

# 郡山公民館だより

こ  
お  
り  
や  
ま

子どもから  
大人まで  
理想に燃えて  
躍動する  
学びの館

令和6年 10月号  
郡山公民館  
鹿児島市郡山町168  
電話 298-2220  
fax 298-2231

## 【10月の行事予定】

- 1日(火) 1月分貸館受付開始
- 4日(金) 地域文化祭打合せ会(展示・舞台)
- 10日(木) 八重大学(第6回)
- 25日(金) 自主学習グループボランティア作業



## 「言葉は薬にもなれば凶器にもなる」



主査 新納 美砂子

標題の言葉は、斎藤茂太さんという方の格言です。

私自身、感情に流されてカッとなり発した言葉を、「しまった」と思うことが度々あり、大きな失敗もしてきました。感情的になって相手にぶつけてしまった言葉は謝ることはできても、取り消すことはできません。過去の失敗を忘れないように心にとめておきたいです。

テレビCMでご存じの方も多いと思いますが、金子みすゞさんの有名な詩のひとつに「こだまでしょうか」があります。きつい言葉にはきつい言葉が、優しい言葉には優しい言葉がかえってきます。言葉は薬にもなります。思いやりの心を忘れないでください。

さて、11月7日(木)に郡山公民館で開催する文化講演会では、MBCラジオパーソナリティの二見すすさんをお招きし、『花に水 人に言葉』と題してご講演いただきます。私的なことですが、二見さんがラジオで柔らかな語り口で優しくお話しされるのを耳にしています。言葉が優しく伝わってくる話し方でお手本にしたいです。今回お会いできることをとても楽しみにしています。予約不要でどなたでも参加できますので、たくさんの方に聞いていただけたらと思っています。

これからの人生、さらに心ゆたかに過ごせるかもしれませんよ。

## 第5回 八重大学の報告

9月12日(木)に実施しました八重大学は、希世の会の皆様による日舞から始まりました。講演は、県金融広報委員会金融アドバイザーの有川まり子先生による「はて？で防ごう！消費者トラブル虎の巻」でした。「突然、変な電話やメールがきた」「お試しで買ったつもりが、また商品が届いた。」「思い出の指輪を二束三文で買い取られた。」等の具体的な事例をもとに、クーリングオフ制度の紹介から「トラブル防止7か条」を教えてくださいました。また、「『断る勇気と相談する勇気』の2つの勇気が必要」等は、大変参考になりました。



## 第6回 八重大学の予定

- 〔日時〕 10月10日(木)  
9:15~10:20
- 〔芸能発表〕 大正琴ひまわり
- 〔講演〕 認知症のおはなしと  
「脳トレ」チャレンジ！  
~脳を若々しく保つコツ~
- 〔講師〕 パールランド病院  
臨床心理士 尾堂 友予 先生

## 郡山地域文化祭の開催について

- 標記の文化祭を以下の日程で開催します。
- 11月7日(木) 文化講演会 10:00~11:10
  - 11月7日(木)~9日(土) 展示発表  
9:00~17:00
  - 11月10日(日) 展示発表 9:00~13:30  
// 舞台発表 9:00~12:30
- ※ 無料でどなたでも鑑賞できます。多くの方々のご来場をお待ちしております。

## わくわく司書体験

8月22日(木)午前と午後の2回、標記の司書体験を郡山公民館図書室で実施し、それぞれ小学生4名、計8名が参加しました。子どもたちは、図書室の本を10の分類に分けて書架に置いていることやその理由、図書室のおすすめ本のコーナーや設営の工夫等について学びました。そして、図書の貸出や返却処理の方法、本の整理、移送本や予約本を探す体験をしました。

その後、閲覧机を囲みながら、図書室の本を参考に織物体験を楽しみました。

「予約本を探すのが楽しかった。」「分類の仕組みや、別置について習ったので服の片付けに生かしたい。」等、子どもたちのアンケートの感想から楽しく充実した学びの時間になりました。



## 絵本クラブ「おはなしフルーツ」

8月24日(土)午前に、第5回の標記のおはなし会を図書室の親子読書室で行いました。

まず、司書が「絵本の読み聞かせ」を行い、次に参加者の方に代わり、読んでいただきました。いずれのおはなしも、子どもたちは目を輝かせて聞き入っていました。

おはなしフルーツは、下の表の予定で10:30~11:30の時間開催します。興味のある方は御参加ください。



### 絵本クラブ「おはなしフルーツ」 令和6年度記録カード



10:30~11:30

4月20日(土)	10月19日(土)
5月18日(土)	11月16日(土)
6月15日(土)	12月21日(土)
7月25日(木)	1月はお休み
8月24日(土)	2月22日(土)
9月21日(土)	3月22日(土)

## さつま郷土

ゆうぞら  
夕空ん  
ぼこと  
奪合取いをすい  
赤とんぼ

じゅうごやさあ  
十五夜様  
だご  
団子も恵さらん  
核家族

境田 西隆

山下 ねったぼ

## 郡山地域家庭教育研修会開催される

8月23日(金)午前に郡山公民館で標記の研修会を開催し、区内小・中学校の保護者を中心に44名の方々が参加しました。

まず最初に、子育ての悩みや工夫をそれぞれの参加者が出し合い、グループ毎にKJ法を使って交流を深めることができました。

後半は、BTUかごしまの川村佳代子先生による「家族みんなが楽になるストレスケア」と題した講演で、「急激な環境の変化になんとか適応しようとして脳が疲れている状態がストレスで、この過剰なストレスが原因で心にも体にも不調が生じている。」から始まり、「心の栄養」「まずは大人が機嫌よく過ごしましょう」「家庭でできる簡単ストレスケア」について、途中ストレス度チェックや呼吸法のエクササイズを挟みながら、学ぶことができました。

