

桜島公民館だより

令和8年 10月号

～楽しくつどい 学びをひろげ 未来につながる火の島文化～

発行 鹿児島市桜島公民館

〒891-1419 桜島横山町 1722-17

電話・FAX 099-293-2725

公民館だよりは、鹿児島市のホームページでもご覧になれます。



「ちょっと出かけて、ちょっと元気に！公民館講座」

社会教育指導員 渡邊美佳

ある日の講座が終わったあとのことです。受講生の方から「今日は、正直なところ家を出るのが少しおっくうで、休もうかなと思ったんです。でも、公民館に来て、顔なじみの方としゃべったり和やかな雰囲気の中で過ごしたりしているうちに、いつの間にか気持ちが明るくなってきました。やっぱり来てよかったです。」と、話しかけられました。私は思わず「来てくださって本当によかったです。ありがとうございました。」と答えました。

こんな風に、講座が始まってすぐは固い表情だったり元気がない様子だったりしても、時間が経つにつれて、だんだんと表情がやわらいできて、最後は笑顔で帰られていくといった方は、実は、いろいろな講座でお見かけします。

また、「来る前は迷っていたけど、来てみたら楽しかった。」「家の外に出るだけで、気分は変わりますね。」といった声もよく聞きます。先生の話の聞いたり、ちょっと体を動かしたり、皆さんと会話をしたりすることで気持ちも体もほぐれるからでしょう。

ほんのちょっと出かけてみるだけで、心も体もちょっと元気になる。ほんのちょっと出かけてみるだけで、気分転換や元気につながるひとときになる。そんな時間を得られるのも、公民館講座の良さの一つではないかと思います。

これからも、桜島公民館では、皆さんが気軽に参加できる講座を開催していきますので、ぜひお越しください。

ちょっと出かけて、ちょっと元気になりましょう！！

お知らせ

◆桜島地域人権問題研修会◆

趣旨 市民がさまざまな人権問題に対して、正しい理解と認識を深め、自分の人権のみならず、他人の人権についても正しく理解し、その権利の行使に伴う責任を自覚し、お互いに人権を尊重し合い、明るい地域社会づくりに資することを目的とします。

日時 10月31日（土）
10:00～11:25（受付 9:45～）

会場 桜島公民館 2階 ホール

講演 演題
「終わらない挑戦」

講師

ブラインドランナース代表 三雲 明美 氏

対象 どなたでも

※ 皆様の御参加をお待ちしております。
参加を希望される方は、桜島公民館へお問い合わせください。

桜島地域家庭教育研修会を開催！

9月5日（土）に標記の会を開催し、鹿児島県教育カウンセラー協会運営理事の蘭田満江先生に「子どもも大人もふれあいのある人間関係づくりを～構成的グループエンカウンターを生かして～」と題した講話をしていただきました。

「子どもは大人の関係性を敏感に感じるので大人同士の不安・対立は子どものストレスになる。だからこそ、地域の大人同士がふれあい、つながることが大切。」というお話を聞き、実際にバースデライオンやペア DE トーク等の構成的グループエンカウンターを体験しました。楽しくふれあい、つながる体験を通して、地域の大人のつながり（地域の力）を活かした家庭教育について考える有意義な研修会となりました。



「夏季講座」・「前期講座」の活動の様子



親子で火山灰アート体験

火山灰について学び、灰の特性を生かしながら、親子で火山灰アートに取り組みました。

講師：火山灰アーティスト
植村 恭子先生



桜島色に染めよう～火山灰染体験～

親子で楽しく火山灰染を体験し、工夫を凝らした、自分だけの手ぬぐいが出来上がりました。

講師：ふるさと火山灰刷染師
てんちょう伊東先生



聞いて、作って本の世界

読み聞かせの後、「いろいろな青をつくる！」をテーマに自分なりの青色を作り、楽しく「海」を表現しました。

講師：イラストレーター
山下 ゆりな先生



かしこい消費者教室Ⅰ

数多くの事例をもとに最新の消費者トラブル等の手口とその対処法を学びました。

講師：多重債務相談員
徳納 千鶴先生



わくわくパソコン教室

Word の基本操作と応用を学び、写真を取り込んで、カレンダー作りに取り組みました。

講師：情報教育指導者
甲斐 薫先生



健康・体幹バランストレーニング

基本的な体幹トレーニングを無理なく、楽しく学び、健康な体づくりに役立てています。

講師：体幹トレーニング指導者
竹田 寛晃先生



10月の主な行事



3日(土) 楽しい百人一首教室①開講式
5日(月) 使ってみようスマートフォンⅡ①開講式
6日(火) 生活を彩るトルペイント①開講式
10日(土) 健康・体幹バランストレーニング
13日(火) 生活を彩るトルペイント②
15日(木) みんなでポピュラー曲をうたおう⑥
19日(月) 使ってみようスマートフォンⅡ②
20日(火) 生活を彩るトルペイント③

23日(金) 桜島ジオサイトめぐり①開講式
24日(土) 楽しい百人一首教室②
26日(月) 使ってみようスマートフォンⅡ③
27日(火) 生活を彩るトルペイント④
28日(水) 桜島コーヒーでホッとひと息
29日(木) みんなでポピュラー曲をうたおう⑦
31日(土) 桜島地域人権問題研修会
(図)「人権に関する本」コーナー展示

図書室だより

◆「ブックリサイクル」ご協力をお願い◆

「お家で眠っている本を次の読者につなぎませんか。」
桜島公民館図書室では、読み終わった本や雑誌をご提供いただき、それを他の方に無償で提供する「ブックリサイクル」を行います。ご協力をお願いいたします。

【不要本受付期間】
10/1(木)～11/6(金)
※桜島公民館図書室までお持ちください。
【ブックリサイクル期間】
11/9(月)～11/13(金)