

本荘公民館だより

おかすが

第575号

お知らせ

●本荘地区生涯学習推進員会・区長会合同会議を開催

5月22日に合同会議を実施し、以下について協議しました。

協議内容

▶生涯学習推進員 会長 小林 忠史氏 副会長 堀江 由枝氏 選任

▶第41回 本荘ふるさとまつりは、10月25日(日)に開催決定
昨年度アンケートで、土曜日開催を検討してほしいとの声があったことから会議にお諮りしましたが、今年度は日曜日開催と決まりました。
中高生・一般のボランティアを募集します。

▶第20回 新春豆まき祭は、令和9年1月30日(土)に開催決定



本荘ふるさとまつり実行委員会よりお願い

◆協賛していただける企業・団体・個人を募集します。ぜひみなさまのご協賛をお待ちしております。

協賛金受付 6月22日(月)から 平日9:00~17:00 本荘公民館窓口にて

◆まつり当日のボランティアを募集します。地区内、市内に限りません、どなたでも一緒にまつりを盛り上げてくださる方なら大歓迎です！

募集内容 ○中学生・高校生 10月25日(日)8:00~13:30 5人程度募集
内容:子どもの遊び場(スーパーボールすくいなど)の運営、テント村準備・片付け

○一般(大学生~シニア) 10月25日(日)8:00~13:30 10人程度募集
内容:テント村準備・片付け・運営(商品の製造・販売など)、

※ボランティアにご協力いただける方には、昼食と当日テント村で使えるチケットを差し上げます。

※時間は一部でも結構です。事前にヒアリングさせていただきますので、ご希望をお申し付けください。

※受付 本荘公民館窓口か 右の二次元コードより



●単発講座のご案内

▶多肉寄せ植え講座

指定の苗と、自分で選べる苗を、右の写真の直径11cm高さ9cmの鉢に寄せ植えしましょう。

と き:6月25日(木)9:30~11:30

ところ:第1会議室

講 師:mayulyさん(多肉Garden*Grow)

材料費:2,500円(当日集金)

持ち物:なし

定 員:9人(申込み先着順)



申込みは
こちらから



▶スパイスブレンドws

キーマカレーのスパイスをブレンドしましょう。ご自身やご家族の体調や好みに合わせてブレンドします。できたスパイスはご自宅で調理してお召上がりください。

と き:6月30日(火)10:00-11:00

ところ:第1会議室

講 師:稲葉 美智子さん(プラーナ ハーブ企画)

材料費:1,800円(当日集金)

持ち物:なし

定 員:14人(申込み先着順)

申込みは
こちらから



●放課後子ども教室共催「お花と海でつくる 夏の透明ハーバリウム」のご案内

夏休みの思い出に、お花と海のいきものを入れたハーバリウムをつくりませんか。

と き:7月30日(木)10:00-11:00

ところ:第1会議室

講 師:篠崎 真名美さん(Felice Rosa)

材料費:1,000円(当日集金)/ひとり1個(兄弟参加も1人につき1,000円です)

持ち物:なし

定 員:15人(申込み先着順)

申込みは
こちらから



●健康音楽体操のご案内

懐かしい歌謡曲に合わせて身体を動かします。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。

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:

- ⑥6/25 高血圧と減塩についてのお話 歌って体操
- ⑦7/9 夏場の血圧、熱中症予防について 歌って体操
- ⑧7/23 閉じこもり防止について 歌って体操



●定期教室を開講しました

▶ZUMBA教室

5年間続いてきたZUMBA教室も、今年度で修了となります。初年度から参加されている方も6名おり、長く教室を盛り上げてくださいました。今年から参加された方も苦戦しながら頑張っついてきており、経験者の方は音楽に合わせて楽しく体を動かしています。笑顔あふれる、温かい雰囲気教室です。



▶布花教室

今年で5年目を迎える布花教室は、いよいよ最終年度となりました。9名の受講生のうち4名は初年度から通われている方で、今年から新たに1名も加わり、和やかな教室となっています。今年集大成として、難易度の高い芍薬づくりに挑戦。5月は布のカットと染めを行いました。優しい講師の指導のもと、終始和やかで楽しそうな雰囲気の中、制作に取り組んでいます。



▶基礎化粧品づくり教室

今年新しく開講された基礎化粧品づくり教室では、講師が吟味した素材を使い、全11回で基礎化粧品を手作りしていきます。5月は、化粧水とUVカット乳液を制作しました。エッセンシャルオイルの効用や、素材を加える意味について丁寧に教わりながら、皆さん興味津々に耳を傾け、真剣な表情で取り組んでいました。教室にはやさしい香りが広がり、癒やしの時間にもなっており、参加者からも好評です。



●公民館あれこれ

▶光明区の中沢区長が、長く伸びた駐車場の植栽を剪定していただきました。とてもきれいになりました。ありがとうございました。(4月22日)



▶上番区の伊藤郁子さんが季節の花を持ってきてくださいました。4月は写真のキングアナム。今月はベゴニアや八重のドクダミと上手に増やしたそうです。お花があるといいねと来館者から好評です。



●熱中症対策を！公民館はクーリングシェルターに指定されています

暑さを避ける！

- ✓ エアコン等で温度をこまめに調節
- ✓ 遮光カーテン・すだれの利用、打ち水の実施
- ✓ 外出時には日傘の使用、帽子の着用
- ✓ 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- ✓ 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- ✓ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

熱中症は真夏だけではなく6月ごろから増え始めます。体が暑さに慣れていないため、少しの油断で起こることもあります。また、室内でも油断は禁物です。まだ早いからと我慢せずエアコンや扇風機を上手に使って、無理のない生活を心がけましょう。

熱中症予防に関する情報サイトも参考にしてください。



「熱中症予防のための情報・資料サイト」(厚生労働省)
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/index.htmlを加工して作成しました。

本荘駐在所だより



～特殊詐欺事件に注意してください！～

令和7年中に認知した被害総額は県内だけで「約1億9000万円」最近では、警察官を名乗り、「事件であなたの名前が出ている」「身分証を用意してください」等と、個人情報や暗証番号を聞き出す手口も認知されています。不審と思った際は、警察へ相談しましょう。

～令和8年度警察職員採用募集案内！～

警察官A区分の受付期間が迫っています。興味がある方、ご家族の方等は駐在所に来ていただくか、あわら警察署へ連絡していただければ対応いたします。

申込受付期間 警察官A(大学卒) 5月22日～6月18日
 警察官B(高卒程度、武道指導) 8月13日～9月1日

あわら警察署:0776-73-0110 本荘駐在所 佐藤 倅太

●最新情報はここから

▶公民館について ▶あわら市について



●編集後記

少しずつ夏の気配を感じる季節となりました。公民館では現在、11月の開催に向けて新しい単発講座の準備をしています。今回は少し珍しいコラボ形式での取り組みとなり、これまでにない内容になりそうです。“根強いファンが多い”ということもあり、楽しみにしていただけの方もいらっしゃるのではないのでしょうか。詳しい内容は、まだお伝え出来ませんので、次号のお知らせをお待ちください。(敬)

●第576号は9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

