4月の講座予定

日	曜	講座名
1	金	池田古文書解読・英会話
2	土	社交ダンス・絵画
3	日	オカリナ
4	月	
5	火	休館日
6	水	フラダンス
7	木	大正琴
8	金	英会話
9	土	木彫り・カラオケ・俳句
10	日	
11	月	おり紙・手話学習
12	火	休館日
13	水	出張型運転免許更新・太極拳
14	木	大正琴・書道・いけ花
15	金	英会話
16	土	社交ダンス・絵画・俳句
17	日	オカリナ
18	月	和紙ちぎり絵
19	火	休館日
20	水	健康と食事・Kids English・フラダンス
21	木	大正琴・素敵にソーイング・阿波おどり
22	金	英会話
23	土	木彫り
24	日	
25	月	手話学習
26	火	休館日
27	水	出張型運転免許更新・太極拳
28	木	きりえ・大正琴・書道
29	金	休館日（昭和の日）
30	土	

5月の講座予定

日	曜	講座名
1	日	オカリナ
2	月	
3	火	休館日（憲法記念日）
4	水	休館日（みどりの日）
5	木	休館日（こどもの日）
6	金	池田古文書解読・英会話
7	土	社交ダンス・絵画
8	日	
9	月	おり紙・手話学習
10	火	休館日
11	水	出張型運転免許更新・太極拳・フラダンス
12	木	大正琴・書道・いけ花
13	金	英会話・公民館クラブ
14	土	木彫り・カラオケ・俳句
15	日	オカリナ
16	月	和紙ちぎり絵
17	火	休館日
18	水	健康と食事・Kids English・フラダンス
19	木	大正琴・素敵にソーイング・阿波おどり
20	金	英会話
21	土	社交ダンス・絵画・俳句
22	日	
23	月	手話学習
24	火	休館日
25	水	出張型運転免許更新・太極拳
26	木	きりえ・大正琴・書道
27	金	英会話
28	土	木彫り
29	日	
30	月	
31	火	休館日

コミュニティ新聞
～ひとづくり・つながりづくり・まちづくり～
ちゅうおうKominkan
三好市中央公民館
第16号
2022．4．1発行
TEL 72−3700

今年も燕が飛来する季節になりました。公民館にもあちらこちらに巣をつくり、賑やかな鳴き声が聞こえてきます。と同時に玄関前のコミュニティガーデンのイチゴ園では、黄緑色の新芽が延び花が咲きはじめました。今年で５年目になるKids Englishの幼稚園児たちが講座の後、イチゴの収穫を楽しみにロビーに降りて来るのですが、今年も喜んでもらえそうで園児たちの笑顔を想像するだけでうれしくなります。

春は出会いの季節。新年度も公民館が学びを通じて多くの人との出会いのきっかけの場となり、大勢の方に来館していただけますようお待ちしています。また、公民館講座発表会や、各種団体のイベント等が晴れやかに開催できますよう心から願っています。

２０２２年度、中央公民館は元気にスタートしました。どうぞよろしくお願いいたします。

新正規講座スタート！　素敵にソーイング講座

令和４年度4月より、『素敵にソーイング講座』が始まります！
毎月1回ミシンや手縫いで自分だけのオリジナル作品を作ります。自分時間を楽しみませんか？

＊講　師：蔦学園　蔦　政代　さん
＊日　時：毎月第３木曜日
　　１３時３０分～１５時００分
＊場　所：中央公民館　２階 第１会議室
＊受講料：材料費のみ
＊準備物：洋裁道具

５月　公民館クラブ　美しい文字レッスン講座

美しい文字は一生の財産！ボールペン・筆ペン・小筆などでポイントを覚えながら綺麗な字を習いましょう。

＊講　師：西　直子　さん
＊日　時：令和４年５月１３日（金）
　　１３時３０分～１５時３０分
＊場　所：中央公民館　４階 大ホール
＊受講料：無　料
＊準備物：ボールペン・筆ペン・小筆など
　　練習したい筆記用具

防災ワンポイント

日本気象協会　tenki.jp 知る防災より抜粋

◇ローリングストックとは

保存食を備蓄しておくこともちろん大切ではありますが、日常の中に食料備蓄を取り込むという考え方もあります。普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足していくことで常に一定量の食料を家に備蓄しておく方法をローリングストックと言います。ローリングストックのポイントは、日常生活で消費しながら備蓄することです。食料等を一定量に保ちながら消費と購入を繰り返すことで備蓄品の鮮度を保ち、いざという時にも日常生活に近い食生活を送ることができるはずです。

◇ローリングストックのポイント

ローリングストックには２つのポイントがあります。まずは、古いものから使うことです。備蓄する食料が古くなってしまわないよう消費の際には必ず一番古いものから使うようにしましょう。新しいものを右側に配置し、左側の古いものから使っていくというようにそれぞれ合った備蓄方法で上手に循環させることが大切です。次に、使った分は必ず補充することです。ローリングストックでは備蓄品としているものはいつ食べても構いません。ただし、消費した量を必ず買い足すようにしましょう。ちょっと補充を怠ったタイミングで災害が来る可能性もありますから、消費した分の補充は必ず直後に行いましょう。

◇ローリングストックのひと工夫

ローリングストックで日常の食材を多めに準備しておいても、災害時はガスや電気、水道が止まり食材を調理できないことが想定されます。そんな時役に立つのが「カセットコンロ」です。過去の災害で被災された方の多くが「避難生活の際に温かいものが食べたかった」と語っています。ローリングストックでは、非常時用の保存食だけを備蓄しているわけではないのでそれらの備蓄品を活かすためにもカセットコンロとガスボンベが必要となります。

手づくり布小物講座

３月５日（土）
レトロな帯ならではの粋な柄を活かして、ポシェットを作りました。
携帯を入れても良し。
小銭入れやマスクを入れても良し。
普段使いにとっても便利な斜め掛けの小物入れ！
手放せなくなりました。
４月から新講座「素敵にソーイング」が開講します。
一緒にモノづくりで楽しい時間を過ごしませんか？

◇ちょっとしたコツが勉強になりました

～シリーズ　池田町の文化財～

今月は、三好市池田町馬路にあります「馬路神宮寺の常念仏供養」です。

馬路の常念仏供養は池田町馬路に所在する滝宮三所神社隣の馬路神宮寺で行われている無形の民俗文化財である。

１５０年ほど前（文化文政のころ）、馬路地区で疫病が流行し、その上、天災もおこり多数の被害がでたことから、前々日の昼から八朔（旧暦八月一日）まで三日間徹夜で鉦を中心に輪になり念仏を唱えながら、大きな数珠を手送りで操って平和で幸福な生活や五穀豊穣を祈願したのが始まりであると言い伝えられている。

数珠は全長８m、重さ１７ｋｇ、数珠玉はシキミの木で手作りでつくられている。

馬路神宮寺の常念仏供養は、八朔の行事と念仏が合流した点において、山城の鉦踊（県指定）等とも根源では関わると考えられ、当時の生活文化を証す貴重な民俗として、昭和５２年４月１日に池田町（現三好市）無形民俗文化財に指定された。

大数珠を参加者全員で繰り回しながら念仏する

数珠玉の大玉には「明治十二年巳卯歳旧六月廿八日作之、馬路村諸願成就律満足祈之処」の銘が刻まれている。

雛人形と五月人形を寄付していただきました！

２階ロビーに展示しています。
８段飾りの立派なお雛様と兜。最近では段飾りを目にすることが少なくなっているので、来館者も足を止めて感慨深く眺めていました。大切に保管し、毎年展示させていただきます。ありがとうございました。

新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合　　家庭内でご注意いただきたいこと　～８つのポイント～

①部屋を分けましょう　②感染者のお世話はできるだけ限られた方で　③マスクをつけましょう　④こまめに手を洗いましょう
⑤換気をしましょう　⑥手で触れる共有部分を消毒しましょう

◇共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッドの柵など）は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きをしましょう。
・タオル、衣類、食器、箸、スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
・感染者の使用した物を分けて洗う必要はありません。
・洗浄前の物は共用しないようにしてください。特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

⑦汚れたリネン、衣類を洗濯しましょう
・体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

⑧ゴミは密閉して捨てましょう
・鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋にいれ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう

厚生労働省ＨＰより（一般社団法人日本環境感染学会取りまとめを一部改変）より一部抜粋

木彫り講座作品展

２月～３月の展示は「木彫り講座」でした。
公民館講座で木彫りを長年続けられ、素晴らしい作品をたくさん作られています。
どの作品も受講生の個性と技術が輝いていて、見学された皆さんが感心していました。

宮内栄子

高岡弘美

矢野　勝

宮内武彦

東谷忠雄

向井久代