



# 公民館報 ほんじょう

令和7年 1月 8日

NO 411号



本庄地区公民館

674-3302



## 新年を迎えて

公民館長 金子啓助

新年あけましておめでとうございます。今年は乙巳（きのと・み）年です。「努力を重ね、物事を安定させていく」と言われています。

昨年は過去最高の高温を記録し、サクランボにおいては収穫時期の高温により、収穫量が激減しました。また作物の生育に注意と工夫が必要だったと思います。幸い、秋の収穫物は豊作になり、一年を通して見れば減収、増収の差が多きかったと感じます。

また、新型コロナウイルスの第2類から5類への変更により自己判断での予防に気をつけながら通常の生活に戻れるように変わってまいりました。

そのような社会の情勢を考慮しながら、地区公民館の事業を実施してまいりました。第一に、飛脚駅伝に代わる事業として「羽州街道謎解きウォークラリー」を開催し、13組の参加を得て関根・相生・三上をチームで謎解きをしながらチェックポイントをクリアしゴール後は公民館前の広場で芋煮会と表彰式を行い大変盛り上がりしました。役員の皆さんからも一定の成果があったと評価をいただき、新年度も第二回を開催してまいります。

その他「わんぱく広場」「街道くらぶ」「桜桃の会」「その他一般講座」につきましても、例年同様多くの方々から参加をいただき好評を博しております。新年度もそれぞれ皆様のご参加を頂きながら開催してまいりますので、地区の皆様にはご理解とご協力をお願い申し上げます。

終わりに、今冬は積雪が平年並みか多いと予想されております。交通障害や除雪・果樹の雪下ろし等、生活に影響を及ぼしている部分も多々あるかと思いますが健康に留意し、コロナやインフルエンザに注意しながら今冬を乗り切ってくださいよう祈念し年頭の挨拶といたします。



路面が凍結しています  
すべりますので、  
足もとに注意して下さい

公民館前の駐車場が滑りやすくなっております。公民館利用の際は、車の運転や歩く時の足もとに注意して下さい。

# 街道くらぶ

12月12日(木)「お楽しみ講座」  
【ボッチャに挑戦】【一緒に歌いましょう♪】

上山市社会福祉協議会の加藤さんより、ボッチャの基本ルールとゲームの流れを簡単に説明を受けチームに分かれて対戦しました。お互いの駆け引きでどれだけボールを的に近づけることができるかで勝負が決まるので、単純に見えてとても奥深いスポーツだと思いました。白熱し試合運びに歓声が響き渡り、とても有意義で楽しい時間でした。



南部地区公民館館長の鏡好男さんより、ギターによるミニライブを開催しました。懐かしい歌が次々と流れてきて、会員さんもうっとりしていました。全員で5曲を歌い若かりし頃を思い出していたようです。素敵な歌声に包まれファンクラブができてしまいました。もっと聞きたいな～のアンコールで2曲を披露。最後は拍手喝采で賑やかに終了しました。

# わんぱく広場

クリスマスバージョンのキャンドル作りをしました。パーツと中に入れる三色のろうを選ぶのに迷い、ろうをそぼろ状にするのに時間がかかり悪戦苦闘！でも頑張りました。火を灯すのが勿体ない位、とても素敵なキャンドルができあがりました。

## 12月14日(土) キャンドル作り



# わんぱく広場

## クリスマスケーキ作り 12月21日(土)

初めての人もいましたが、保護者のかたからお手伝いしていただきながら行いました。パティシエのようにクリームを上手に塗り、飾り付けは華やかな人・シンプルな人と様々ですが、とても素敵でおしゃれなケーキが完成しました。手作りのクリスマスケーキをお家の人と囲んで、ニコニコ笑顔で楽しく会話も弾んだ事と思います。



# しめ飾り作り講習会

心を込めて新年を迎える準備

金子公民館長を講師に、12月25日(水)に開催しました。願いを込めて縄を緋い、扇と垂(しで)、松やゆずり葉・稲穂や南天、ミカンや水引の宝船、縁起物を盛り沢山と飾り付け、何処にも売っていないしめ飾りを作りました。参加された皆さんは、出来上がりに満足して「来年も健康第一」と笑顔で無事に終了することができました。



# 出前スポーツ教室

# 募集

- 2月13日(木) 午前10時00分～11時00分【シャフルボード】
- 3月18日(火) 午前10時00分～11時00分【カローリング】
- 3月24日(月) 午前10時00分～11時00分【足腰元気体操】
- ◆ 参加費は無料です。◆ 定員12名(定員になり次第締め切ります)
- ◆ 持ち物 うち履き・水分補給用の飲み物・汗ふき用タオル
- 【参加申し込みは、本庄地区公民館までお願いいたします。】
- ※内容と日程の変更がありますのでご了承ください。



## 行事のお知らせ



- 13日(月・成人の日)第43回本庄地区ビジョンを語る会
- 15日(水)・24日(金)・29日(水) 桜桃の会「手芸教室」
- 20日(月)・27日(月)ピンポン教室
- 22日(水)本庄地区子ども育成連絡協議会「常任委員会」
- 23日(木)ほんじょう街道くらぶ「健康講座」
- 24日(金)ふれあい食事会打合せ
- 31日(金)地区会長会定例会



- 1日(土)主事体育委員会年度末研修
- 3日(月)ほんじょう街道くらぶ「体験講座」
- 10日(月)・17日(月)ピンポン教室
- 13日(木)出前スポーツ教室「シャフルボード」
- 19日(水)ほんじょう街道くらぶ「リフレッシュ講座」
- 20日(木)桜桃の会「トランポピクス」

※状況により中止又は内容を変更する場合がありますので予めご了承ください

寒さが厳しくなる季節、注意して下さい！

## ヒートショックを未然に防ごう！

《注意》食後すぐ・飲酒後すぐは入浴NGです！

- ◆ 脱衣所・浴室は事前に暖めておく
- ◆ お湯の温度設定は41度以下にする
- ◆ 入浴前に水分を摂り家族に一声かける
- ◆ 足先→太もも→お腹→胸まで徐々にかけ湯をして湯温に慣らしてからお湯に浸かる
- ◆ お湯に浸かるのは10分以内にする
- ◆ ゆっくりと立ち上がる(血压注意)
- ◆ 入浴後も水分補給を忘れずに摂る

