

星久喜公民館だより

歩幅減り 歩数が増える 万歩計

発行:千葉市星久喜公民館 電話 266-4392

〒260-0808 千葉市中央区星久喜町615-7

～川柳同好会～

ようやく暑い夏から解放され、実りの秋がやって来ました。読書の秋、果物の秋、食欲の秋…。公民館には、地域の皆様から秋の贈り物が次々と届けられます。あけび、カキ、いも、カボチャ、胡桃、冬瓜…ハロウィンを前後に事務室の前には秋の色で賑わっています。秋の贈り物がクラブの画材になったり、秋を話題に花を咲かせています。交流が広まり、笑顔や明るい声が響き渡ります。地域の皆様の温もりが、公民館に集い、季節ごとの公民館の色を染めています。

第41回公民館文化祭が盛況のもとに無事終了しました。クラブや講座で技を磨き、心を磨き、文化祭へ向けて充実した練習を重ねてきました。文化祭を前に、公民館クラブ連絡会の皆さんが公民館を大掃除してくださいました。調理室や和室、フロアなどをきれいにし、外の草刈りなどもしていただきました。前日準備で飾り付けをして、これまで練習してきた作品を掲示したり、練習の成果を存分に披露しました。素晴らしい発表を行うことが出来ました。ありがとうございました。

星久喜公民館館長 高見 等

【何かが見つかる！ミドル・シニア講座】5

～ オリンピックを学ぶ ～

ミドルシニア講座は10月20日(土)第5回目、講師の三井 毅さんをお迎えして、「オリンピックを学ぶ」を行いました。2020東京オリンピックは千葉市も会場に選ばれ、それに先立ち千葉市の発展の歴史と、スポーツの開催等の懐かしいビデオを鑑賞しました。オリンピックについては、1964年開催の東京オリンピックの活躍競技のバレーボールや柔道、ウェイトリフティングやバレーボール、体操競技などを思い出しながら会話形式で進めていきました。特に三井先生の専門でもあった陸上競技については細かく説明をいただきました。事前に競技種目の見方やルール等を知っておくと、おもしろみが倍増します。迎える側として、いろいろな楽しみ方、迎え方を知って2020東京オリンピックを盛り上げて行きましょう。

「楽しいコーラス」



3回にわたり、「楽しいコーラス」が行われました。講師の先生はコーラス指導に坂井 美登里先生、伴奏に山下 美子先生です。コーラスはしっかりとした姿勢で歌ったりすることにより運動に匹敵するカロリーが消費でき、体幹も鍛えられます。歌うことでノドや首や肩の筋肉が鍛えられ、飲み込む力が弱ってしまうのを予防したりします。音程やリズムをとることで脳が活性化し、ストレス解消につながります。練習では、上半身のストレッチなどからはじまり、緊張した筋肉を緩め、鼻から息を吸って、口から息を吐く腹式呼吸を行い、発声に入ります。そして、いつのまにか楽しい合唱に入り込んでいます。楽譜の見方も説明してくださり、「みかんの咲く丘」「旅愁」「学生時代」など楽しく唄が進みました。



※ 裏面もあります

～地域紹介～



【地域ふれあい大運動会】

地域ふれあい大運動会が10月14日(日)に星久喜小学校で開催されました。「お泊まりIn 星久喜」のスタッフメンバーも会の進行を支えています。その他多くの公民館利用の皆さんも参加していました。昨年に引き続き雨のため、体育館を使つての運動会となりました。しかし、みんなの交流の場で有り、楽しみなスポーツ・レクリエーションの場でもあります。450名程の地域の方が集まり雨天種目種目の二人三脚、就学児前競争、玉入れ、パン食い競争、大玉転がしなど大いに楽しみました。最終種目の大玉転がしでは公民館館長参加の小中学校先生メンバーが呼吸の良さを発揮して1位を獲得しました。地域優勝は矢作協和会A、準優勝矢作町協和会B、3位星久喜小教職員チーム、4位青葉町自治会、5位星久喜自治会・青葉の森町内会となりました。



【町たんけん】星小2年生

10月22日(月)に星久喜小学校2年生の町探検で、星久喜公民館について学習にきてくれました。みんな、元気よく挨拶もとてもよくできました。公民館に来るのが初めての人が多く、熱心に質問していました。公民館は赤ちゃんから、お年寄りまで幅広く利用しており、学習したり、同じ趣味の人が集まりクラブとして技能を向上させたりしています。また、交流の場にもなっており、会議をしたり、星久喜の行事の話し合いをしたりします。小学生も放課後土曜クラブや体験教室、「星久喜inお泊まり」、書き初め練習会など多くの参加があります。談話室には本もたくさん有り、本を読んだり、学習に使ったりしています。遠慮無く公民館に寄ってください。当日は、公民館を探検し、「さわやか体操」の人達とゲームなどもでき、とても楽しかったそうです。

「星中授業参観」

星久喜中学校の授業参観に行ってきました。小学校に行ったり、中学校に行ったりすると公民館を利用してくれたお友達がたくさんいてわくわくします。夏休みには合唱コンクールの練習に公民館を利用してくれた学級もありました。授業の様子はどの学年も明るい雰囲気、姿勢良く行われていました。小・中と地域で育った義務教育最終の生徒となります。市総体の活躍、お泊まり in 星久喜の肝試しの準備・会場、合唱コンクール発表、敬老会ボランティアなど活躍しています。これからも、活気ある地域づくりの応援をお願いします。



※近隣では、不審者が声をかけてきたり、敷地にまで入ってくるという事案が出ています。不審者を見かけたら、関係機関に連絡していきましょう。