

南房総のかぜ

南房総市公民館だより
No.155
令和6年9月12日
丸山公民館発行
Tel 46-4031



9月（長月）



公民館講座のお申込みについて

台風季節となっています。なぜ台風はカーブするのか？台風は自分自身で動くことは出来ず風の力で移動します。太平洋高気圧に沿って北上したあとは、偏西風で東にカーブするため日本に向かってくるのです。

公民館は、住民の自由なたまり場・集団活動の拠点・文化創造の広場です。「こんなことでないかな？」や「あったらいいな。」など、みなさまの声をお気軽にお聞かせください。

- 1 お申込みは電話（46-4031）または窓口にて受け付けます。
- 2 1講座につき2名までの申込みとなります。（本人と、もう一人まで）
- 3 市外者のお申込みは9月30日（月）からになります。
- 4 平日の日中時間のみ申込受付します。夜間、土日祝日は受け付けられません。

受付期間	注意事項
9月24（火） 9：00～ 9月27（金） 12：00	9月27日（金）12：00まで受付し、定員を上回った場合は14：00から丸山公民館で抽選（公開）を行います。講座が受講可能な方には9月30日（月）に丸山公民館から電話連絡します。 なお、公民館から再三連絡の上、5日を過ぎて連絡がつかない場合は次の方へ連絡させていただきます。 日中の時間帯に連絡がつく電話番号をお伝えください。

①みんなの健康づくりを応援！～65歳からの体力測定 その2～

日時・場所	日時 A 10月 6日（日曜日）13：30～16：30 B 10月27日（日曜日） 9：00～12：00
	場所 A 富浦体育館（南房総市富浦町青木71番地） B 丸山体育館（南房総市岩糸2504番地）
内容	65歳以上を対象とした体力測定を行います。転倒防止や健康づくりに向けて、まずは自分の体力を知ることから始めましょう。専門の講習を受けた南房総市スポーツ推進委員と行いますので、安心してご参加ください。明治安田生命協力による血管年齢測定も予定しています。 主催 南房総市スポーツ推進委員連絡協議会
定員	40名
参加費 持ち物	無料 動きやすい服装、上履き、飲み物



②初心者大歓迎！かんたんスマートフォン講座【全2回】

日時・場所	日時 10月9日（水）13:30～17:00、16日（水）13:30～15:45
	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	インターネットや地図、LINEの使い方などスマートフォンの基本操作を学ぶことができます。今後、11月に白浜、12月に丸山、1月に和田地区で同内容の講座を予定しています。毎月募集をしますので、参加しやすい地区に御申込ください。講師 ドコモショップ館山店
定員	12名
参加費 持ち物	無料 筆記用具、スマートフォン



③富山ふるさとかるたウォーク

【富山地区生涯学習推進員講座】

日時・場所	日時 10月11日（金曜日）9：00～12：00（小雨決行）
	場所 旧松尾商店（南房総市平久里下222番地1）
内容	「富山ふるさとかるた」に詠まれた犬掛古戦場と不寝見川を歩きます。 ※歩行距離約5km 【行程】旧松尾商店～豊受神社～里見義通・義豊の墓～八房と狸の像～犬掛お堂～長藤薬師堂～旧松尾商店 案内 富山地区生涯学習推進員
定員	30名
参加費 持ち物	100円 動きやすい服装、飲み物



申込みは9月24日午前9時から電話46-4031で受付します。

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 Tel 46-4031

④初心者向け！太極拳教室【全2回】				【まちの先生企画講座】
日時・場所	日時 10月12日、19日（土曜日）14：00～15：30 場所 丸山公民館（南房総市岩糸2489番地）			
内容	「気」を意識してゆったりとした呼吸でゆっくり動く太極拳は、心をゆるめて体のすみずみまで気血の流れを促進します。また姿勢とバランスを整えられて無理なく足腰も鍛えられます。 講師 楊名時太極拳師範 押本恵子 氏			
定員	15名	参加費 持ち物	無料 動きやすい服装、靴下、飲み物	
⑤三芳歴史探訪～安房国府周辺をあるく～				【三芳地区生涯学習推進員講座】
日時・場所	日時 10月17日（木曜日）8：30～12：00 10月18日（金曜日）8：30～12：00 ※荒天延期時 場所 旧三芳幼稚園跡地（南房総市谷向43番地1）			
内容	前回の「滝田の里見氏関連史跡」に続き今回は安房国府周辺を歩きます。三芳出身の偉人武田石翁と鱸松塘ゆかりの地や作品、古代安房国府、古代東海道支線比定地、里見氏関連寺院を探訪します。 ※歩行距離約6 km【行程】旧三芳幼稚園跡地～蓮花院～延命寺～普門院～古代道～宝珠院～本八幡神社～武田石翁生誕地～旧三芳幼稚園跡地 講師 植田正代 氏			
定員	40名	参加費 持ち物	無料 動きやすい服装、飲み物	
⑥ポイントメイクレッスン～美眉の描き方～				
日時・場所	日時 10月18日（金曜日）18：30～20：00 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	メイクアップは女性のお顔の印象を七色に変化させる魔法です。顔の印象の8割を決定づけると言っても過言ではないメイクで一番重要なパーツの「眉」。苦手意識を持たれている方が多い「眉」の書き方のレクチャーを通して、自分に合う美眉を手に入れて下さい。 講師 高橋身和子 氏			
定員	10名	参加費 持ち物	無料 アイブロウペンシル、アイブロウパウダー（レンタル500円）、卓上ミラー	
⑦水運の拠点関宿の史跡を訪ねて				【まちの先生企画講座】
日時・場所	日時 10月23日（水曜日）8：00～17：10（小雨決行） 場所 旧三芳幼稚園跡地（南房総市谷向43番地1）			
内容	戦国期の関宿城攻防戦、江戸初期の河川工事による変化、江戸・銚子間の水運の状況、譜代大名が入封した関宿藩の歩みなど、水運の歴史を訪ねます。【行程】旧三芳幼稚園跡地＝〈市バス〉＝関宿城博物館（昼食）～関宿水閘門～光岳寺～鈴木貴太郎記念館～随庵堀～宗英寺～実相寺＝旧三芳幼稚園跡地 講師 岩波正弥 氏			
定員	25名	参加費 持ち物	900円（65歳未満は別途入館料200円） 動きやすい服装、飲み物、昼食持参	
⑧房州の石めぐり ～富津編～				【富浦地区生涯学習推進員講座】
日時・場所	日時 11月1日（金曜日）9：00～16：00（小雨決行） 場所 南房総市役所（南房総市富浦町青木28番地）			
内容	「房州の石めぐり」のさらなる続編。富津市の富津公園には海水を取り入れた堀に囲まれた中の島があります。「富津元洲堡壘砲台」の跡地で明治時代には陸軍の歩兵中隊が配置されていました。現代に残る軍事遺産に使われている「房州石」を見ます。 【行程】南房総市役所＝〈市バス〉＝富津岬（昼食）＝富津岬軍事鉄道境界石＝佐貫城跡＝南房総市役所 講師 忍足利彦 氏			
定員	25名	参加費 持ち物	300円 動きやすい服装、飲み物、昼食持参	

申込みは9月24日午前9時から電話46-4031で受付します。