

令和3年10月15日号

咸宜公民館だより



発行：咸宜公民館
住所：日田市湊窓町1-5-31
tel: 0973-22-5413
fax: 0973-28-7003
<http://www.hita-k.org/kangi/>
E-mail: kangi@b-net.kcv.jp

ゆがみのない正しい姿勢に



呼吸法、身体の動かし方など、ピラティスの体験

ピラティスの体験 & 手品を交えて人権学習

咸宜地区の成人の方を対象に開催している「成人セミナー」。9月は、市内各地でピラティス等の指導をされている川津真寿美さんを講師に招き、「健康体操（ピラティス）」

を体験しました。ゆっくりと呼吸をしながら、下半身を中心に、伸ばしたりほぐしたり、

じっくりと身体を正す運動を行いました。運動前に比べると、身体が軽くて柔らかくなったみたい！ 皆さん、ビックリしていました。

また、8月には人権学習会も開催。大分県人権問題講師の柳井信一さんに講演していただきました。人権学習と聞くと、難しいイメージをお持ちだと思いますが、今回の講

座はクイズやマジックを交えながら楽しく、わかりやすくお話していただきました。



マジックをする柳井さん



公民館事業の紹介

ミッションクリアで宝箱を開けろ！



咸宜小6年生を対象に開催している「咸宜っ子体験教室」。9月の内容は「おいしい！野菜チャレンジ」。旬の野菜や1日にとりたい野菜の量などを学ぶオンラインプログラムを開催しました。

鍵のかかった宝箱を開ける

ため、クイズや実験のミッションに挑戦！ミッションをクリアすることによって、野菜について学び、興味を持つことができました。野菜嫌いな子どももいましたが、食べてみようと思ったようです。



宝箱の中身は??

楽しく、元気に、レクリエーション

高齢者を対象として開催している「敬天セミナー」。9月の講座は、日田市レクリエーション協会の栗秋直美さんを講師に招き、「咸宜スポレク元気塾」と題してレクリエーションを実施しました。

手・指を使った運動、座っ

たままでできる軽い運動、ビー玉と紙コップを使ったゲーム、物作りなどに挑戦。また途中、栗秋さんに手品も披露していただきました。

運動も栗秋さんの話もおもしろく、笑いの絶えない楽しいひとときを過ごしました。



楽しいレクリエーションでした！

「おかえりモネ」から何を学ぶ？

5年目を迎える咸宜公民館の環境学習講座「みどりの教室」。今年度は9月から10月にかけて開催。9月に2回の講座を実施しました。

1回目の講座は、気象予報士の花宮廣務さんを講師に



招き、NHKドラマ「おかえりモネ」にちなんで、気象の話を中心に地球温暖化の原因や対策などお話をいただきました。

また2回目の講座では、環境省環境カウンセラーの綿末

しのぶさんを講師に招き、最近よく聞くSDGsの説明、ならびに3R・食品ロス・マイクロプラスチック問題などを中心に、SDGsと関連付けながらわかりやすく説明していただきました。

どちらの講座も具体的な地球温暖化対策を教えていただき、参加された皆さんは早速取り組んでみたいと思ったようです。

リサイクル



1回目の講座の様子



2回目の講師、綿末さん

お知らせ

子どもサポーターを募集しています！

咸宜公民館では、放課後に公民館施設を利用して、地域の方々の参加と協力を得ながら、子ども達に勉強や体験活動等のプログラムを実施する「咸宜放課後子ども教室」を開催予定です。

開催にあたり、運営の補助をしていただける子どもサポーターを募集しています。興味のある方は、咸宜公民館までご連絡ください。



イラスト著作権 がくげい

（活動日・時間）

11月から2月まで、毎月第1・第3金曜日
午後3時30分から午後5時30分まで

（内容）

運営責任者の補助（活動支援）、準備と片付け、子どもの安全管理など

（対象者）

成人で子どもが好きな方（資格・経験は必要ありません）

（その他）

- 子ども達が保護者の責任のもとで参加する事業です。スタッフの方に責任を負っていただくことは一切ありません。
- 参加児童は、咸宜小4年生、定員20名です。



英会話教室に「初級コース」が仲間入り

咸宜公民館で開講している公民館サークル。英会話の教室として「Easy English」を開講中ですが、この教室に9月から新しく初級コースが始まりました。今までの教室は中級として継続中。英会話に興味のある方、参加してみませんか。



講師の金（キム）さん

Easy English

【日程】毎月第1～第4水曜日

【時間】（初級）18:00～19:00
（中級）19:30～20:30

キム ミョンジュン

【講師】金 明俊 さん

【会費】月額3,000円

地域のできごと



地域のできごと、教えてください！

新型コロナウイルス感染症はなかなか収束を迎えず、地域行事や学校行事など中止になるものが増えていきます。こんなときこそ明るい話題を！ 皆様のご近所で起きたためずらしい出来事やほっ

こりするようなお話など、公民館だよりの紙面で地域の皆さんに紹介してみませんか。

こんな活動やっています、珍しい花が咲いている、変わった形の野菜ができた、etc. 些細な事でもかまいません。

自薦・他薦も問いません。地域のできごとをお知らせください！



スポーツニュース



今年度も中止に ～大分県体・市民体育大会～

9月に開催予定だった大分県民体育大会は、8月に大分県における新型コロナウイルス感染症の感染状況が悪化したため、中止となりました。

また市民体育大会は、8/1（日）に今年度4種目目となるウェイトリフティングが開

催され、咸宜地区は5位（6チーム中）でした。その後も各種目の開催が予定されていましたが、8月に入り日田市内でも感染力の強いデルタ株の感染者が連日確認されたことや、県体が中止になったこと等から残りの種目は中止、

今年度の市民体育大会も中止となりました。

総合順位は出ませんが、今年度すでに終了した4種目については、記録として残ることです。

これからの行事予定



10月	12月
18日(月) みどりの教室 第3講 講演「生物多様性ってなんだろう??」 （講師）NPO 法人生物多様性保全センター 森田 祐介 さん	2日(木) 敬天セミナー 第6講 実習「冬の寄せ植えガーデニング教室」 （講師）りんご苑 苑田 文子 さん
21日(木) 子育てサロン 小運動会	4日(土) 咸宜っ子体験教室 第9講 体験「飾り巻き寿司作りに挑戦」 （講師）飾り巻き寿司インストラクター 富田 桂子 さん
24日(日) 咸宜っ子体験教室 第7講 くじゅう登山（予定）	7日(火) 公民館清掃
28日(木) すずめの学校 認知症予防教室	13日(月) スマートフォン講座(仮称) 第1講 （講師）大分県中小企業支援アドバイザー 矢幡 正人 さん
11月	15日(水) スマートフォン講座(仮称) 第2講 （講師）大分県中小企業支援アドバイザー 矢幡 正人 さん
18日(木) 子育てサロン リズム遊び	16日(木) 子育てサロン クリスマス会
20日(土) 世代間交流グラウンドゴルフ大会 (兼:咸宜っ子体験教室 第8講)	17日(金) スマートフォン講座(仮称) 第3講 （講師）大分県中小企業支援アドバイザー 矢幡 正人 さん
24日(水) 成人セミナー 第6講 実習「糸かけ曼荼羅制作」 （講師）日本糸曼荼羅協会（JIMA） 代表 吉井 淑美 さん	23日(木) すずめの学校 認知症予防教室
25日(木) すずめの学校 認知症予防教室	
未定 敬天セミナー 第5講 研修旅行（内容は検討中）	



- ※ 12月に初心者向け「スマートフォン講座」（全3回）を新しく開講予定。詳しくは、募集チラシ（広報ひた 11/15号と一緒に配布予定）をご覧ください。
- ※ 新型コロナウイルス感染症の状況により、行事が中止・変更・延期となることがあります。