

五和公民館だより

五和

日田市五和公民館  
館長 三ツ廣 莊規  
主事 大内 太透  
TEL : 23-5622  
FAX : 22-4127



あけましておめでとうございます



昨年（令和2年）は新型コロナウイルス感染拡大に伴い休館期間などございましたが、五和地区の皆様を支えられて、感染防止策を行いながら公民館活動を実施することができました。

依然として新型コロナウイルスの脅威は去っておりません。少しでも皆様に安心して公民館に足を運んでいただけるよう、ガイドラインによる感染リスク対策の徹底を図り、令和3年も皆様方のお力添えを頂きながら、しっかりと努めてまいりたいと思っております。

本年もどうぞよろしくお願い致します。



五和公民館

ホームページアドレス

www.hita-k.org/gowa/

E-mail(メールアドレス)

gowa\_k@hita-net.jp

五和地区について

(2020/12/1 現在)

●人口 2,465 人  
男性 1,171 人  
女性 1,294 人

●世帯数 1,141 世帯

開始前の集合時（肌寒く、とても霧の濃い朝でした）

五和公民館 大掃除

12月5日（土）五和公民館の大掃除を行いました。例年は7月下旬に行っておりましたが、今年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響により12月での開催となりました。

冬の早朝にもかかわらず、主催事業・自主学習教室・関係団体の皆様、約30名の方にご参加を頂き、各教室および室外に分かれて作業を行います。できる限り3密を避けながら普段なかなか手の回らない窓ふきや、調理室の細かい整理整頓、植栽の選定や伐採まで行っていたいただき、施設内外が見違えるほどきれいになりました。感染症対策の為参加人数を例年よりも少し絞らせていただいたのですが、皆様のご協力により1時間半ほどで終了することができました。ご協力を頂きました皆様ありがとうございました。

令和3年度

「日田市成人式」延期

令和3年1月10日に開催を予定されておりました令和3年度日田市成人式ですが、新型コロナウイルス感染拡大をうけ、延期となりました。延期の日程につきましては日田市公式ホームページ、日田市報広報ひたにてお知らせいたします。

参加者募集

味噌作り教室

～健康は食事から！手作り味噌を作ってみませんか？～

日時：令和3年2月27日（土）13：30～15：30頃まで

場所：五和公民館（調理室）

講師：如月会

対象：18歳以上の成人（大人の方対象です）

※親子での参加については一度ご相談をお願い致します。

定員：8名（先着順）

参加費：500円（持ち帰りの味噌 約1kg材料費として）

持ち物：エプロン、三角布

申込方法：五和公民館（23-5622）までお電話ください。

備考：当日はマスク着用、ご自宅にて検温の上おこください。



連絡・募集

五和地区見守り活動連絡協議会（くすの木パトロール隊）隊員募集について

2015年（平成27年）発足した「くすの木パトロール隊」も今年で7年目を迎え、五和地区の子どもたちの健やかな成長に微力ながら寄与してまいりました。

しかしながら昨年度末の登録隊員登録者調査では、高齢化や健康不安などによりその数が大きく減少しました。

「五和地区住民すべての宝である子どもたちを見守る活動」は今後も継続し、安全安心な町づくりの一端を担わなければならないと思っております。

活動内容は空いた時間での、子どもたちへの声掛け・見守り、地区の見守りを行っております。

つきましては見守り活動趣旨を理解していただき、新規隊員登録のご協力をお願い致します。

尚、現在ユニホームをお持ちの方で隊員登録を辞退される方は、お手数をおかけいたしますが五和公民館までユニホームをご持参くださいますよう合わせてお願い致します。

連絡先：五和公民館内「五和地区見守り活動連絡協議会」事務局

電話：0973-23-5622

| 26         | 20                                     | 16     | 15    | 2                   | 日  |
|------------|----------------------------------------|--------|-------|---------------------|----|
| 金          | 土                                      | 火      | 月     | 火                   | 曜日 |
| 「日田市内史跡巡り」 | 味噌作り体験教室<br>五和チャレンジ教室<br>「味噌の蔵出し・料理教室」 | 男の料理教室 | よるごはん | 幸福者マナビ塾<br>体力・骨密度測定 | 内容 |
| 五和公民館      | 五和公民館                                  | 五和公民館  | 五和公民館 | 五和公民館               | 場所 |

行事予定

| 22        | 26                | 19                | 18               | 17                                  | 12                  | 日  |
|-----------|-------------------|-------------------|------------------|-------------------------------------|---------------------|----|
| 金         | 火                 | 火                 | 月                | 日                                   | 火                   | 曜日 |
| 「日田の歴史学習」 | 女性セミナー<br>「エビフライ」 | 男の料理教室<br>「入権講演会」 | 幸福者マナビ塾<br>「だご汁」 | よるごはん<br>「五和チャレンジ教室」<br>「プログラミング教室」 | 成人セミナー<br>「廣瀬淡窓講演会」 | 内容 |
| 五和公民館     | 五和公民館             | 五和公民館             | 五和公民館            | 五和公民館                               | 五和公民館               | 場所 |

行事予定



## 幸齢者マナビ塾

### 〜第6講開催〜

12月3日(木)、幸齢者マナビ塾は五和公民館でも絵手紙教室の講師をされている用松清美先生を

お招きし、「絵手紙教室」を開催しました。筆の持ち方や構図について指導を頂いたのち各自作品作りを行いました。画題は「ピーマン」「人参」「カブ」の3種類で、皆さん真剣に作品を描かれていました。

先生の、「趣味は体を動かす趣味と、体を動かさなくても楽しめる趣味の2つを持つておいたほうがよい」というお話は特に今回印象に残りました。

用松先生、「指導をいただきありがとうございます。ございました。」

今回は1月19日(火)立花憲一先生をお招きし、人権講演会を行う予定です。



講座中の風景



制作風景

## よるごはん・

### 男の料理教室

#### 〜第5講開催〜

12月の「男の料理教室」・「よるごはん」はともに、ハンバーグを作りました。

作るうえでのポイントは3つ！

① みじん切にした玉ねぎを黄金色になるまで先に炒めておくこと(焦げさせない)

② 焼くときは強火で表面に焼き色を付け、肉汁を外に逃がさない

③ ハンバーグが焼きあがった際に出た汁は捨てずにソースにて活用をする  
以上3点です。

材料がとてもシンプルなハンバーグは、細かい部分を意識することでもおいしく仕上がりますので、ぜひ試してみてください。

1月の予定は、「よるごはん」18日(月)にだこ汁、「男の料理教室」26日(火)にエビフライを作る予定です。



肉汁を逃がさないよう焼く



完成！

## 女性セミナー

### 〜第6講開催〜

12月25日(金)女性セミナーは今年も小野博美先生をお招きし、年末年始に家を華やかにしてくれる「フラワーアレンジメント教室」を行いました。

お正月用ということで、花器は扇形を使用し、①若松、②梅、③葉牡丹、④カーネーション、⑤千両、⑥オンシジウム、⑦お多福南天を使用しました。松竹梅は慶事・吉祥の祝い花に使用され、常緑の松と竹は不老長寿を象徴し、梅は冬に耐えて一斉に花を咲かせて春を知らせるため、縁起の良いものとされています。また、葉牡丹は「祝福」「利益」「慈愛」など、お祝いにふさわしい花言葉がつけられています。

中央の上に太陽があると仮定し、そこに各植物が伸びていつているイメージでバランスをとっていくのですが、なかなか思うようにいきません。植物もそれぞれ個性があり、花の種類はお手本と一緒に、その個体の形に合わせて微調整してあげる必要があります、そこが難しく感じました。



記念撮影(撮影時のみマスクを外しております)

最後は全員で自分が作った作品をもって記念撮影。華やかな作品が出来上がりました。小野先生、ご指導を頂きありがとうございました。

今回は1月22日(金)日田の歴史について学ぶ予定です。

## 五和チャレンジ教室

### 〜第5講開催〜

12月20日(日)、五和チャレンジ教室は「親子プログラミング教室」を開催しました。講師には柳川市より、日本文理大学工学部・姫路大学教育学部の非常勤講師、柳川市教育委員会学校ICTアドバイザー等をされている新谷裕幸先生にお越しいただきました。

小学校では今年度より必修科目となるプログラミングですが、公民館では青少年教育にどのように取り入れていけるのであろうかと模索しているときに相談に乗っていただいたのが新谷先生でした。日田市の公民館主事を対象とした学習会を縁に、講師としておこしいただくこととなりました。

今回の目的は大きく2つ。①プログラミング教育とはどういういったものなのか学ぶこと、②実際にプログラミングを行ってみるということです。

保護者の方にも一緒に入っていただき、マウスで組み立てたプログラミングをマイクロボットにダウンロードして、光らせたり、温度を測ったり、じゃんけんをしたりしました。うまくプログラムが動かないときは再度どこが間違っていたかを探し当て、修正。トライ&エラーで完成を目指しました。

一部マウスの不具合がありご参加を頂いた皆さんにはご迷惑をおかけし申し訳ございませんでした。保護者の皆様・児童の皆さんにもプログラミング教育が問うたものなのか少しは体験いただけたものと思っております。

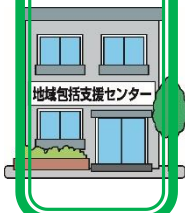
新谷先生、「ご指導を頂きありがとうございます。」

今回は1月17日(日)「第2回親子プログラミング教室」にてパソコン操作等を行う予定です。

## 防災ラジオの申請はお済ですか？

昨年発生しました豪雨災害でも、防災ラジオからの情報が命を守る行動につながった事例があります。緊急時に正確な情報を得るために、防災ラジオの申請をしましょう。防災ラジオの申請などお問い合わせは「五和振興センター」までお電話ください。 電話：222-4126

## 東部地域包括支援センター



新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひ申し上げます。

お正月を皆さんはどのように過ごされましたか？今年には新型コロナウイルスの影響で家でゆっくりと過ごされた方がほとんどではないでしょうか。

家での時間が増えることで懸念されることの1つに「生活不活発病」があります。「動かない」「生活が不活発な」状態が続くことにより、心身の機能が低下して、「動けなくなる」ことを言います。体を動かさないでいると筋力が低下し最初のうちは「動きにくい」状態になります。体が動きにくいと活動量は下がる傾向にあります。

活動量が下がることで更なる筋力低下を招き、この悪循環が繰り返され最終的には体を自由に動かせなくなってしまうます。そうならない為の予防は体を動かすこと。近所を散歩することや家事で洗濯物を干すといったことも有効です。公民館活動で簡単な体操や脳トレを行っているところもありその活動に参加することもとても有効です。

今年も元気に過ごせるように1年のスタートに体を動かすことから始めてはどうでしょうか。

東部地域包括支援センターでは、電話での問い合わせはもちろん、ご希望があればご自宅を訪問させていただきます、直接職員がお話を聞き説明も致します。まずは、お気軽にご相談ください！