

令和8年10月号

花園公民館だより

—地域づくりの拠点—

ふれあい 学び つなぐ

宇土市古保里町977 ☎23-2825

e-mail:uto-hanazono@vega.ocn.ne.jp

夏休み中のパトロール



保護司、花園駐在所の皆さん

花園青少協では、**花園駐在所**の協力のもと夏休み期間中のパトロールを実施しました。令和8年熊本地震の影響で、7月17日に1班（保護司、公民館）、7月24日に2班（市補導員）のみの実施となりましたが、酷暑と御多用の中、御協力ありがとうございました。

7月23日に上松山コミセンに青少協標語立看板を新設しました。

青少協標語立看板の設置



上松山コミセン

7/22 第2回成人講座「高齢者福祉の現場から」

宇土市地域包括支援センター保健師の**白石恵子さん**を講師に開催した成人講座は、様々な事例を通して、高齢者福祉について考える貴重な機会になりました。

平均寿命と健康寿命には10年の違いがあるので「今できること（例：歩く）を大切に続けてほしい」「誰の世話になるのか日頃の関わりを意識してほしい」



8/29 第4回青空教室・第3回成人講座「ふしぎ発見！わくわくマジック」



コインが瞬間移動

最初に講師の手のひらからコインが出てきたり、消えたりするマジックを目の当たりにし、思わず「おーっ！」と驚きの声があがるとともに子供達がマジックの世界に引き込まれました。

続いて**マジック体験**です。まず講師による**マジック披露**、次に**種明かし**、そして子供達が保護者を相手に**実演**する形で4種類（①**コインが瞬間移動するマジック** ②**何本抜いてもストローが5本あるマジック** ③**ペットボトルの中のストローが宙に浮くマジック** ④**輪ゴムが一瞬で他の指に移動するマジック**）行いました。

保護者や指導員相手にマジックを披露できたことで子供達のコミュニケーション力もアップ。「上手にできたね」「すごいね」と笑顔で声をかけたり、保護者自らやってみせたりして親子の交流もできました。

当日使用した「マジックの種」は持ち帰ることができたので、お家や学校等いろいろな機会にぜひ披露してほしいです。



宙に浮くストロー

9/2 生涯学習講座 開講式／第1回「ゆるゆるストレッチ（ヨガ）」

倒した片膝を反対の足首で押さえる→体に刺激が加わる



片膝を両手で引く（顎を引いて肩の力を抜く）→腸を整える



手の甲を床につけ1、2時の方向まで上げる→肩痛の人に効果あり



最後にホールを薄暗くしてクールダウン→心と体をリラックス

