

2021年

1  
月号

# 葛城公民館だより

発行：千葉市葛城公民館  
住所：中央区葛城 2-9-2  
電話：043 (222) 8554

丑年、佳い年に。

千葉市葛城公民館館長 松本清孝

新年、あけましておめでとうございます。2020年はコロナウイルスの流行で大変な年となってしまいました。まだ治まる気配がなく不安な年明けとなりましたが、公民館としましては感染予防対策を万全に行い、できることを粛々とやってまいりたいと思います。今年もよろしくお祈りします。



赤べこは、赤い牛の張子人形である。会津地方の郷土玩具であり、子どもの魔避けとして用いられてきた。体色の赤は魔避けの効果があり、斑点は痘を表しているといわれている。赤べこの由来は諸説あり、平安時代に蔓延した疫病を払った赤い牛の伝説や、会津地方で起きた大地震で壊れた円蔵寺の虚空蔵堂の再建のときに活躍した赤い牛の伝説がある。

## 葛城公民館、令和3年主催講座の手始めは？

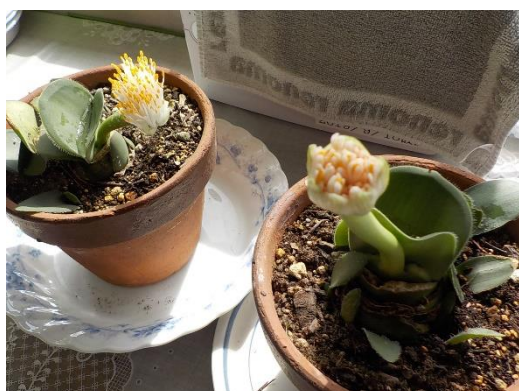
1月29日（金）13:30～15:30に行われる環境講座「海洋プラスチックごみについて考えよう」です。

ポイ捨てなどにより、回収されずに河川などを通じて海に流れ込む「海洋プラスチックごみ」が世界中で問題となっています。一般的なプラスチックは容易に自然分解されず、日光や波の力で劣化して「マイクロプラスチック」となり溜まっていってしまいます。皆でこの問題を考えていきましょう。受付開始は1月5日（火）9:00。

## 7年ぶりの快拳

ついに花を付けました、まゆはけおもと。ハエマンサスというアフリカ原産の多肉植物です。漢字で書くと「眉刷毛万年青」。花が刷毛のような奇妙な形をしています。

7年前にあざみ手あみ教室・楽々健康体操の河西さんから寄贈されたものです。



## 秋から冬への花壇

千葉市緑政課 緑と花の推進室から春と秋の年2回花をいただいています。今回はパンジー・ストック・ハボタンの3種類です。これらの花に加えて書道クラブの内藤先生寄贈のカンパニュラ・千鳥草、パソコンクラブの須長先生寄贈のハマユウ、ハーモニカ&土曜囲碁会の早川さん寄贈のキンギョソウなどたくさんの方々のおかげで花壇が出来上がりました。



🏠 🏠 🏠 主催講座の報告です 🏠 🏠 🏠

**Android スマホ教室** 【基礎編】 9月16・17日（水・木）

【応用編】 9月23・24日（水・木）

毎年人気のスマホ講座。ソーシャルディスタンスを取るために、広いホールに10人の定員で行いました。



**紙で作るステンドグラス「ローズウインドウ」を作ろう**

9月30日（水）

作り終わった受講生から、たのしかった、またやりたいとの声。

**クリスマスの「ローズウインドウ」を作ろう** 11月9日（月）

予定にはなかったのですが、ご要望にお応えして急遽追加された講座です。



**Word&Excelで作ろう『年賀状』** 11月17～20日（火～金）

3時間×4日間のパソコン講座、10名定員の講座でしたが4日間も同じメンバーで学習すると、もうそこはまるでひとつの学級のように。受講生さん同士が仲良くなれるのがいいですね。



**素敵な年賀状が出来上がりました。**



**今だから取り組みたい！フレイル予防～心・体・脳の健康づくり～**

11月24日（火）

講師は東都大学の中村睦美先生。頭と体を同時に動かす軽い運動（コグニサイズ）を取り入れながらフレイル予防としての健康づくりを指導していただきました。コロナ禍の今だからこそ大切にしたい「運動」「栄養」「社会参加」が認知症になりにくい健康的な生活に必要であること、認知症になっても大丈夫な社会を作ることが大切であることを教えていただきました。

**運を呼び込む「お正月の飾り作り」** 11月26日（木）

1,300円 の材料費で自分だけのお正月飾りを作ることができました。10人の受講生たちは、グルーガンやラジオペンチに始めは戸惑いながらも森先生の熱心なご指導の下、飾った時に花が下を向かないようにするには？などさまざまな技を駆使しながら素敵に仕上げました。



**\*\*\*コロナ禍であっても、7月以降は充実した講座が展開された令和2年でした。\*\*\***