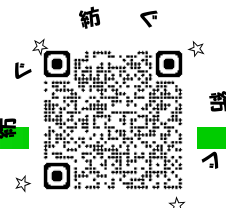


中央公民館だより 第54号(令和7年8月1日)



“紡ぐ”

～心・想・縁、そして未来を～

中央公民館
☎: (0838) 25-3590
✉: shougai@city.hagi.lg.jp

ギコギコ、トントン♪



7月27日(日)、地域の企業を講師にお招きし、親子木工教室を開催しました。8家庭(小中学生11人)が参加し、インパクトドライバーなど普段使わない工具に苦戦しながらも親子で力を合わせて、作品を完成させることができました。夏休みに入った子どもたちが、親子のふれあいを通じて素敵な思い出を作ることができたと感じます。

中央公民館講座では、後期に新たな講座開設に向けた準備をしています。改めてご案内いたしますので、講座へのご参加をお待ちしております♪♪♪

↓ 生け花教室(6月15日)



↑ 絵てがみ講座倶楽部(6月18日)

「夏バテ予防にウナギ？それとも鶏？」

皆さま、안녕하세요(こんにちは)。暑い日が続いていますが、夏バテ対策は万全でしょうか？今回は、日本と韓国、それぞれの夏のスタミナ食についてお話ししたいと思います。

日本では、夏バテ予防として「土用の丑の日にウナギを食べる」という風習があります。ウナギは栄養価が高く、特にビタミンB群が豊富で、疲労回復やスタミナ増進に効果があると言われています。先日、埼玉県川越市で名物のウナギをいただいたのですが、ふっくらと柔らかで香ばしく、そのおいしさに感動しました。これなら、暑さで参ってしまいそうな体にも確かに効きそうだと実感しました。



一方、韓国では、夏の暑さが最も厳しい時期に「伏日(ポンナル)」と呼ばれる日があります。伏日は3日間あり、陰暦に基づいているため、日程は毎年異なります。この伏日に、滋養強壮のため「参鶏湯(サムゲタン)」という料理を食べる風習があります。

参鶏湯は、若鶏にもち米、高麗人参、ナツメ、ニンニク、松の実などを詰めて煮込んだ韓国の伝統的な料理です。柔らかく煮込まれた鶏肉は塩をつけていただいたり、スープに入れたもち米をお粥のようにして楽しんだりします。暑い日に熱々の参鶏湯を食べると、汗が噴き出しますが、これは「暑い夏に熱いものを食べて体の調子を整える」という「以熱治熱(イヨルチヨル)」の考え方に基づいています。一緒に飲む人参酒も、元気をさらに後押ししてくれる気がします。

どちらも、ただおいしいだけでなく、栄養満点で体の調子を整えるのにぴったりなので、この夏、私は土用の丑の日にはウナギをいただき、伏日には参鶏湯を試してみようと思っています。皆さまも、ぜひおいしいものを食べて、暑さに負けず元気に夏を乗り越えましょう！

※ 写真は、筆者がそれぞれ現地で撮影！！

地域とともに ～地域連携紹介コーナー～

和船競漕参観日 ～越ヶ浜小・中学校～



6月28日(土)、気持ちよく晴れ渡った青空の下、越ヶ浜小・中学校で和船競漕参観日が開催されました。

コロナ禍で、これまで伝統的に続いていた和船競漕大会がなくなりましたが、和船競漕参観日という形で復活し、少しずつ定着してきました。今年は特に参観される地域の方や保護者、卒業生が多かったように思います。

いつかは自分も和船を漕ぐことを夢見ながら、岸から声援を送る小学1～4年生たち。応援を受けつつ、指導者とともに船を漕ぐ5・6年生や中学生。そこには、あこがれが受け継がれていく姿がありました。児童生徒数が減少する中でも、地域に伝わる伝統は形を変えながらも、確かに受け継がれ続けています。

♪ 第45回 ロビーコンサート ♪ (7月2日開催)



♪♪♪ 曲名 ♪♪♪

- ・Night song
- ・Don't cry
- ・萩の歌
- ・Mama の歌
- ・Half life shore
- ・桃の木
- 【アンコール】
- ・All roads

今回出演されたのは、Lulu(ルル) & Shun(シュン)のお二人です。ギターとビオラの演奏で、フォーク・ロック・ジャズ・クラシックなど、様々なジャンルを融合させた独自の音楽で萩を中心に国内外で活動されています。

来場された方からは、「初めてビオラを聴いて素晴らしいと思った」、「独特のコードと美しいメロディーライン、歌も良かった」、「聞いたことのない歌や演奏だったが、よかった」、「萩のシンガーを知ることができてよかった」などの感想をいただきました。

ご来場いただいた皆さん、ありがとうございました！

次回のロビーコンサートもお楽しみに！！

食を通して応援

社会教育主事 中野 裕之

里芋は「努力の実り」、トマトは「平和」などのヤサイコトバをご存じでしょうか？



市内の保育園に、ヤサイコトバ作家・野菜ソムリエプロの西川満希子さんを講師としてお招きし、「野菜は食べるおまもり～ヤサイコトバで育む家族の笑顔～」という演題で子育て講座を開催しました。西川さんがヤサイコトバを生み出されたきっかけは、息子さんの試合前の験（ゲン）を担ぐためでした。お腹の調子を崩してしまわないように「かつ丼」以外の食べ物で、何か特



別な意味を込められているものを探したそうですが、見つからず、「ないなら作ってみよう」と決意され、誕生したのがヤサイコトバです。この講演を聞きながら、我が子のモチベーションをどのように良い方向へ導けるか悩んでいましたが、「食を通して応援する」という

考え方には、なるほどと納得しました。

「この前までできたことが…」
「さっきまで調子がよかったのに…」



ついつい勝手に期待をしてしまい、期待通りでなかったときには怒ったりがっかりしたりしてしまいます。子どもの立場からすれば、プレッシャーをかけられていると感じているでしょう。自身を反省しつつ、調子を崩しやすい我が子には、手を変え品を変えながら、どうすれば良い調子を維持できるのか試行錯誤を続けています。

子育てをする中で、日々いろいろな悩みが生まれ、その都度解決策を模索しながら進めていることでしょう。インターネット等でさまざまな情報があふれる中、どの情報が信頼できるのかを見極めることが難しいと感じることもあるでしょう。そんなときには、**保育園・幼稚園、学校、萩市こども家庭センターHAGU、家庭教育支援チーム、子ども・若者相談窓口**などを活用することで、不安や疑問を解消する一助になるかもしれません。



保育園での子育て講座を聞きながら、「あのとき知っていたら…」思うことがよくあります。子どもの成長は本当にあっという間で、気づけば親元を離れていく日が来ます。そんな短い時間の中で、少しでも子育てを楽しんでほしいと願っています。



萩警察署からのお知らせ!!



ニセ警察官のオレオレ詐欺音声動画 山口県警察「Youtube」 で公開中！ご覧ください！

動画の内容

大阪府警の警察官を名乗る男から、

- 逮捕した容疑者の自宅からあなた名義のカードが発見された
- あなたは、容疑者である
- 守秘義務があるので誰にも言ってはいけない

と言われ、SNSのビデオ通話に誘導されるまでのものです。※3分45秒の動画です

実録！

ニセ警察官からの
オレオレ詐欺電話音声

山口県警察本部 生活安全企画課



で、今回のですね事件で物的証拠が
押収されており、現時点で〇〇さんに
かけられている容疑、こちら

犯罪収益移転防止法違反
口座開設

のね容疑がかかってます



動画のQRコードは

こちらです！！ ⇒



お知らせ掲示板

【情報】ふれ愛ギャラリー萩ぶらっと

【大展示室】

■土砂災害パネル展示

8月17日(日)まで 9時～17時

【小展示室】

■岡 英卓おか ひでたかは、自分をあきらめない。imagine2025

8月6日(水)～11日(月)まで 10時～17時

■放課後子ども教室作品展

8月16日(土)～9月1日(月)まで 9時～17時



第29回躍動展

出展者を随時募集中!!
詳しくは、文化・生涯学習課
(☎0838-25-3511)まで



～ 中央公民館 8月の講座予定～

○中央公民館講座 (参加要問合せ)

- (1) 高校生が教える小学生習字教室 1日(金) 10:00～12:00
- (2) 親 COCO 講座～親子で育ち愛～ 2日(土) 10:30～12:00
- (3) 英国お菓子づくり教室 5日(火) 16:00～
- (4) 親子お菓子づくり教室 7日(木) 9:30～12:30
- (5) 健康づくり教室 12日(火) 10:30～11:30
- (6) 親子パン教室 18日(月) 13:00～16:00

○あおあお(高齢者)教室 (見学可)

- (1) 書道講座 4日(月) 9:30～11:30
- (2) 初心者からの「いけ花倶楽部」講座 24日(日) 10:00～12:00
- (3) 老化防止教室 25日(月) 10:15～11:45
- (4) 歌謡倶楽部講座 16日(土) 13:30～/30日(土) 13:30～

萩市人権を考える市民セミナー

市民館大ホールにおいて、人権教育に関する講座を下記の日程で開催します。お申し込みは、右の申込フォームまたは☎(0838-25-3511)。



	講演テーマ	講師
8月4日(月) 14:00～16:00	プライバシーの保護	山口県立大学国際文化学部情報社会学科 准教授 吉永 敦征 様
8月7日(木) 14:00～16:00	インフォームド・コンセントの推進	医療法人新生会いしいケア・クリニック 院長 原田 唯成 様

萩市合併20周年記念事業

第21回

萩市

美術展

作品募集

左記QRコードから
お申し込みください。9月17日まで
(水曜日)

詳しくはホームページまで!

【お問合せ】

萩市教育委員会事務局

文化・生涯学習課

TEL0838-25-3511



萩市ホームページ

10.12 sun

10.19 sun

入場
無料

萩・明倫学舎3号館2階

10:00~17:00

※最終日は16:00まで

部門

【高校生・一般の部】平面・立体・書・写真
【小・中学生の部】絵画・書

表彰式：10月12日(日)

11:00~11:40(萩・明倫学舎)

作品搬入：9月28日(日)~29日(月)

萩市長賞

そうがんゆうさいおおざら
「象嵌釉彩大皿」

萩市議会議長賞

しゅんやあめをよるこが
「春夜喜雨」

萩市教育長賞



「いのちの森・明日へ」

萩美術協会長賞

こうぼねとはち
「河骨と蜂」

【主催】萩市・萩市教育委員会

【共催】萩市文化協会

【協賛】萩美術協会



8月



地域カレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 市民館 小学生習字教室	2 市民館 親COCO講座
3	4 萩市人権を考える 市民セミナー 市民館 書道講座	5 市民館 英国お菓子 づくり教室	6 市役所 ロビーコンサート	7 萩市人権を考える 市民セミナー 市民館 親子お菓子 づくり教室	8	9
市民ギャラリー 岡英卓は、自分をあきらめない。imagine2025						
10	11 山の日	12 市民館 健康づくり教室	13	14	15	16 市民館 歌謡倶楽部
市民ギャラリー						市民ギャラリー
17	18 市民館 親子パン教室	19	20	21	22	23
市民ギャラリー 放課後子ども教室作品展						
24 市民館 いけ花倶楽部	25 市民館 老化防止教室	26	27	28	29	30 市民館 歌謡倶楽部
市民ギャラリー 放課後子ども教室作品展						
31						
市民ギャラリー						

☆☆市民館、市役所、市民ギャラリーについては、文化・生涯学習課（Tel25-3511）に、
学校行事については、各学校にお問い合わせください。

●●学校行事は、天候等により延期または中止となることがあります。

☆掲載校☆ 明倫小・椿東小・椿西小・白水小・越ヶ浜小・萩東中・萩西中・越ヶ浜中

【市役所ロビーコンサート(入場無料)】

演奏者募集中

○第46回：8月6日(水) 12:15～12:45

出演者 佐藤 聡 (小学3年生・岩国市)

曲 名 『スクリャービン(Op.42-5)ほか

