

# 南房総のかぜ

南房総市公民館だより  
No.91  
平成30年9月13日  
丸山公民館発行  
TEL46-4031

## 9月(長月)

例年になく厳しい夏も、ようやく一段落するきざしが見えてきたようです。

稲刈りの終わった田からは、秋の気配が感じられるようになってきました。

何かを始めたくなったとき、公民館の講座に参加してみませんか？

公民館では各種講座を開催して、皆様のご参加をお待ちしております。

仲間づくりや、新たな出会いに、公民館講座をご利用ください。まずは気になる講座から参加してみませんか？

## 公民館講座のお申込みについて

- お申込みは丸山公民館窓口、または電話(46-4031)にて受け付けます。
- 1講座は2名までの申込みとします。(本人と、もう一人まで)

受付期間	定員を上回った場合	定員に満たなかった場合
9月25日(火) 9:00 ~ 28日(金) 12:00	28日(金)12:00まで受付 ※15:00から丸山公民館で「抽選」(公開)を行います。	28日(金)以後は、定員に達するまで先着順で受付します。
	受講可能な方には10月1日以降、丸山公民館からご連絡します。	

## 平成30年度 市内各地区で開催される文化祭のご案内

~どなたでもご覧いただけます ぜひお出かけください~

行事名	地区名	期日	場所	時間・場所
南房総市文化祭	市全域	11月10日(土) 11日(日)	白浜フローラルホール	9:30~16:00
~文化の祭典~ 第57回富浦文化祭	富浦	11月25日(日)	とみうら元気倶楽部	9:00~15:30
富山地区文化祭	富山	11月 3日(土) 4日(日)	富山ふれあいコミュニティセンター	9:00~15:00 芸能発表 4日 10:00~15:00
白浜支部文化祭	白浜	10月20日(土) 21日(日)	白浜コミュニティセンター	9:00~16:00 芸能発表 21日 9:30~15:30
第13回千倉の文化祭	千倉	10月13日(土) 14日(日)	千倉保健センター	9:30~15:00
丸山地区文化祭	丸山	11月 3日(土) 4日(日)	丸山公民館	3日 9:00~16:00 4日 9:00~15:00
和田地区文化祭	和田	10月28日(日)	和田コミュニティセンター	9:00~15:00

※三芳地区の文化祭は三芳農村環境改善センター耐震改修工事のため、開催しません。

### ① スズメバチの生態・対処法を学ぼう ~スズメバチは、なぜ襲ってくる?~

日時・場所	日時 10月11日(木) 13:30~15:30 場所 丸山公民館		
内容	人家や木など人間の行動範囲の近くに巣を作ることもある、身近な危険「スズメバチ」の生態と対処法について学びます。刺されると重症化する方もいます。まずは知識を得ることが重要です。 講師 千葉県立中央博物館 主任上席研究員 尾崎煙雄 氏		
定員	30名	参加費	持ち物 無料

### ② “心臓・血管の病気を知ろう” 【白浜地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 10月17日(水) 15:00~16:30 場所 白浜コミュニティセンター(南房総市白浜町白浜14955番地)		
内容	私達の毎日の生活の中で、気をつける「病気のサイン」と「予防」についてお話を伺います。普段なかなか聞けないお話・・・ ぜひご参加ください。 講師 たてやま循環器内科・外科 院長 渋谷益宏 氏		
定員	50名	参加費	持ち物 無料

講座の申込みは、9月25日(火)午前9時から丸山公民館窓口または 電話46-4031で受付

**③ 里見吟行会** ～里見氏ゆかりの地でひねる一句～【富浦地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 10月18日(木) 13:00~17:00 場所 とみうら元気倶楽部(南房総市富浦町原岡88番地2)
内容	里見氏ゆかりの地を訪ね、秋の風景の中で行う吟行会。かつての里見氏の時代に思いを馳せながら、一句ひねってみてはいかがでしょうか。ベテランの方でも、初心者でもどんどん参加してください。 講師 石崎和夫氏
定員	25名 参加費 持ち物 無料



**④ 三芳方言と増間の昔話** 【三芳地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 10月18日(木) 13:30~15:00 場所 三芳保健福祉センター(南房総市谷向116番地2)
内容	三芳地区で方言を研究する皆さんによる、「方言」の講座です。「方言についての講話」「増間の昔話」懐かしくもあたたかい「方言」がいっぱいのひと時。一緒にいかがですか? 講師 三芳・方言の会
定員	20名 参加費 持ち物 無料



**⑤ ポールウォーキング☆ナイトダイエット** ～ちょっと頑張ってみる?!～

日時・場所	日時 10月26日、11月2日、9日、16日、23日、30日 各金曜日 各回 19:15~21:15 場所 嶺南中学校和田校舎体育館(旧和田中)(南房総市和田町海発1602番地2)
内容	スキージョギングのような、まち歩き用のポールを持ってしっかり歩く全6回の講座で健康的な身体を作ります。ストレッチや筋トレ、座学などを含め、全て室内で行います。メタボや筋肉量が少ないサルコペニア肥満の対策をしたい方向けの講座です。医師から運動を制限されていない方が対象です。 講師 日本ポールウォーキング協会認定コーチ 横川文子氏
定員	20名 参加費 持ち物 600円(初回)200円程度(初回以後) 万歩計 筆記用具 上履き 汗ふきタオル 飲料水 バスタオル(またはヨガマット)



**⑥ 「本を身近に感じよう」** 【※図書館主催 読書週間イベント】

日時・場所	日時 10月28日(日) ①10:00~11:00 ②13:00~16:30 場所 南房総市図書館(南房総市千倉町瀬戸2340番地5) 申込 この講座お申込みは、直接図書館で承ります。電話(40)-1120 (申込始め10/10~申込締切10/21)
内容	読書週間(10/27~11/9)を迎える図書館ではイベントを開催して、皆様のご参加、ご利用をお待ちしております。 ①講演: 理科的なお話 講師 南房国際村 デイヴィッド・グリーン氏 ②製作: 「おしゃれ小物づくり」 講師 手作り布雑貨店主 黒川ほなみ氏
定員	①20名 ②10名 参加費 持ち物 ①無料 ②1000円程度

※この講座の、申込みは直接図書館で承ります。

南房総市図書館  
電話40-1120

**⑦ みんなで歌おう!** ～ギターとキーボード伴奏で歌おう♪～【千倉地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 10月30日(火) 14:00~15:30 場所 千倉保健センター(南房総市千倉町瀬戸2705番地6)
内容	懐かしい歌、楽しい歌を大勢の皆様で、「楽しく」「大きな声で」歌ってみませんか。みんなで歌って気分は爽快 協力 コーヒーブレイクのみなさん
定員	50名 参加費 持ち物 無料



**⑧ ウォーク丸山あたり3** ～あの暴れん坊?の將軍が再興した嶺岡牧～【丸山地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 10月30日(火) 8:30~12:30 乗車場所 ①三芳保健福祉センター8:30 ②丸山公民館 8:50
内容	嶺岡牧の今に残る「遺構」を訪ねます。 講師 殿岡崇浩氏 三芳8:30=バス=丸山=戦場=馬籠跡=馬取場=陣屋跡=酪農のさと=丸山12:10=三芳12:30
定員	20名 参加費 持ち物 無料 動きやすい服装



**⑨ 「低名山教室」** ～鋸山を林道から眺める、ぐるっとハイキング～(鋸山は登りません)

日時・場所	日時 11月4日(日) 8:00~16:00 乗車場所 ①三芳保健福祉センター8:00 ②とみうら元気倶楽部8:15 ③富楽里とみやま 1F 郵便ポスト付近8:30
内容	天候等により、開催が延期された低名山教室を再度計画しました。ご参加をお待ちしております。 【行程】三芳保健福祉センター8:00=とみうら元気倶楽部8:15=富楽里とみやま8:30=金谷港フェリー乗り場付近***林道南房総金谷元名線***林道竹岡線****林道元名線****道の駅保田小=富楽里とみやま=とみうら元気倶楽部=三芳保健福祉センター16:00頃 【行程10km程度 高低差のあるコースです】 講師 忍足利彦氏
定員	30名 参加費 持ち物 無料 弁当持参 山を歩くのに適した服装



お問い合わせ 〒299-2512 南房総市岩糸2489番地 南房総市丸山公民館 Tel46-4031