

公民館

KOUMINKAN EVENT REPORT
イベントレポート



手びねり陶芸体験講座



三芳公民館／主催事業／成人学習

成人セミナー 第4講「手びねり陶芸体験講座」

令和3年10月8日(金)、「手びねり陶芸体験講座」が行われました。講師は日田市で活動中の「日田焼窯元」さんより、藤井鎮之さんに来ていただきました。

陶芸といえばろくろなどでぐるぐる回しながら作成するイメージがあるかもしれませんが、今回の体験は「手びねり陶芸」。板と材料となる粘土と自分の腕だけで作成していきます。板にまず土台となる粘土をお好みの大きさに板にお好み焼きのようにはりつけ、整えます。その後棒上にのばした粘土をフチに足すようにしてくっつけていきます。このときの加減がとても難しいのですが、皆さん四苦八苦しながらも、講師の藤井さんにしっかり教えていただき完成することができました。

焼き上がりに3カ月ほどかかるようで、1・2月頃には完成品を見る事ができそうです。楽しみです！

三芳公民館／主催事業／高齢者学習

久津媛クラブ 第3講「リンパマッサージ講座」

令和3年10月8日(金)、日田市内で活躍中の宮田寿望さんを講師に迎え、「リンパマッサージ講座」を行いました。

リンパマッサージとは、素手で直接身体及び皮膚に触れ、全身に流れるリンパ液と呼ばれる液体をスムーズに流すための施術方法及び施術です。

リンパ液とは、身体の中にある老廃物や水分を回収し、ウイルスや病原菌に対する抗体を作り出す免疫機能を備えた液です。リンパ液の流れが悪いと、毒素などが排出されにくくなり、「肌荒れ」「頭痛」「肩こり」「疲労」「風邪」などの症状に繋がり、免疫力低下からさらに健康状態へ悪影響を及ぼす可能性があるそうです。通常人間の血液は血管を通して全身をめぐるまで約40秒ほどといわれていますが、リンパ管の中を流れるリンパ液は、全身をめぐるのに約8～12時間かかるとのこと。その流れをスムーズにするための施術を指導していただきました。

指の付け根の間からゆっくりゆっくり、つまむように時にはさすったりしながらマッサージしていき、次は腕、首、肩～と全身を自らマッサージ。施術を行ったあとは、全身ポカポカ！同じ動作を繰り返すだけの簡単なマッサージですが、効果がすぐ出てくるのが実感できました！是非自宅でも行ってほしいですね！久津媛クラブに興味を持たれた方は次の開催時に是非ご来館ください！次回久津媛開催日は11月5日(金)となっています。



認知症予防事業「健康マージャン講座」

三芳公民館／主催事業／高齢者学習

令和3年10月6日(水)、三芳公民館で今年度から初めて行う事業として、認知症予防事業を開始しました。今年度の講座内容は、「健康マージャン講座」です。通常のマージャンと違い、「のまない」「すわない」「かけない」を基本ルールとし、誰でもできるマージャンとしてルールを若干変更された健康に準じたマージャンとなっています。講師は高瀬公民館で一昨年まで健康マージャンを指導されていた山田博行さんです。

全20回の連続講座ですが、最初の8回はルールを徹底して覚えます。9回目からは実践！現在4回行われ、少しずつ難易度が上がってきましたが、初めてマージャンを学ぶ受講生の皆さんも頑張っているようです！全20回が終わる頃が楽しみです！



日田 HITA INFORMATION インフォメーション

三芳地区／市立三芳小学校

「秋季大運動会」

令和3年10月2日(土)、晴天の中、三芳小学校にて秋季大運動会が行われました！新型コロナ禍の影響で、規模を実施されましたが、そんな事を気にも留めないぐらいの勢いで、日頃の練習の成果を存分に発揮し出来ました！来年こそはいつもの運動会が行えると良いですね。



■令和4年成人式市外在住者受付開始

令和4年1月9日(日曜日)に日田市成人式が開催予定です。それに伴い、日田市内各地区公民館にて市外在住者の受付を開始しています。対象者の方は三芳公民館または日田市社会教育課へご連絡ください。12月上旬に市よりご案内があります。

●期 間: 令和3年**11月22日(月曜日)**まで

●対 象: 平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた方

●連 絡: 日田市社会教育課 0973-22-6868 日田市三芳公民館 0973-22-1491

ご案内 GUIDANCE

子育てサロン再開！

令和3年度は新型コロナウイルス感染拡大防止対策として長い間休止していた子育てサロンが再開されることになりました！今年度もこのり少なくなりましたが、子育て中のお母さん方は是非ご参加ください！
ご連絡は三芳公民館へ！

11月12日(金)
からだよ！



©がくげい

予定表 EVENT SCHEDULE

11月

- 1日(月) ステップ教室
- 5日(金) 久津媛クラブ 第4講
- 10日(水) 健康マージャン
- 15日(月) ステップ教室
- 17日(水) 健康マージャン
- 19日(金) すずめの学校
- 24日(水) 健康マージャン
- 未定 コスモスっ子教室 第5講

12月

- 1日(水) 健康マージャン
- 6日(月) ステップ教室
- 8日(水) 健康マージャン
- 15日(水) 健康マージャン
- 17日(金) すずめの学校
- 20日(月) ステップ教室
- 22日(水) 健康マージャン
- 22日(水) 成人セミナー第5講
- 25日(土) コスモスっ子教室 第6講

※予定は変更・または中止になる場合があります。

三芳 自治会別人口・世帯(R3. 9. 30現在) 日田市役所 HP より参照											※高齢化率 R3. 3. 31現在		日田市	
	刃連	下井手	三芳小淵	大部	桃山	小ヶ瀬	日高	神来	求	古金	合計		合計	
人口	2↓1,686	2↑701	5↓563	→214	→373	→152	→650	1↑327	1↓181	3↓477	8↓5,324		66↓63,159	
世帯	4↓706	→285	3↓233	→101	1↑194	→68	→278	2↑163	→71	→190	4↓2,289		26↓27,455	
高齢化率	↑31.21%	↓28.14%	↑37.83%	↑37.27%	↑34.30%	↑49.02%	↓39.94%	↓53.78%	↑39.01%	↑32.49%	↑35.33%		↑35.46%	

※矢印は前回集計より増減を表しています。