



お祭りが久しぶりに、あちこちで開催されています

お祭りは、歳を重ねても心がはやるものがあります。コロナウイルス感染等に気をつけながら賑わいを楽しみたいと思っています。ところで、暑い日が続いていますが、コップ一杯の水の飲用は続けておられますか？冷えた水より常温の水が身体に優しいようです。

☆☆☆『宇城地区社会教育・公民館研究大会』開かれる☆☆☆

去る7月28日(金)にウイングまつばせ文化ホールにおいて、テーマに～人づくりやつながり・ふるさとを愛する地域づくりを！～を掲げ、研究大会が開催されました。

アトラクションでは、郷土芸能「豊川豊年餅つき踊り」が保存会(小学生～高齢者)において、踊りや歌を披露されました。それは私にとっては、応援ソングそのものでした。

また講演では「私は、あなたのために何ができるでしょうか」と題して、トタン屋根のケーキ屋さんでおなじみの新本 高志さんが講師を務められました。長年連れ添った愛用の自転車にまたがり、ベルを鳴らしての登場でした。中でも熊本市から人吉市まで注文を受け、手作りのパウンドケーキを積んで自転車で行く道すがらの出会いとエピソードに、笑いあり、涙ありの講演はまさに人づくりやつながりを感じさせるものでした。

【第2回生涯学習講座：足から健康教室】

去る7月22日(土)に、テーマ「足は脊椎のアーチを決める」と題して、講座を開催しました。

吉田講師は、足裏のアーチが整うと、重心が中心になり脊椎も本来のアーチ姿勢になることを教えてくださいました。

受講された方は、足指の代わりに、手指をグーとパーを50回ずつ(親指を外にしたり内にしたり)動かすと、動かした方の顔が、すっきりとする現象も鏡で確認されていました。

この講座の内容は、どこでも、都合のいい時間に、自身の身体の整え方を実践することが出来るので、ご自身に合う健康療法を身につけていただけたらと思います。



【第3回成人講座：高齢者支援現場から学ぶ】

講演予定者を市地域包括支援センターの吉田 友美様に、急遽変更しての講座でした。

参加者の方々は、高齢者支援現場での参考事例から、元気な時にやっておいた方がいいことについてのお話に、熱心に耳を傾けておられました。お帰りの時に「ためになった!」と話してくださった方もいました。

誰もが迎える死について向き合い、自身の希望を叶えるために、大切にしていること・信頼できる人・どんな治療をどこまで受けたいか・どこで誰と治療やケアを受けたいか等、何度でも家族と話し合いをして記録し、それを携帯することの大切さが解かり、早速お盆等で人生会議をしようと思われた方も多かったのではないのでしょうか。

また、それが人生最後の大切な人たちへの贈り物でもあるという言葉が印象的でした。





成人講座受講者の募集



第4回 「初めての俳句作り」のご案内

日 時 令和5年9月27日(水)
午前10時～11時30分

場 所 網田公民館

講 師 坂本 節子 様 他

受講料 無料

対象者 網田地区住民 10名

申 込 網田公民館 ☎ 27-0491 (月～土午前中)

※受講希望の方は、9月22日(金)までご連絡いただきますようお願いいたします。



第5回 「初心者向け木工教室」のご案内

日 時 令和5年10月4日(水)
午前10時～正午

場 所 網田公民館

講 師 山本 富雄 様

内 容 「木製額縁型のプランター」の工作

受講料 2,500円(材料代)

対象者 網田地区住民 先着10名

持参品 ＋ドライバー#1・#2、水性用ハケ(お持ちの方)、水筒

申 込 網田公民館 ☎ 27-0491 (月～土午前中)

※受講希望の方は、9月22日(金)までご連絡いただきますようお願いいたします。



★★★★お知らせ★★★★

「公民館だより」が宇土市のホームページに掲載されるようになりました。

●【地区住民の皆様へ】

網田地区におきましては、「公民館だより」を各御家庭に配布させていただきましたが、次号からは、他の地区公民館と同じように各行政地区の掲示板及び宇土市のホームページにて御覧いただければと思います。これからも読みたくなるような「公民館だより」を目指してまいりますので、これまで同様よろしくお願いいたします。

●【各行政区長様へ】

これまで各御家庭まで「公民館だより」を配布していただきまして本当にありがとうございました。

恐縮ですが、次号から「公民館だより」は、行政地区の掲示板などに掲示していただくようよろしくお願いいたします。