日田市花「あやめ」

公民館だより 若宮

若宮地区人口
（　）内は前月比
世帯数 1,522世帯(-5)
人口 3,272人(-14)
（令和2年9月30日現在）

令和２年１１月１日発行

発行者　若宮公民館
館長　望月　明治
主事　宇野　吉信
TEL&FAX 23-9850

スマホお助け教室　受講生募集

新型コロナウィルスの終息が見とおせない中、世の中はオンライン全盛時代。せっかく購入したスマホを使いこなせていますか？　スマホ一つで世の中のあらゆるものとつながることができます。

これが、情報通信技術＝ＩＣＴ＝Information and Communication Technology です。

スマホを使って、コロナでなかなか会えない家族ともコミュニケーションをとりませんか。

スマートフォン操作全般に関する講座を下記のとおり開催いたします。

記

◇開催日：令和２年１２月３日(木)・４日(金)・７日(月)・８日(火)・９日(水)　(全5回開催予定)
◇時　間：１９:００～２１:００まで（２時間）　◇講　師：横尾 正治 氏（PCインストラクター）
◇募集数：１０名以内　◇〆　切：令和２年１１月２７日(金)まで
◇参加費：無料　◇準備物：スマートフォン・筆記具
◇講座内容：１・２日目…基本操作編、３日目…スケジュール管理等の標準アプリを使ってみよう
４日目…アプリストアからアプリをダウンロードしてみよう、５日目…おさらい，質問編
◇特　記：この講座では、iPhone（アイフォン）&Android （アンドロイド）携帯のどちらにも対応した講座です。ただし各社から発売されている「簡単スマホ」は上記のどちらとも操作が異なるため、一部講座内容に沿わない場合があります。

女性セミナー

健康は足元から！

例年よりも３ヶ月遅れてソーシャルディスタンスを講じた上で、女性セミナーを開講しました。

待たれていた方も多く、「元気やったね！」というあいさつでの再会となりました。

第1講は、原律子さんをお招きして「足もとからの健康」と題して講話してもらいました。

足は、第2の心臓とも言われるほど人間の体にとっては重要な働きがあるため、日ごろは見落とされがちな足の爪のケアや足の指の鍛え方などを多角的にお話しされ、納得していました。

→まずは姿勢を正して、その場で足踏みをし歩く練習をしてみました。

子育てサロン★

11月の子育てサロンを下記のとおり開催します。

記

①と　き　**令和２年11月13日(金)10:00～**
②ところ　若宮公民館
③内　容　親子ヨガ（講師：上戸木綿子氏）
④準備物　動きやすい服装で
⑤対　象　未就学児（0～5歳）とその保護者
⑥申込先　若宮公民館（☎23-9850／11日(水)迄）
⑦その他　感染防止に留意の上、ご参加ください

♥♥♥♥♥ ↓10月のサロンの様子 ♥♥♥♥♥

←10月の子育てサロンは、市内で音楽教室を主宰する後藤先生によるリトミックでした。音楽に合わせて子どもたちは大はしゃぎ！その勢いでコロナなんかやっつけちゃえ

生きること 一人一人が 輝くこと　令和元年度「差別をなくす人権標語」〈大分県教育委員会〉優秀作品より

令和２年秋季全国火災予防運動のお知らせ

「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」

2020年度全国統一防火標語

１１月９日(月)から７日間、秋季全国火災予防運動が行われます。秋のこの時期は、空気が乾燥しやすくなり、また寒くなってき始めるため暖房器具を使い始める方も多く火災が起こりやすい季節です。

火災予防運動期間中は、日田市消防団竹田分団による消火栓点検や広報活動などが行われます。皆さんもぜひこの機会に暖房器具等の点検をしてみてください。正しい使用で火災を防ぎましょう。

寿考教室

１０月２９日に寿考教室(第２講)を行いました。

講師に元教員の諫山孝範さんとシミズ楽器の清水三幸さんをお招きし「秋の音楽会」としました。

選曲に大変心配りをしてくださり、秋の歌やドラマ「エール」にちなみ主人公のモデルの古関裕而氏が作曲した「鐘の鳴る丘」と「長崎の鐘」を伴奏に合わせて歌いました。

チョロで聞く「長崎の鐘」は、戦後、希望を持って力強く歩んだ姿がまぶたに浮かび、ああいい曲だな……とあらためて感じさせられました。

←講座がひととり終わり、諫山先生が持参したチョロに触れさせてもらう受講生。奏でてみると低音が身体全体に響くのが分かるとのことでした

これからの主な予定！

11月11日(水)　子ども広場（第5講）
11月25日(水)　子ども広場（第6講）
11月13日(金)　子育てサロン
11月16日(月)　すずめの学校
11月19日(木)　寿孝教室（第2講）
11月25日(水)　女性セミナー（第3講）
11月26日(木)　椅子ヨガ講座（第4回）

イラスト著作権；がくげい
(株)インプレス

若宮公民館　検索

椋の木体験教室

若宮小の児童を対象に行っている「椋の木体験教室」で、水生生物調査を行いました。

市環境課の職員指導の下、台霧の瀬にて開催。

７月豪雨時のころに見られた災害ゴミはキレイに片付けられていて、一見しただけでは以前となんら変わったところはないまで復興していました。

石の裏などにひそむ生物を探し、それによって水のキレイさを計るのが今回の調査でしたが、さすがに時期が例年より２ヶ月近く遅くなった上、豪雨の影響もあって生物の種類がいつもの年と比べると少ないようでした。

←アミを持って水辺の小さな生き物を探す。時折○○○○○という単語も。調査対象外の小魚ばかりを見つけ出す班もあったようです

→図鑑を使って、見つけ出した水生生物の種類を探す。種類は少なかったもののいずれもきれいな水辺にしか生息しない虫たちばかりでした

すずめの学校！

教室生随時募集中！

記

開催日：１１月１６日(月) １０：００～
〈11月は第３月曜開催／原則毎月第４月曜AM10時～〉

対　象：高齢者の方

内　容：ラジオ体操・学校唱歌・計算ドリル・音読など
の学習をとおして認知症予防を目指します。

費　用：２００円／回

申込先：若宮公民館（☎23-9850）

予定日：12月21日(月)・1月25日(月)
2月22日(月)・3月22日(月)

サポーターさんも募集しています。　お世話役として参加してみませんか？

人生１００年時代！健康寿命を延ばし、いつまでも自分らしく暮らしましょう！