

見島公民館だより

わ



第 1 6 4 号

見 島 公 民 館

萩市見島 3 2 6 - 1 2

TEL 0838-23-3005 fax 0838-23-3313

平成 3 0 年 1 2 月

第14回 見島公民館まつり



11月2日～4日の3日間、公民館まつりが開催されました。1日目は夜7時から演芸で三味線・大正琴の演奏、自衛隊のエイサー演舞で大変盛り上がりまし。2日目はバザーやフリーマーケット・野菜の即売、カレーライス・たこ焼きの販売がありました、たこ焼きには行列ができて大人気で大勢の来場で賑わいました。

今年も健康増進課の保健師さんによる健康相談も行われました。

展示品の出品や出店して頂いた方々、演芸に出演頂いた皆さん、お手伝い頂いた皆さん誠にありがとうございました。

第4回 わくわく見島



10月17日(水) わくわく見島も今年で4回目となり、参加者も体を動かすうちに笑ったり、お喋りをしたりと楽しい時間となりました。今回のテーマは「尿漏れ」についてでした。腹圧性尿失禁と切迫性尿失禁の予防方法として、骨盤底筋のトレーニングが有効とされているそうです。あまり尿がたまっていないのに、頻繁にトイレに行くと、膀胱が小さくなったり、過敏になったりして、尿を沢山蓄えることが出来なくなることがあるようなので、気をつけたいですね。

骨盤底筋を鍛える体操ポイントは、①お通じや尿を我慢するような感じで、肛門や膣を縮める。

②肩に力が入ったり、息を止めないように注意する。

③ゆっくりと5つ数えるまで縮めたままに。力をぬくときはゆっくりと

④毎日40回～100回(5分～15分)、だんだんと増やし習慣化する

体操後には、島の赤ちゃん達のハイハイレース!!ととても可愛く、参加者を和ませてくれました。また、次回もお楽しみに♪

見島小中学校文化祭

10月27日(土)児童・生徒の皆さんは自分達の学んだことの発表を頑張っていました。とても印象的だったのは、中学生の守永愛梨さんの英語暗唱発表で長い文章を覚えて、堂々としている姿でした。小学1～2年生の「泣いた赤鬼(劇)」では、全員が鬼の役を演じ、最後はみんなで一輪車に乗るシーンが凄く良かったです。中学生の発表も、それぞれ調べた事を分かり易いように工夫していたように思います。小学3～6年生は、萩のアトラスで見島味噌を販売するという大変さ、人と直接接することでの気付き等、一つ大人になったように感じました。それぞれ今回の文化祭を通して、地域の方や保護者、日頃お世話になっている方々等に子ども達の様々な面を見せて頂けたように思います。



学校運営協議会「体」プロジェクト かぼちゃ調理実習開催



11月8日(木)午前9時から見島ふれあい交流センターにおいて見島小・中学校運営協議会「体」の運営協議委員さんのご指導、ご協力によるかぼちゃ調理実習が行われました。

見島小・中学校では、「知・徳・体」の3つのプロジェクトで構成されており各運営協議委員さんと教職員さんとが協議を行い学校行事が運営されています。今回、「体」の協議委員天賀公民館長さん、山内雪子さん、野中彩香さん、養護教諭村田先生、教諭矢田部先生と小中学校児童・生徒と一緒に7月にかぼちゃの種を撒いて育ったかぼちゃで「かぼちゃのカップケーキマフィン」を作りました。又、事前に運営委員さんが美味しいかぼちゃのポタージュスープを作って下さっていました。牛乳とかぼちゃ、玉葱、ベーコンを入れた栄養満天のスープです。子ども達は、みんなで協力してできた野菜の喜びを味わい食の大切さ、物を作る楽しさで心も体もとっても元気になったようです。



住民福祉講座開催～たくさんの方が来館されました!!



11月15日(木)共催：見島地区社協、見島地区民生委員児童委員協議会、見島地区老人クラブ、見島公民館、主催：萩市社会福祉協議会による平成30年度住民福祉講座「いつまでも元気に、見島で暮らすために!!」が見島ふれあい交流センターで開催されました。58名の方に参加頂きました。有難うございました。今回、萩にゃんも一緒に来られていましたよ！萩市社会福祉協議会では、平成28年度より地域をより良くするために皆さんが地域で元気に過ごせるようにとケア会議や支えあい協議体、わくわく見島等の事業を展開して頂いています。とても有り難いです。見島の方は生涯現役で元気な方が多いですが、日々、人とふれあう事も少なく一日が過ぎていくように思います。今回、みんなで元気カレーを食べて、昼食後12時40分から「認知症なんて怖くない!」～クイズに答えて、認知症を知る～のクイズラリーがありました。二階のあっち、こっちにクイズが貼られ、二階の廊下は人、人、人の渦でいっぱい!正解者には「お・た・の・し・み!」の景品が用意されています。講演では、長谷亮佑先生が医師として働いて感じたことや病院で患者さんに対する医療の限界、病院から地域へ繋げることが大切で病院での医療のみでは健康は得られません。健康は日常生活が影響されるようです。認知症への理解と予防を目的として「自分たちにできること」「今、しなければいけないこと」などを今日はたくさん学び、楽しいひと時を過ごす事ができました。お疲れ様でした。



見島の歴史（146）

教育（続）

学制の歩み

見島中学校(続)

- 昭和52年11月 本校創立30周年記念行事を挙げる。
- 53年 7月 砂見田海岸において特別水泳訓練及び海上避難訓練を実施する。
- 12月 部活動、部室棟の設置を完了する。
- 54年 7月 水泳特別訓練を実施する。
- 9月 石垣撤去により、新校舎改築作業始まる。
- 55年 5月 新校舎改築竣工式を挙げる(生徒数99名)
- 8月 新校舎内部設備が完了。
グランドピアノが寄贈される。
- 9月 視聴覚機器が充実される。
- 58年 6月 育友会広報「波涛」創刊号を発行。
- 12月 見島地域ぐるみ生徒指導協議会を結成する。
- 60年 3月 生徒会奉仕清掃活動で、県教育長より表彰をうける。
(生徒数91名)
- 9月 台風被害による屋内体操場改修を完了。
- 61年 8月 新校舎職員室、山手側の残土撤去して、小ホールを設置。
- 11月 「グリーン美島」の活動により、萩市教育奨励賞を受賞する。
- 62年 9月 屋内体操場屋根を改修する。
- 11月 創立40周年記念式典を開催。講演、祝賀会を開催する。
- 平成元年 4月 ボランティア協力校として、県社会福祉協議会より指定される。(生徒数69名)
- 2年 4月 旧校舎の防水工事が完了する。(生徒数73名、3学級)
- 3年 4月 念願の県費による事務主事が配置される。
- 10月 パソコンを職員室に設置する。
- 4年10月 萩市花いっぱい運動奨励賞を受賞。(生徒数70名、3学級)
- 6年 2月 コンピュータ教室設置。11台のパソコンを整備。
- 4月 校則の見直し。「男子頭髪の自由化を図る。」(60名、3学級)
- 7年 4月 校則の見直し。「男子帽子着用の自由化」とする。
屋内運動場竣工式を挙げる。(生徒数50名、3教室)

(内容に疑義がありましたら、見島公民館までお問い合わせ下さい)

わたしの作品紹介

俳句

☆クリスマス ツリーを飾る 朝光る 北國 浩子

☆北風や ころころ回る 庭のすみ

☆日向ぼこ ぶ厚き本と 老眼鏡

短歌

山本 勇次



☆流柿を 烏啄み コリヤ不味い

さすがの鳥 これには負ける

☆居眠りで 願い深々 手を握り

祈り続ける 願いは如何に

☆秋雨の 滴る音に 耳すまし

深み行く秋 日毎重なる



ごみ収集日

燃やせるごみ (毎週 月・木曜日)

燃やせないごみ等の収集日 (祝日も回収いたします)

第1水曜日	12月 5日 (水)	プラスチック製容器包装
第2水曜日	12月 12日 (水)	資源ごみ (缶、ビン、ペットボトル)
第3水曜日	12月 19日 (水)	燃やせないごみ
第4水曜日	12月 26日 (水)	資源ごみ (缶、ビン、ペットボトル)



公民館まつりに沢山の御来場有難うございました。

アンケートの質問についてお答えしたいと思います!!

Q. 公民館の利用について詳しいことが分からない。誰でも利用できるのか?

・どなたでも御利用頂けます。各部屋の使用料金等ございますので、お問合せ下さい。

Q. 数人のグループでないと駄目なのか。使用料金は?

・個人でもグループでも御利用可能です。利用する場合、御来館いただき使用許可申請書の届けが必要となります。又、事前に電話等で使用される部屋の御希望がございましたら、お問合せする事でスムーズにお手続きをすることができます。

※料金は各部屋、午前(9時~12時)・午後(12時~17時)・夜間(17時~22時)の3段階で施設使用料が設定されています。尚、冷暖房は1時間につき料金が設定されています。詳しく知りたい方は、公民館までお問合せ下さい。

これからの行事予定

12月 1日(土)ベネフィットワン・ヘルスケア

2日(日)親子教室竹鉄砲作り

3日(月)見島地域ぐるみ生徒指導推進委員会

6日(木)ニュースポーツ教室

18日(火)萩市家族会介護者支援事業、ささえあい協議体

19日(水)わくわく見島

人口	768	男	404
(10月末現在)		女	364
		世帯数	452

このほか、三味線、大正琴を毎週実施します。