

南房総のかぜ

南房総市公民館だより
No.99
令和元年6月13日
丸山公民館発行
Tel.46-4031

6月(水無月)

6月になると学生の制服が夏服に切り替わり、いよいよ本格的な夏が近くなることを感じます。

これから、暑さが厳しくなってきますので、教室参加の際には、各自で暑さの対策も、お願いいたします。

公民館は、「まなび」・「つどい」・「つながり」の場です。仲間づくりや、知識の習得に、公民館の講座をぜひご利用ください。

公民館講座のお申し込みについて

- 1 お申し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。
- 2 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
6月24日(月)9:00 ～ 6月28日(金)12:00	6月28日(金)12:00まで受付 ※14:00から丸山公民館で「抽選」(公開)を行います。	6月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7月1日以降、丸山公民館から電話連絡します。	

①ボイストレーニング講座 ～正しい発声で若々しく！～ 【白浜地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月3日(水)14:00～15:30 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	美しい声は、正しい呼吸法から！皆様のよく知っている曲、懐かしい曲を大勢で合唱しながら、呼吸法の実践をしたり、発声のコツを習ったりします。大きな声で皆で合唱すれば気分も爽快！腹筋を使って、歌って、笑って、楽しいひと時を！ 講師 本橋音楽教室主宰・公民館サークル マリンブルー指揮者 本橋 朋子 氏	
定員	50名	参加費 持ち物 参加費無料

②多肉植物の寄せ植え～プクプクとした多肉植物をそだてよう～ 【和田地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月9日(火)10:00～12:00 場所 和田地域福祉センターやすらぎ (南房総市和田町松田828番地)	
内容	かわいらしい姿と、育てやすいというところが近頃大人気の「多肉植物」の寄せ植えを作ってみませんか。「あまり手をかけなくても育つ」という一方で、「枯れてしまった」という話もちょうほら。多肉植物の育て方について実は「良くわからない」という方も多いのではないのでしょうか？ 今回は、多肉植物に適した基本的な生育の環境などの知識についての説明と、寄せ植えの実技をおこないます。 講師 ホビーファームタカハシ 高橋幸男 氏	
定員	20名	参加費 持ち物 参加費700円

9種類の寄せ植えを予定します。

③千倉地区「白間津のオオマチ」を知ろう ～4年に一度のオオマチってなんだろう？～

日時・場所	日時 7月10日(水)10:00～12:00 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	白間津のオオマチ(大祭)は、南房総市千倉町の白間津地区で、4年に1度開催する祭礼です。今年は7月19日～21日の3日間にわたって行われます。このお祭りは、神様の仲立ちに選ばれた2人の少年(日天・月天)を中心に進行し、少女たちの「ササラ踊り」や、2本の大きな幟を曳く「オオナワタシ」など、独特な行事で構成されています。この講座では祭礼行事の内容や、その意義など祭りの全般的な解説を行います。 講師 日本民俗学会会員 田村勇 氏 協力 白間津オオマチ(大祭)保存会	
定員	30名	参加費 持ち物 参加費無料

日枝神社でのササラ踊り

④アロマでセルフケア ～認知症も怖くない～ 【富山地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月12日(金)10:00～11:30 場所 富山ふれあいコミュニティセンター (南房総市久枝327番地)	
内容	香り(aroma)のもつ「いやし」について簡単な実習と、アロマセラピーの基本的な知識についてのお話で、アロマの世界を体験してみませんか？ 一口にアロマといってもいろいろな香りがあり、リラックスしたり、シャキッとしたいとする際には、それぞれ適したアロマオイルの使い分けをするのがよいとされています。 また、植物から採取した精油本来の力が今必要とされており、近年介護の現場などでも効果が注目されています。今回の講座では6種類の香り、ラベンダー・オレンジ・ローズマリー・ペパーミント・レモン・シダーウッドを使い、ブレンドオイルを作ります。 作成したオイルを使い、ハンドマッサージ体験も行います。 講師 藤田るみ 氏 アシスタント 福岡加代子 氏	
定員	20名	参加費 持ち物 参加費1000円 ハンドタオル

⑤刃物のとぎ方講座 ～包丁も鎌も切れ味も復活～ 【丸山地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月17日(水) 10:00~12:00 場所 丸山公民館			
内容	素晴らしい刃物も、使っていると切れ味が悪くなります。そんな時、「正しいとぎ方」を知っていると切れ味が復活します。この機会に刃物の「とぎ方」を習ってみませんか？ 講師 田中惣一商店 田中輝樹 氏			
定員	15名	参加費 持ち物	参加費無料 ①包丁または鎌 ②砥石 ③バケツ ④エプロン ⑤雑巾	

⑥リズムで踊ろう！～楽しく体をうごかしましょう！～ 【白浜地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月22日(月) 14:00~15:30 場所 白浜コミュニティセンター			
内容	運動不足ぎみの方！ いっしょにリズムに合わせて踊りながら、体を動かしてみませんか？ リズムにうまくのれない方も大丈夫！ どこかで、聞いたことのあるような楽しいリズムにあわせて、効果バツグン！簡単なストレッチ体操をリズムに合わせて行う運動体験はいかがでしょう？初心者でも大歓迎！ さあ、みんなで楽しく「リズムで踊ろう！」 講師 健康体操指導者 小原ふじ子 氏			
定員	20名	参加費 持ち物	参加費無料 運動できる服装(運動靴または裸足) 汗拭き 飲み物 ヨガマット(大判バスタオル代用可)	

⑦うたごえ広場 ～夏空に みんなで歌声 響かせよう！～ 【千倉地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月29日(月) 10:00 ~11:30 場所 千倉保健センター			
内容	大きな声で歌うことは、とても気分がいいですね。たまには大きな声でみんなで歌ってみませんか？ 懐かしい歌や、よく口ずさんだ歌。想い出もよみがえり、気持ちも若くなります。合唱で上手に歌うことより、大きな声で楽しく歌うことを目標にします。さあ、いっしょに歌おう！ 講師 音楽教室主宰 山口恵子 氏			
定員	50名	参加費 持ち物	参加費無料	

⑧～夏のスイーツ～「カボチャの羊羹」と「ごましろこ」 【三芳地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 7月29日(月) 13:30~15:30 場所 三芳農村環境改善センター(南房総市谷向109番地1)			
内容	カボチャを使った、羊羹づくりにチャレンジしてみませんか？ 収穫時期を迎えたカボチャを使ったスイーツです。見た目にも、栄養価もよい羊羹づくり。そのほか、ごまを使った「おしろこ」なども作ります。 講師 九重そば 井倉貴人 氏			
定員	20名	参加費 持ち物	参加費1000円程度 エプロン 三角巾	

⑨「ゆかた」の着付け【全2回】～夏祭りに「ゆかた」デビュー！～【まちの先生企画講座】

日時・場所	日時 7月30日(火) 31日(水) 19:00~20:30 場所 三芳農村環境改善センター			
内容	「ゆかた」で夏祭りや花火大会などにお出かけ・・・などと計画を立てている貴方へ。せっかくの「ゆかた」が、残念なことになっている人をチラホラと見かけることもあります。「保護者の方がお子様へ」、または「自ら着付け」どちらでも参加できます。 講師 林克枝 氏			
定員	20名	参加費 持ち物	参加費無料 着付けに使う「ゆかた」を持参(帯はワンタッチも可)	

公民館夏休みイベント 予告編

公民館映画会
7月27日(土)19:00~
とみうら元気倶楽部
「ボス・ベイビー」
赤ちゃんがオッサン？
ギャップに萌え？

「ピーターラビット」
名作絵本の映画化！
コミカルなウサギの話
7月28日(日)19:00~
三芳農村環境改善センター



会場 **丸山公民館**
8月24日(土)~25日(日)

**鉄道模型と
プラレールまつり
2019**
※ご家庭でいらなくなった
プラレール寄付を受け付けます