

## 金津小学校・細呂木小学校児童が古代たたら製鉄を体験



毎年、春と秋に古代製鉄体験実習を開催していましたが、昨年は各小学校で創立150周年の記念イベントや式典等があり開催できず、金津小学校6年生90名は卒業直前の2月28日に、細呂木小学校5年生19名は卒業式翌日の15日に開催しました。

両日とも天気に恵まれ、製鉄遺跡の歴史の話、製鉄炉に砂鉄や炭を投入し鉄を作る体験や、たたらフィゴを踏んで風が送られてくることを感じとるなど、みんな笑顔で楽しんでいました。

細呂木小学校の皆さんは、同時進行で五寸釘からペーパーナイフを作ることに挑戦しました。

フィゴで風を送り、炉で五寸釘を真っ赤に熱し、ねじってたたいて

お散歩で見学に来たことも園のお友達も手押しフィゴに挑戦



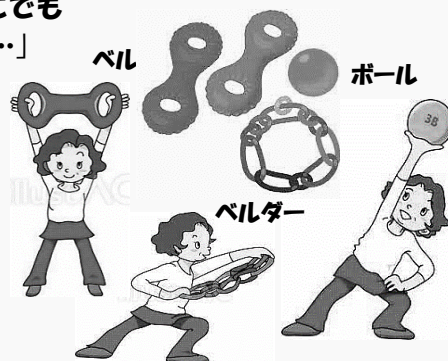
できたケラ(鉄の塊)を水で冷やし磁石で拾い学校に持ち帰りました



## 自主クラブ紹介 「3B体操」(毎週木曜日 午前10時から開催)

3B体操は「遊びの要素」「気軽に」「体に無理なく」をキーワードに、音楽に合わせて、3つのB(ボール、ベル、ベルダー)を使い分け、筋肉運動やストレッチを行う、老若男女を問わず誰にでも楽しめるように考案された健康体操です。「体を動かしたいけど激しい運動は…」とお悩みの方、まずは体験してみましょう。

- ボール運動 体の下に置き丸みを利用して背筋や内臓を鍛えたり、ボールの動きを目で追うことで視神経・運動神経を刺激します。
- ベル運動 浮き輪のようなベルを両手で持って上下左右に動かすなどして筋肉を鍛え、失われた機能の全身の回復に誘導します。
- ベルダー運動 大きな輪ゴムをつなげたベルダーの適度な伸び縮みを利用して筋肉を伸ばすストレッチを行います。



### 無料体験会を開催します!!

開催日時 令和 6年 5月 8日(水) 午後2時~3時30分  
6年 5月15日(水) ”  
会場 細呂木公民館 2階「和室」  
定員 10名(年齢・性別関係なくどなたでも参加できます)

参加申し込み・お問い合わせは細呂木公民館へ(TEL 0776-73-2151)

あわら市 細呂木公民館



〒919-0805 あわら市滝63-21  
(TEL 0776-73-2151 Fax 0776-91-2151)

### 細呂木公民館公式Instagram更新中!!

細呂木公民館で行うイベントのお知らせ、活動の様子や、公民館周辺・細呂木地区内のいろいろな風景などを情報発信しています。

あわら市細呂木公民館  
公式Instagram



# ほそろぎ通信



細呂木公民館より 令和6年 新緑号

## 細呂木公民館 定期教室のご案内

細呂木公民館では、6年度の定期教室として下記の定期教室を開催します。なお、定期教室は継続受講者優先となっていますので、定員に達しているところや募集人数が少なくなっていますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

参加申し込み・お問い合わせは細呂木公民館へ(TEL 0776-73-2151)

教室名	回数	定員	募集人員	開校月	曜日	時間
ほやほや料理教室	11	10	4	5月~3月	第3木曜日	10:00~11:30
ヨガ教室	22	14	6	5月~3月	第2・第4水曜日	19:30~20:20
テッサン教室	22	16	2	5月~3月	第1・第3火曜日	9:30~11:30
細呂木ナイフ教室	11	6	—	初回 5月16日9時~12時(以後不定期) (屋外教室中心のため天候・気温により変動)		

♡ ヨガ教室  
6名募集



お勤めの方も  
参加しやすいよう、  
19時30分  
から行っています。  
お仕事で疲れた心と  
体をリフレッシュして  
みませんか。

owakai方が  
ooiですよ

🔍 ほやほや料理教室 男性大歓迎!  
4名募集



✍ テッサン教室  
あと2名募集



👤 ナイフ教室  
定員に達しました

あわら市の経費削減対策の一つとして、年四回発行している「ほそろぎ通信」をカラー印刷からモノクロ印刷に変更するように連絡がありました。不本意ではありますが、4回発行のうち2回をモノクロ印刷とさせていただきます。各区の楽しいイベントや公民館活動等の記事が、見づらい、判りづらい、伝わらないなど、広報誌の大切な役割が低下することもあろうかと思いますが、市からの要請でもありますので、何卒ご理解いただき、お許しをお願いします。

館長



## 単発教室 竹細工教室のご案内

大好評の季節の竹細工教室。

今回のテーマ「手桶に朝顔」を庭仕立てで作ります。

細かい作業もあり、ちょっと苦勞するかもしれませんが、山田先生が優しく教えていただけるので、手先が器用な方、不器用な方を問いません。参加をお待ちしております。

日時 令和6年5月22日(水)

午前の部：10時～正午

午後の部：1時～3時

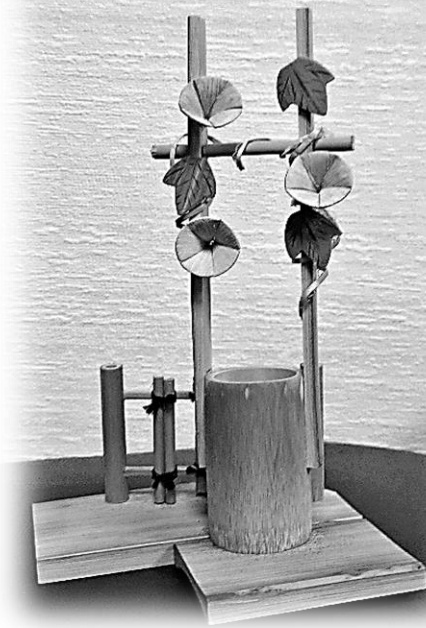
会場 細呂木公民館 工作室

講師 竹工藝 創竹 山田信雄 先生

対象 あわら市内に在住、勤務されている方

参加費 1000円(材料費)

定員 午前・午後の部とも各10名



★ お問い合わせ・申し込みは細呂木公民館(☎73-2151)まで★

☞ 定員に達し次第で締め切らせていただきます。お申込みは、どうぞ お早めに!



## 単発教室 こけ玉教室のご案内



細呂木公民館の人気教室として定着した苔玉教室。以前は女性ばかりの参加でしたが、男性の方も苔玉作りを楽しむようになりました。

女性に交じり奮闘し完成した「こけ玉」は、一年たった今も、枯らすことなく健在で、春の芽吹きが見られると話されていました。

大き目のお盆に、出来上がった「こけ玉」を置いて白砂や石などで飾り、お盆庭園作りを楽しんではいかがでしょうか。

日時 令和6年6月11日(火) 13時30分～

場所 細呂木公民館 工作室

参加費 2,000円(材料費)

定員 10名(先着順)

講師 尾方 喜代子 先生

切 5月24日(金)

お問合せ・申込みは細呂木公民館(☎73-2151)まで

(お盆を使ったミニ庭園)



ホワイトデー企画

## 「心を込めて花束を」を開催しました

みなみ園芸の川崎美穂先生に講師をお願いし、ホワイトデーには少し早い3月9日「心を込めて花束を」教室を開催しました。

もちろん、参加者は男性に限定。8名の方が参加しました。参加者全員「ひとかけらのチョコももらっていないけど」と言いながらも、愛情をこめて??? 日頃のお礼をこめて・・・

今回は、見たことはあるけど初めて名前を聞くラッパの形をした「カラー」やユリのような「アリストロメリア」、真っ赤なバラにカーネーションなど、豪華なアレンジフラワーになり、プレゼントされた奥様達は、それはそれは喜んだことでしょう。

来年、忘れていなければきっと大きなチョコを期待できるかも。多分。



## プリザーブドフラワー をオシャレにかわいく飾ろう

3月25日に坂井一枝さんを講師に迎え、プリザーブドフラワーを使ったインテリア造りを行いました。参加者が25人と多くなったため2班に分けて行いましたが、皆さん、楽しくおしゃべりをしながら、オリジナリティあふれる作品を仕上げていました。

プリザーブドフラワーとは生花を長期間楽しめるように、特殊な保存加工(プリザーブド加工)を施した花で、花そのもののみずみずしさを保ち、柔らかで、まるで生花のような自然な仕上がりとなります。

枯れることなく、水やりの必要もないことが大きな特徴です。



## さぎ草の球根の植え付けを行いました

細呂木地区に縁(ゆかり)のある「さぎ草」は、現在、準絶滅危惧種に指定されていることから、この「さぎ草」を守り育てようと、数年前から毎年、さぎ草教室を開催しており、今年も、浅野忠義さんに講師をお願いし3月12日に開催しました。

参加した10名の皆さんは、植え付け鉢の底に水苔を敷き、その上に赤玉土を入れて小さな球根を優しく丁寧に置いて、その上に赤玉土薄く敷いた後、水苔で覆い、植え付け終了。

「毎日」「欠かさず」「午前9時迄に」水やりが必修とのこと。

水やりをしっかり守って、枯らすことなく、可憐で小さな「さぎの花」を飛ばしましょう。

