想をいただき、うれしく感じるとともに、運動と健康の関連性及び重要性を再考させられました。御多用な中、御協力、御支援、そして御出席くださった多くの皆様のお陰で、例年以上に充実した会になりました。心から感謝申し上げます。



熱戦！接戦！奮戦！！ 溢れる笑顔，弾ける歓声。

元気，澁刺が交流の合言葉！「第37回レクリエーションのつどい」。

10月23日(木)に城西公民館「第37回レクリエーションのつどい」が開催されました。自主学習グループの皆様を中心に参加された方々が、それぞれ「赤，青，黄，緑」の4チームに分かれて「ボール渡し」「パン食い競走」「ビンたおし」「輪投げ」等の種目で競い合いました。会場は、歓声かつ笑い声に包まれ、終始、和やかな温かい空気が満ちていました。

役員の皆様、そして、大会運営や準備に尽力くださった皆様、お疲れ様でした。お陰さまで、本会の趣旨を十分に達成することができました。本当にありがとうございました。



笑顔と元気溢れた「開会式」



一心不乱「パン食い競争」



集中!夢中!!「あめ入れ」



【写真 税所敦子居住跡】

城西地域ふろさと探訪15(史跡等の紹介)

1 税所敦子居住跡(写真…鷹師1-2-5)

文政8年(1825)～明治33年(1900)。京都生まれ。薩摩藩士税所篤之に嫁ぎ、姑のもとで孝養尽くした。後に女官として宮中に入り、宮廷歌人として活躍。「節婦」女性の鑑として、その生涯の事績は女子教育の教材になった。

今でも西田小学校の校歌の歌詞に取り上げられています。

(出典参照：片平孝市氏 編集資料)

= 後 期 講 座 始 ま る =



【シニア初めてのワード・エクセル】



【夜間に学ぶエクセル(中級)】



【目指せ美ボディ! 体感コアエクササイズ】

本年度後期講座の申込者数は、427人でした(昨年度420人)。応募してくださった皆様に心から感謝申し上げます。10月4日(土)の「楽しい詩吟入門」講座を皮切りに、7日(火)には「シニア初めてのワード・エクセル」講座と「夜間に学ぶエクセル中級」講座の開講式が行われました。

後期は「小倉百人一首 かるた入門講座」や「子や孫の豊かな未来のためのミニマネー講座」をはじめ、鹿児島の偉人の思いや生き方に触れたり、消費生活の在り方を見直したりしながら、ものの見方や考え方を広げたり深めたりする講座、ヨガやストレッチ、エクササイズ、料理等の活動を通して、健康に対する意識を高める講座、そして、パソコンやスマートフォン、水彩画等、豊かな生活を支援する講座等、受講者の要望や必要性に応じた17講座を開講しています。

様々な学びの場を通して、昨日とは異なる自分を見出したり、生活に活気と潤いを得たりするなど、受講者の豊かな生活に資する機会となれば幸いです。

本館では、今後も社会の情勢に即して、より多くの声と要請に応えられるよう、公民館活動の充実に努めますので、来年度も公民館講座に多くの申込をくださるようよろしくお願いします。

= 図書室からのお知らせ! ... 新しい本が入りました。 =

【一般書】

罪と罪

神さまショッピング

池袋NO NAME (池袋ウエストゲートパーク21)

有吉佐和子ベスト・エッセイ

濱地健三郎の奇かる事件簿

登山大名 上

登山大名 下

堂場 瞬一

角田 光代

石田 衣良

有吉佐和子

有栖川有栖

諸田 玲子

諸田 玲子

【児童書】

図書館探偵団 (調べる学習百科)

うみとねこ

おばけとしゃかん〔3〕きえた本のなぞ

セカイの千怪奇 5 ホピ族の予言

かみなりせんによといなづませんによ

バルレッタのふしぎな大おとこ

ルルとララのふわふわオムレット

野口 武悟

アン・モーティマー

斉藤 洋

木滝 りま

チン テラム

トミー・デ・パオラ

あんびる やすこ

《11月のおはなしやま》 完全予約制です。

おおきいやま (3歳～どなたでも)

期日: 11月15日(土)

時間: 14:00 ~ 14:30

内容: すばなし, 読み聞かせ, 詩, わらべ歌

場所: 和室(本館2階)

※ 人数制限なし



ちいさいやま (乳幼児と参加を希望する子どもと付き添いの方)

期日: 11月20日(木)

時間: 10:30 ~ 11:00

内容: わらべ歌, 読み聞かせ

場所: 和室(本館2階)

※ 先着10組程度



11, 12月の主な行事予定



11月 3日(月) 文化の日

5日(水) 城西地域人権問題研修会 10:00~

10日(月) 健康づくり学習室利用講習会
午前 10:00~, 夜間 18:00~

11日(火) 第1回地域総合文化祭実行委員会

15日(土) 青少年育成の日

16日(日) 家庭の日

23日(日) 勤労感謝の日

24日(月) 振替休日

12月 1日(月) 健康づくり学習室利用講習会

5日(金) 自主学习グループ(体育系)愛館作業

11日(木) 地域公民館音楽祭代表者会

29日(月)~3日(土) 休館日

