

黒沢公民館だより

浜田市三隅町下古和1518番地

Eメール kurosawa-k@ofc.herecall.jp
HPhttp://matizukuri.herecall.jp/kurosawa/

NO 441号
平成 28年 2月
発行 黒沢公民館
TEL 35-1509
FAX 35-1503
休館日
日曜・祝日・年末年始

「とんど焼き」で無病息災今年も元気!



黒沢まちづくり委員会コーナー No. 83

安全安心部会

安全安心部会の活動状況についてお知らせいたします。

今年度既に、6回の部会を開催し安全安心部会としての事業を進めています。

前回10月号で活動状況をお知らせしましたが、その後の活動内容について簡単にお知らせいたします。

1) 一人暮らし、高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう緊急時の連絡体制や、支援体制を目的に要支援者の情報整備を進めています。実施に当たり皆さんのご理解とご協力をいただく為に行政と一緒に取り組む方法で進めたい為現在調整中です。

調整が完了次第名簿作りに着手します。

2) 黒沢地域振興計画書見直しについて

現在の地域振興計画書に基づき現状を再確認し、今後三年間の安全安心部会としての原案を作成済み。

3) 夜間交通安全教室の開催

平成27年11月30日に浜田警察署より出向いて頂き、夜間の交通安全について実地で勉強会を実施しました。

夜間にも関わらず16名の方に出席して頂いた。

最近の安全安心部会の取り組み状況です。下期後半に向けて自主防災体制(組織)づくりの勉強会、要支援者の名簿作り等の活動を計画しています。

【平成二十八年一月三日 浜田市の成人式】
成人になった喜びの言葉をいただきました
「成人式を迎えて」
黒沢七区 三浦 眞歩
『成人になっても、両親に迷惑をかけるかもしれませんが、これから親孝行ができるように、また、立派な大人になれるように頑張りたいです。』
※成人の皆さんが誕生された平成七年は、「阪神大震災」が起きた年です。
この年、黒沢地区は、「第3回みやび湖マラソン」や「ゲートボール」が盛んに行われている時期でした。そして、次の年には、南小学校最後の年となり、平成9年、三隅小学校に統合しました。
振り返ってみると、皆さんの成長は早いものですね。



15:10~15:40
公民館に来館されます。
本を借りて、お家でゆっくり本を読みながら過ごすのもいいですね!



★ ★ ★ ★ ★
三月の行事予定
三日(木)「春・夏野菜教室」
四日(金)「保健委員会」
移動図書館車
十七日(木)「ラブック号」
二十五日(金)「介護予防体操」

ひだまり
二月三日の節分が終わると立春になります。寒い寒いと言っているけど、もうすぐそこに春が来ているんだなあ。そう思うと、気持ちだけでもウキウキしてきます。
最近では体の栄養バランスが取れた日本食文化が見直され、刺身や煮物など日本食の出しの旨み等が好まれています。確かに、炊き立てのご飯とお味噌汁の朝食・近所から食事前に流れてくる煮物の匂い、日本人に生まれて良かったなあと思う思います。年をとったのかな?という思いもあるのですが、毎年作るお正月のおせち料理、「今年も作るんだろ」と家族に言われ、やっぱり手作りがいいんだろなああと愛情込めて作りました。公民館に居ると、先輩のお母さま方に教えていただくことが一杯あります。「これ食べんさい」といつもいただく漬物。(美味いなあ・しあわせ)日本食文化の良さを活かし、年を取ることに味はマンネリ化しておりますが、我が家のおふくろの味をただ今製作中です。たまに帰る子ども達に「煮しめの美味さ」を常に伝えております。レパートリーが少ないので。(直)

2月の公民館行事・利用予定表		
日	曜	如(きさらぎ)月
1	月	Gゴルフ 13:00~
2	火	薙織り教室 9:00~
3	水	パソコンクラブ 9:00~
4	木	Gゴルフ 13:00~
5	金	はつらつ健康教室 9:30~
6	土	
7	日	休館日
8	月	Gゴルフ 13:00~
9	火	薙織り教室 9:00~
10	水	パソコンクラブ 9:00~
11	木	建国記念の日 Gゴルフ 13:00~
12	金	ミニデイ(黒沢) はつらつ健康教室 9:30~
13	土	
14	日	休館日
15	月	Gゴルフ 13:00~
16	火	薙織り教室 9:00~
17	水	パソコンクラブ 9:00~
18	木	なごみ ラブック号 15:10~15:40 Gゴルフ 13:00~
19	金	はつらつ健康教室 9:30~
20	土	絵手紙教室 9:30~ 書道同好会 9:00~
21	日	「生涯学習のまち・地域づくり研修会」三隅公民館
22	月	振替休館日 Gゴルフ 13:00~
23	火	薙織り教室 9:00~
24	水	パソコンクラブ 9:00~
25	木	ミニデイ Gゴルフ 13:00~
26	金	ミニデイ(黒沢) はつらつ健康教室 9:30~ 介護予防体操 9:30~
27	土	大人のぬり絵9:00~
28	日	休館日
29	月	Gゴルフ 13:00~

※寒い冬を暖かく過ごすための防寒対策の基本は三つ
・4つの「くびれ」を冷やさない(首・ウエスト・足首・手首)
・身体の先端部分をしっかり温める
・着脱しやすいアイテムを選ぶ
この三点を抑えることで風邪もひきにくくなりますし、寒さを感じることも少なくなります。