

おかすが



●着任のご挨拶

桜の息吹を感じる頃となりました。

皆様方には、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

4月1日より、本荘公民館館長を務めさせていただくことになりました坪田忠久です。

地区の皆様には、常日頃より公民館講座をはじめ、公民館事業にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

令和7年度も、地区の皆様の交流場として一層広がっていくように公民館運営を目指して、微力ではございますが皆様と共に進めていきたいと思っております。

職員一同、笑顔と笑い声、微笑みを大切に頑張っておりますので、今後とも引き続きよろしくお願いたします。

本荘公民館 館長 坪田 忠久

お知らせ

●令和7年度定期教室のご案内

5月開講の定期教室をご案内します。この春から新しいことを始めてみませんか？お気軽に公民館までお問い合わせください。4月30日(水)の時点でお申込みが5人に達しない場合は開講できませんのでご了承ください。

申込みは
こちらから



▶和アート教室(5年目)

さまざまな季節の絵と筆文字を融合した筆遊びの教室です。

と き:第3木曜日10:00~11:30(全11回)

●開講日は、5月15日(木)10:00~

ところ:第1会議室

講 師:水野 心々和さん(和アート協会認定講師)

定 員:10人(申込先着順)

登録料:2,500円(全11回分)※初回に集金します。

教材費:別途毎月2,000円必要

持ち物:顔彩24色、筆、毛氈、水入れなど(初回のみ有料レンタル可能です。申込時に入力してください)



▶ZUMBA教室(4年目)

ラテンミュージックに合わせてエクササイズをしませんか？ダンスの経験や特別な知識は必要ありません！老若男女問わず楽しめるエクササイズです！インストラクターの動きに合わせて自分の思うままに動くだけ！未経験者、初心者こそ大歓迎です！

と き:第1・3金曜日10:00~11:00(全22回)

●開講日は、5月16日(金)10:00~(2日ではありません！)

ところ:大ホール

講 師:にした ゆうこさん(ZUMBA®インストラクター)

定 員:15人(申込先着順)

登録料:5,000円(全22回分)※初回に集金します。

持ち物:水分、内ズック、(あれば)ヨガマット(クールダウンに使用)



▶布花教室(4年目)

ヤドリギ、ビオラ、ラベンダーなどを白い布から作ります。大変好評をいただいております。こちらの定期教室は受付を終了しております。
 なお、同講師の単発講座はR7年度も企画予定ですので、公民館だよりなどでのお知らせをお見逃しなく。

と き:第2・4火曜日9:30~11:30(全22回)
 ところ:第1会議室
 講 師:田中 咲子さん(marumero mashulo)
 定 員:10人(申込受付終了)

●健康音楽体操のご案内

健康にまつわる話や、当日の健康状態確認、そして歌謡曲に合わせて身体を動かします。昔懐かしい曲に合わせて楽しく健康づくりをしませんか?身体の状態に合わせて座ったままでも大丈夫です。途中出入りも自由なのでご都合に合わせて参加していただけます。

今年度より講師が変更になりました。

と き:第2・4木曜日13:30~15:00
 ところ:第2会議室

費 用:無料(申込不要)

講 師:河野 雅樹(健康運動指導士)
 三田 美由紀(保健師)

対 象:65歳以上のあわら市在住者
 持ち物:水分、内ズック、(あれば)ヨガマット

内容:

- ①4/10 オリエンテーション 楽しく歌って体操
- ②4/23 介護予防の取り組みについての話 歌って体操
- ③5/14 楽しく食べよう!低栄養予防の話 歌って体操
- ④5/22 筋力アップの運動 歌って体操



●自主クラブ・一般定期利用団体

募集を停止している団体もあります。一度お問合せください。

	団体名	講師名(敬称略)	活動日時	内 容
自主 ク ラ ブ	アートフラワー	金森 ちづる	第4(金) 13:00-16:00	布を染めたり、切ったり、専用のコテアイロンをかけたりして、花を作ります。講師がていねいに指導しますので初心者でも大丈夫です。おうちで自分で作った花で華やかにしませんか。
	オカリナサークル本荘	小林 康子	第2・4(水) 9:30-11:30	オカリナのきれいな音色で合奏をたのしんでいます。初心者でもていねいに指導しますので、一緒に軽やかなメロディを奏でませんか。
	カラオケ同好会	—	毎(月) 13:00-16:00	カラオケ好きな人が集まって、カラオケを楽しんでいます。歌うことでのどや口周りの筋肉・腹筋の強化や誤嚥の予防にも効果があるといわれています。(500円/月)
	フラワーアレンジクラブ	川崎 美穂 (みなみ園芸)	第1(水) 9:15-10:15 19:15-20:15	生花がとても良心的な価格なので人気があります。また日持ちもするので長く楽しんでいただけます。あなたも“お花のある暮らし”いかがですか。(1000円/回の材料費と受講料)
	フレッシュ3B体操	江川 ヤエ子	第1・3(火) 13:30-14:30	ボールやベル、バルターなどの手具を使って、音楽に合わせておこなう健康体操です。どなたでも無理なくできる体操です。(500円/回)
	ゆるビクスクラブ	西田 優子	第1・3(木) 10:00-11:00	エアロビクスをゆるくした体操です。インストラクターのするとおりに身体を動かせば、肩こりがすっきり。運動不足の解消にもなります。
	絵手紙サークル	—	第2(木) 9:00-12:00	思い思いに絵手紙を描いています。講師はいません。
	皇風煎茶クラブ	—	第1・3(水) 13:30-15:30	皇風煎茶を楽しんでいます。茶の作法を学んだり、季節や行事に合わせた菓子や茶で風情を楽しんでいます。

	団体名	講師名(敬称略)	活動日時	内容
自主クラブ	裁る着る クロスリフォーム	—	第1・3(木) 13:30-15:30	着物をリメイクして洋服や小物を製作しています。 着物リメイクに
	手編みクラブ	佐々木 嘉江	第1・3(水) 13:00-16:00	編み物を教わります。かぎ針や棒針編み、冬糸や夏糸。マフラーからセーター・カーディガン・スカートなど思い思いの手編みを楽しんでいます。(1500円/月)
	書道クラブ	山下 恭代	第3(金) 13:15-15:15	若越書道会の競書作品を書いたり、展示会の作品を書いたり、書道を楽しみながら学んでいます。
	あわら市かるた協会	土田 雅	毎(水)19:30-21:15 毎(土)18:00-21:15	子どもから大人まで競技かるた(百人一首)をしています。
一般定期利用	ゲンキッズステーションAAA	長田 康秀	毎(水) ASOVIVA19:00- ATHLETE20:10-	小中学生が対象の運動教室。遊びのなかに身体の土台作りの運動プログラムを取り入れ、基本動作を習得し身体を動かす楽しさを全身で感じることができるよう目指しています。
	楽しく貯筋体操	西川 恵子	第1・3(月) 9:30-10:30	シニア向け体操教室。筋力トレーニングなどを盛り込んで“100歳でも歩けるように!”を目指します!
	極真会館 今城道場	今城 真治	毎(月) 18:00-20:00	礼儀や礼節を重んじる心を大切にしています。少年少女、一般、シニア向け極真空手教室です。
	若越書道会 玄恭会	山下 恭代	毎(火) 17:00-18:00	小学生・中学生・一般に書道を教えています。きれいな字を身に着けましょう。
	SPORT×RYOKU LAB(スポーツ“カ”ラボ)	藤井 あゆ美	毎(木) 16:15-17:45	スポーツを通して「心・技・体」を育てる教室です。リズムジャンプや体幹・バランストレーニングなどの運動と、ミニ講座で「考えて動く力」や「自分を知る力」も養います。

活動報告

●令和6年度 本荘公民館利用人数

令和6年度の本荘公民館利用状況です。一般で定期的に利用する団体が増えたこともあり昨年より合計人数が458人増えました。現時点で夕方～夜間の時間帯は日曜日を除き、毎日利用があります。

種別	人数
自主クラブ・一般定期利用	6,671
定期教室	665
単発講座	285
その他	1,531
音楽のつどい	110
本荘ふるさとまつり	644
新春豆まき祭	250
その他(選挙・まつり会議など)	527
一般利用	1,008
合計	10,160

●単発講座「クレンジングオイル&ハンドクリーム作り」(3月17日)

稲葉美智子さんを講師に招き、クレンジングオイルとかかとも使えるハンドクリーム作りを教わりました。材料を湯煎したり混ぜるだけの簡単なもので、参加者からは「簡単だね」と好評でした。



●単発講座「プリザーブドフラワーで仏花ws」(3月24日)

篠崎真名美さんを講師に招き、プリザーブドフラワーで仏花の作り方を教わりました。材料が生花から作られたプリザーブドフラワーなのできれいに長持ちすること、水を換える必要がないことなどで近年人気ですが、今回はそれを自分で作ることができて生花を買い替えるよりも安価だと喜んでいただけました。



●単発講座「マステアートws」(3月26日)

高屋孝子さんを講師に招き、マステアートを教わりました。ポストカードサイズのカラフルな画用紙に、たくさんのマスキングテープの中から好みのものをちぎって貼ってちぎり絵のように進めていきます。マステアートは初めてという方が4人いましたが初めてとは思えないほど上手に作っていて、それぞれの世界観が上手に表現できていました。



本荘駐在所だより



日頃から、警察活動へのご理解、ご協力をいただきありがとうございます。

本年度も変わらず本荘駐在所にて勤務することになりました、
佐藤 倅太(さとう こうた)

と申します。

本年度も精一杯頑張っまいますので、よろしくお願ひいたします。

～春の交通安全県民運動について～

4月6日から15日までは「春の交通安全県民運動」期間となっております。
また、同期間中である10日は、「交通事故死ゼロを目指す日」としていま

す。
年度の初めということもあり、普段見かけない車や道に不慣れな方がいるかもしれない、という防衛運転の意識のもと、交通事故・違反防止に努めていきたいと思います。

あわら警察署:0776-73-0110 本荘駐在所 佐藤 倅太

●最新情報はこちらから

▶公民館について ▶あわら市について



●編集後記

金津創作の森美術館で4月19日(土)から始まる“はしもとみお彫刻展 音を刻むいきものたち”を個人的にとっても楽しみにしています。はしもとみおさんの作品のいきものたちは、生きてそこにいるかのような命を感じる作品ばかりで、これまでSNSで見っていたそれらを実際にあわら市で見れるというので大変楽しみにしています。ぜひみなさんもそんな命を感じに出かけてみませんか。
会期は6月15日(日)までです。(敬)

●第569号は6月15日発行予定
おかすがは年6回不定期発行です。

発行元

あわら市本荘公民館

あわら市中番下番入会地1-5

TEL 0776-78-5874 FAX 0776-78-5873

メール komin-honjyo@city.awara.lg.jp

