



# 明木公民館だより

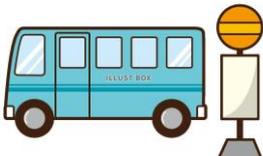
《平成31年2月号》



2019.1.26

編集・発行 / 明木公民館 TEL55-0001

## 2月の行事予定（会場：旭マルチメディアセンター）

1日(金)	9:00~	Myパソコンで!お気軽パソコン教室 講師：守永英子さん 受講料500円で毎月開催中!申込みは明木公民館へ
4日(月)	10:00~	明寿会川柳教室
13日(水)	10:00~	「市民の暮らしを支える利用しやすい交通ネットワーク」に関する意見交換会 主催：萩市（事務局 商工振興課） 運転免許証の返納を考えている、または既にされたという方、ぐるっとバスや路線バスなど「明木地区の足の確保」について意見や要望をお持ちの方など、みなさんの参加をお待ちしています。地区の思いをしっかりと伝えましょう
		
14日(木)	9:00~	明木手芸を楽しむ会定例会
15日(金)	9:00~	すみれ学級「明るい介護」講師：松田美由紀さん
20日(水)	10:00~	乳幼児相談 受付は10:30までをお願いします
26日(火)	8:30~	確定申告受付スタート! 明木会場は3月6日までです
	10:00~	あさひ減るしー教室 3B体操で減るしー&ヘルシーに
27日(水)	10:00~	第7回あさひ福祉講座 ちひろトーク&コンサート

## ユネスコ「書きそんじハガキ・キャンペーン」にご協力をお願いします

世界には学校に通えない子どもが5,800万人おり、世界の成人の6人に1人は読み書きができないといわれています。

ユネスコでは、書き損じハガキ等を募金にかえ、さまざまな理由で教育の機会に恵まれない子どもや大人のために「学びの場＝寺子屋」を世界に広げていく「世界寺子屋運動」を展開しています。カンボジアでは、11枚の書きそんじハガキ、又は未使用切手やプリペイドカード500円分で、ひとりがひと月学校に通うことができるそうです。



明木公民館の事務室前に回収BOXを設置して、書きそんじハガキ、未使用のプリペイドカード・官製はがき・切手や商品券、ビール券等の金券類を受付けておりますので、ご協力をお願いいたします。

## インフルエンザ流行中!うがい・手洗い・せきエチケットをしっかりとね☆

インフルエンザの予防には!



マスク

手洗い

うがい

医療機関は、インフルエンザに罹った場合、熱が下がっても2~3日は外出をひかえるよう指導しています。

予防と早めの受診、十分な睡眠・休養、栄養補給を心がけましょう!

# ☆1月 旭マルチメディアセンターでこんな行事がありました☆

## 15日(火) 旭生改連「魚食普及料理講習会」

お魚かたりへの片岡謙一郎さんから「認知症予防・血栓防止・動脈硬化の予防と改善・コレステロール低下」など、魚食が「健康寿命」に効果的な事の講義を受けた後、ヤズを1人1尾使って調理実習をしました。



豪華!



## 16日(水) すみれ学級

### 「お家のごちそう! 料理教室」



今回の料理教室は、明木婦人会の会員が家庭で作っている、キャベツの丸ごと煮込み、ローストビーフ、昆布巻きをお互いに教え合う形で開催しました。

料理のレシピは明木公民館の事務室前に置いておりますので、どうぞご利用ください(^o^)

## 18日(金) 奥萩ブランド認証特産品等フェア

萩・阿西産業振興センター(会長:岡崎智)が特産品を紹介するフェアを開催しました。昨年から旭中学校3年生が参加し、奥萩ブランド認証商品の見学などで地域学習を深めています。今年も会場の試食・試飲コーナーは大盛況で、出品された商品が当たる抽選会など市内外からの参加者で賑わいました。

楽しく交流!  
しっかり学習!



試食もみんなでガンバリました!?

## 23日(水) たいやきサロン

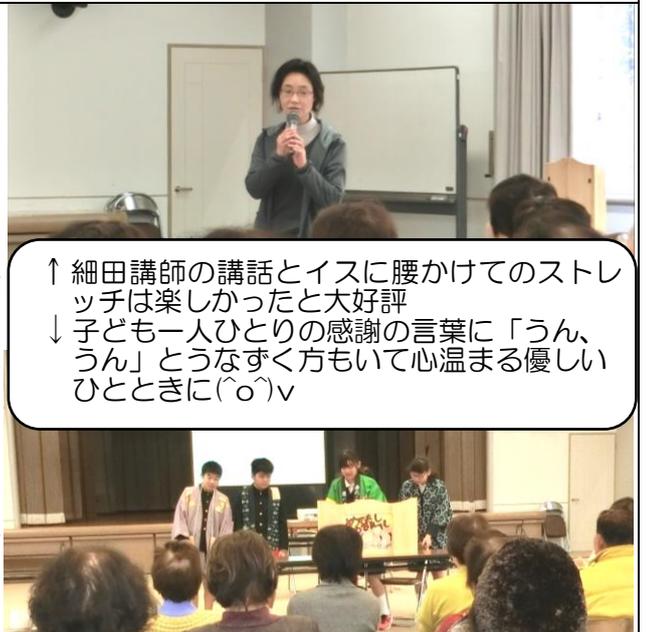
明木地区社会福祉協議会(会長:岡村健哉)が定期的に行っているたいやきサロン。今回は、ちはるえんデイサービスセンターの土山政子相談員の指導で、全身をほぐして体を温めました。昼食は明木地区社会福祉協議会の構成団体が交代で調理しており、今回は旭生改連が担当。心づくしの手料理にはお手製イチゴ大福もついてみんな大満足(^o^)



## 25日(金) 高齢者学級

### 「カラダと心をほぐしましょう!」

萩市西地域包括支援センターの細田有希子主任作業療法士の指導で、寒さで縮こまった体をストレッチ!少し温まった頃、明木小の6年生5名が地域学習で注連縄づくりを習い、昔遊びなどでお世話になったお礼に紙芝居を見ていただくよう来館しました。演目は昨年10月に萩市で開催された「第2回ふるさと紙芝居全国大会 in 萩」で披露した「彦六・又十郎伝説」。様々な場面で交流し、子どもたちの成長を見守ってきたみなさんは、卒業を前に6年間の感謝をこめ、地区の伝説を受け継ぐ子どもたちの姿に目を細めていました。「思いやりの里 明木のキズナ」ですね☆



↑ 細田講師の講話とイスに腰かけてのストレッチは楽しかったと大好評  
↓ 子ども一人ひとりの感謝の言葉に「うん、うん」とうなずく方もいて心温まる優しいひとときに(^o^)