

「笑顔とあいさつ 共に輝く 出会いの館」

武・田上公民館だより

令和8年度 7月号



こちらからもご覧
になれます。

前期公民館講座の紹介

講座を開設した前期講座では、受講生の皆様が、講師から提供される真新しい情報を習得され、楽しさを実感していました。これまでの様子を紹介します。

新しい学びに感動！

仕事に！生活に！パソコン活用（初心者対象）

文書作成ソフト等を使って文字入力と図形作成の基本を学びました。受講生からは「案内文や名簿作成ができるようになり、これからの生活が楽しみです。」という感想が寄せられました。



【文字入力の様子】

シニアスマホ教室

スマホを安全で安心して使用するための基礎講座で、受講生からは「セキュリティの大切さを丁寧に教えていただき、操作方法を知ることができて嬉しいです」などの声がありました。



【スマホを操作する様子】

明るい消費生活セミナー

消費者トラブルの実態を知り、その対処法を身につける講話を実施しました。講座生は賢い消費者生活が送れるよう、消費生活アドバイザーの講話を熱心に聴きました。



【受講の様子】

レシピが絶賛！

託児に感謝

はじめてのパンづくり

「あんぱん」「クリームパン」「ピッツァ」を作りました。受講生からは「子どものために手作りのパンを食べさせることができるのがうれしい」という感想をいただきました。



【手作りあんぱん】

郷土料理に挑戦！【新規】

郷土に伝わる食文化の技を学ぶ講座です。第1回目は「さつますもじ、豚骨、あおさのすまし汁、かるかん」を限られた時間で作り、受講生は「作り方を覚えたので、自宅でも作りたい」と学習成果が意欲につながっています。



【さつますもじ】

自然とのかかわり

親子で調べ歩き！田上川（親子講座）

メダカやカワムツ、ヨシノボリなどの魚、テナガエビやイシガメ、数種のヤゴなどの水中生物を観察しました。清らかな川の流れに親しみ、親子の絆が深まる時間にもなりました。



【生物の探索】

創作活動で至福の時間

季節を楽しむ筆ペン習字

季節の言葉「梅仕事」「涼音」などを筆ペンで台紙に書き、美しく仕上げた作品を毎回鑑賞しました。受講生は日本文化の素晴らしさに触れ、学習を楽しみました。



【作品の相互鑑賞の様子】

快適エクササイズ

親子でほっこり！ベビーダンスⅠ

乳児と一緒に身体を動かし、親子の絆を深める講座で、受講生からは「なかなか体を動かすことがないので、ほどよい運動とストレッチで体が喜んでいくような気持ちになった」などの感想が寄せられました。

ゆったりリラックスヨガⅠ

基本のヨガの他にも、椅子ヨガやアロマづくりにも挑戦しました。「呼吸法が難しいが、ゆったり身体を動かして元気になった」という声が聞かれました。



【立位のポーズ】

託児に感謝

リズムにのってリフレッシュ【新規】

受講生が音楽に合わせて体を動かし、心も体もリフレッシュする講座でした。「講師の明るく元気な分かりやすい指導で、じんわりと汗をかいて、体も心も元気になった」、「軽快な音楽で体を動かし、時には笑いも起こる楽しいひとときだった」などの感想が聞かれました。

懐かしい歌を熱唱

思い出のメロディ

懐かしい歌をみんなで楽しく歌う講座です。受講生からは「春の風景を思い浮かべながら楽しく歌うことができました。歌詞にこめられた想いも感じられ、充実した時間でした」という声が寄せられ、みんなで合唱する楽しさを味わっていました。

実力伯仲！地域グラウンドゴルフ大会

地域スポーツ大会の一つであるグラウンドゴルフ大会が2年ぶりに開催されました。今年は、各校区から61チーム、役員・応援を含め350人以上の方が参加しました。

開会式で公民館から右のような励ましの言葉を紹介し、参加者を激励しました。



【公民館より激励の言葉】

ホールポストをにらみながら真剣にボールを打ち込む姿が見られ、また、珍プレー好プレーに大きな歓声とたくさんの笑顔があふれる大会となりました。スポーツを通し、地域が盛り上がる一日となりました。運営していただきましたスポーツ大会準備・運営委員会の皆様、ありがとうございました。



【大盛り上がりの大会の様子】

なお、今年の優勝チームは、西陵校区「西陵新生会A」でした。おめでとうございます。

熱戦の連続！自主学习グループソフトバレーボール大会

3団体8チームが大会に参加しました。

参加者全員による「自主学习グループファイト」「オー！」の掛け声が始まり、今年も、好プレーあり、珍プレーありの熱い戦いが繰り広げられました。お互いのプレーを賞賛し合うなど、参加者同士の親睦を図ることができました。

今年は、大会が盛り上がるよう、6人制から4人制へ変更して行うなど、グループの代表者を中心に、企画から当日の運営を行っていただきました。感謝申し上げます。今後計画されている体育的行事、文化的行事も皆様と一緒に楽しみましょう。



【力強い選手宣誓】

子育て世代の応援団を募集!!

子育てをがんばっている保護者等を対象にした講座が増えてきている昨今、乳幼児を一時的に預かる託児ボランティアが必要とされています。すでに活躍されている方も多くおられます。

託児ボランティアに参加してみませんか。参加希望の方は公民館にご相談ください。

(TEL: 281-0698)



【幼児室の様子】

図書室からのお知らせ

～“おひさまおはなし会”

夏休みスペシャル～

日時：7月22日（水） 10:30～11:30

・おひさまおはなし会 10:30～11:00

・ミニ工作 11:00～11:30

場所：1階和室 * 予約・申し込み不要

夏にぴったりのわらべうたや読み聞かせ、工作をみんなで楽しみましょう。小学生も参加できますので、ぜひ遊びに来てください。

～7月の展示の御案内～

【児童】 夏休み応援ブックス

夏休みの自由研究や読書感想文の本を集めました。気になるテーマを見つけて早めにスタートしてみませんか。図書室で夏休みの「やってみたい!」を探してみよう。

【一般書】 本と過ごす夏

暑い日には無理せず、涼しい部屋での読書がおすすめです。夏を舞台にした物語、背筋がひんやりするミステリーなど読書で夏をお楽しみください。

季節のたより～フウセンカズラ～

梅雨に入り、武・田上公民館では「フウセンカズラ」のかわいらしい小さな花が来館者の目を楽しませてくれています。ムクロジ科のつる性植物で、その名のとおり風船のようにふくらんだ実が特徴です。

実は、はじめは三つの角をもつハート形にも見える姿をしています。成長するにつれてふっくらとした風船状になります。その中には黒い種が入り、種には白いハート形の模様があります。この愛らしい模様から、縁結びや幸せを願うモチーフとして親しまれています。

花言葉は「自由な心」。風に揺れる軽やかな姿は、まるで梅雨空の下をのびのびと過ごしているようです。



「7月の主な行事予定」

8日（水）おひさまおはなし会

（10:30～11:00 和室）

14日（火）健康づくり学習室利用講習会

（①10:00～②18:00～第4会議室）

22日（水）おひさまおはなし会 夏休みスペ

シャル（10:30～11:00 和室）