

よしだ

吉田公民館だより 1月号

豊かな学び 広がる人のワ 笑顔あふれる 吉田公民館
～交わそう“言葉のキャッチボール”～

所在地 鹿児島市本城町1696番地
TEL: 294-1219 FAX: 294-1232



※公民館だよりは、市のホームページや吉田支所 Facebook からご覧になれます。

明けましておめでとうございます

主任 木場 省吾

昨年はこれまでで一番暑い夏(秋)となり、気象庁の発表では35度以上の猛暑日が鹿児島市で39日(6月～8月)となっており、11月の中旬でも夏日になるなど本当に暑い夏(秋)でした。私がか子どもの頃は最高気温が高くても32～33度だったと記憶しております。また、災害等を含め異常気象が年々多くなっていると痛感します。

私は夏の暑さは嫌いではないのですが、とにかくひどい汗かきで体を動かせば汗ダラダラ。たまに行くゴルフの練習では、皆さん涼しい顔つきで黙々とボールを打っているのに、私は3球に1回はタオルで顔の汗を拭く始末、本当に嫌になります。

これまで61年間生きてきて体重70kgオーバーは一度もなく(身長173cm)、汗をかくから代謝が良いものと思っていましたが、ただ単に汗をかくことと基礎代謝を上げることはイコールではないとのことです。例えば、サウナに入って汗をたくさんかいたとしても、リフレッシュすることはあっても、それだけでは基礎代謝量は上がらないとのことです。基礎代謝を上げるには、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動などが良いとのことです。

私は昨年から軽いストレッチと散歩を始めました。次の健康診断でも60kg台をキープするために。

冬の心豊かで元気あふれる「さつまっ子」を育てる運動

【12月15日～1月31日】

- テーマ：
「伸びよう 伸ばそう さつまっ子」
- 重点取組事項
 - ・ 青少年の地域活動(年末年始の行事等)を積極的に推進しましょう。
 - ・ あいさつ運動を展開し、地域で青少年を育てましょう。
 - ・ 明るい家庭づくりに努めましょう。
 - ・ スマートフォン、ゲーム機器等の正しい使い方やネットトラブルについて、家庭や地域で話し合しましょう。



ピカピカになりました!



～自主学习グループ年末ボランティア清掃月間～

各自主学习グループの皆さんが12月の活動日にボランティア清掃の時間を設定して、日頃使用しているホールや研修室等の清掃を行っていただきました。

皆さんで、丁寧に隅々まで清掃をしてくださり、きれいになりました。ありがとうございました。

おかげさまで、すがすがしい気持ちで新年を迎えることができました。



ボランティア作業の様子

図書室休室のお知らせ

1月20日(月)から31日(金)まで、特別整理(蔵書点検)期間のため、図書室は休室いたします。ただし、返却はできます。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【新刊の案内】今年の初読みは 吉田公民館の本で!

【一般書】

- ☆ 救いたくない命 / 中山 祐次郎
- ☆ いえに戻って、最期まで。 / 中澤 まゆみ
- ☆ いのちの車窓から2 / 星野 源

【児童書】

- ☆ パンどろぼうとりんごかめん / 柴田 ケイコ
- ☆ 海面上昇のサバイバル2 / ゴムドリ co.
- ☆ ふしぎ駄菓子屋銭天堂2-吉凶通り- / 廣嶋 玲子



【家庭教育学級の取組：吉田小学校】

ふれあいを深めながら学ぶ家庭教育学級

今年度、8回の学習会を計画しました。

10月23日（水）に開催した第5回の学習会では、「SOSの受け止め方講座」として、講師に益山先生をお招きし、子どもからのSOSの受け止め方として、子どもへの声掛けや関わり方で親として心がけられること等について学びました。講話だけでなく、近くの席の方々と自由に日頃の子どもの様子について話し合う時間を設けることで、ふれあいを深めながら学ぶことができました。



活動の様子

【成人学級の取組：牟礼岡校区成人学級】

成人学級の現状〈牟礼岡校区〉

牟礼岡の成人学級は、現在、男性5名、女性16名で活動しており、最高齢者は89歳、平均年齢は80歳です。

お互いに健康管理に努めながら、前向きな発想と行動を心がけているところです。

県や市の出前講座の利用、吉田公民館の生涯学習講演会や人権問題研修会への参加を通じて、学びの機会を大切にしていきたいと思うところです。

12月には、恒例の「ミニ門松づくり」を行います。手作りの門松で新たな年を迎え、幸せな年にしていけたらよいですね。



活動の様子

第18回よした読書まつり

<日時>

令和7年2月15日（土）

9:30～11:30

<会場>

吉田公民館 ホール（2階）

<内容>

- 1 読み聞かせグループ「かんちゃん」
パネルシアターや読み聞かせ
- 2 小原裕貴・広恵夫妻
絵本とピアノのミニコンサート
- 3 図書室司書
おすすめの本紹介



吉田地域の小・中学生の読書作品も掲示します。

多くの方のご来場をお待ちしております。



サンエールフェスタ 2025・公民館音楽祭

1月17日～19日までサンエールにて「サンエールフェスタ 2025」が開催されます。当館自主学習グループ「美文字あおぞら」の皆さんの硬筆作品が展示されます。

また、1月19日に中央公民館で開催される「公民館音楽祭」（13時開演）には、自主学習グループ「VIVA・LA・MAMMA（ビバ・ラ・マンマ）」が出演されます。来場の際、公共交通機関を利用してお越しください。



昨年（サンエールフェスタ 2024）の様子

令和6年度ニコニコ月間標語

さしのべよう

こまっている子に 君の手を

