# 8月の講座予定

| 日 | 曜 | 講座名 |
|---|---|---|
| 1 | 日 | オカリナ |
| 2 | 月 | おり紙・手話学習 |
| 3 | 火 | 休館日 |
| 4 | 水 | Kids English・フラダンス |
| 5 | 木 | 大正琴 |
| 6 | 金 | 池田古文書解読・英会話 |
| 7 | 土 | 社交ダンス・絵画 |
| 8 | 日 | 休館日（山の日） |
| 9 | 月 | 休館日（振替休日） |
| 10 | 火 | 休館日 |
| 11 | 水 | 出張型運転免許更新・太極拳 |
| 12 | 木 | 大正琴・書道・いけ花・おいでなして池田 |
| 13 | 金 | 英会話 |
| 14 | 土 | 木彫り・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・阿波おどり・フラダンス |
| 19 | 木 | 大正琴 |
| 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 | 大正琴・書道・きりえ・おいでなして池田 |
| 27 | 金 | 市民大学講座・英会話 |
| 28 | 土 | 木彫り |
| 29 | 日 | |
| 30 | 月 | |
| 31 | 火 | 休館日 |

# 9月の講座予定

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

**～お知らせ～**

**2階展示場には新たにショーケースを設置し展示していただける作品を募集しております。昔懐かしい思い出のお宝、ひそかに集めているコレクション等がありましたらぜひ飾ってみませんか。ご連絡お待ちしています。**

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12号
2021．8．1発行
TEL 72-3700

目もくらむような真夏の日差しのパワーを感じる季節がやってきました。

マスク着用が日常となり熱中症が心配されますが、のどが渇いていなくてもこまめな水分補給を心がけましょう。少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所に移動することが熱中症予防に有効です。日ごろからご自身の健康管理を充実させ、強い日差しに向かって元気に咲いている向日葵のように夏を乗りこえましょう。

さて、「第３２回オリンピック競技大会（２０２０/東京）、東京２０２０パラリンピック競技大会」が開幕され、・全員が自己ベスト・多様性と調和・未来への継承を３つのコンセプトとして掲げ、連日熱い戦いが繰り広げられています。異例続きの大会となりましたが、アスリートのこれまでの努力が報われますようテレビの前から応援したいですね。頑張れ！ニッポン!!

## 令和2年度徳島県公民館広報誌コンクール 優良賞受賞

令和２年度徳島県公民館広報誌コンクールにて、中央公民館の「公民館だより」が**優良賞**に選ばれ７月１５日徳島県公民館研究集会に於いて表彰式があり、表彰状をいただきました。

公民館ご利用の皆様の情報や作品ご提供のおかげと感謝しております。ありがとうございました。

まだまだつたない新聞ではありますが、これからも生涯の生きがいづくりや学習の場として、公民館活動の様子や講座のお知らせ等、また、地域の情報発信や多様な地域課題解決に向けての参考にしていただけるような新聞づくりを目指して発信していきたい思います。

今後とも、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 防災ワンポイント　地震にあったら－屋内編－

日ごろから災害時を意識して、
あらゆる危険な場所を確認しましょう。

### ◇ 職　場

職場では棚、ロッカー、コピー機などから離れ、　頭部を守り、机の下に隠れるなどして身を守りましょう。

●窓ガラスが割れることがあるので、窓際から離れましょう。
●OA機器などの落下に注意しましょう。
●日ごろから整理整頓をするなど職場環境をよくしておきましょう。
●外へ逃げるときは落下物などに注意し、エレベーターは使わないようにしましょう。

### ◇ スーパー

バッグや買い物かごなどで頭を保護し、ショーケースなど倒れやすいものから離れましょう。

●エレベーターホールや比較的商品の少ない場所、柱付近に身を寄せましょう。
●ガラス製品や瀬戸物、その他陳列棚の商品などの落下、転倒に注意しましょう。
●慌てて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。
●エレベーターが動いていたとしても、エレベーターによる避難はしないようにしましょう。

総務省消防庁　防災マニュアルHP－震災対策啓発資料－より抜粋

## ～シリーズ　池田町の文化財～

今月は、三好市池田町サラダにあります

「馬宮家住宅式台玄関及び酒蔵座敷・薬医門」です。

馬宮家住宅は、店舗兼主屋１棟と武家屋敷風の酒蔵座敷１棟からなり、酒蔵座敷の南には薬医門や築地塀に囲まれた庭園が付属している。

当家は三好市に遺されている池田士の拝領屋敷の様態が分かり、武家から酒造業に転じた歴史を物語る貴重な建造物である。

三好市は馬宮家住宅に遺る薬医門を昭和４２年６月２１日、池田町指定有形文化財（現在 三好市指定有形文化財）に指定。式台玄関及び酒蔵座敷を平成３１年３月２５日に三好市指定有形文化財に指定している。

馬宮家住宅外観

薬医門側面

馬宮家住宅 薬医門

薬医門とは・・・？

いろいろある門の一種で安土桃山時代には棟門の略型で裏門に使われていたという記録がある。本来は、城門の一種。屋根は切妻屋根である。

＊馬宮家薬医門を見学する時は、東側より見学すると構造がよくわかる。

馬宮家住宅酒蔵座敷外観

## ６月公民館クラブ

６月は、ジトジトした梅雨のうっとうしさを吹き飛ばすように「リフレッシュヨガ講座」を開講しました。ヨガでは腹式呼吸が大事とされています。身体を動かしている間も息を止めずにゆっくりと呼吸することを意識するだけで、リラックス効果が期待できます。日常の気分転換にヨガを取り入れてみてはいかがですか。

### ～リフレッシュヨガ講座～

少しずつ身体を動かし、痛くない場所で止める。呼吸に合わせながら、身体を伸ばしたりゆるめたりします。

日ごろ伸ばさない体側を伸ばすと、とても気持ちが良かったです。意識して日常に取り入れましょう。

## ７月公民館クラブ

### ～夏のポーセラーツ講座～

前回好評をいただいたポーセラーツ講座。今回は、夏に涼しげなガラスの小物入れと、カップを彩りました。皆さん、焼成後の仕上がりが待ち遠しかったのではないでしょうか。自分で考えたデザインの器は見るたび、使うたびに愛着がわきますね。夏休みとあって親子参加者も多数あり、子どもさんでも楽しめるにぎやかな講座となりました。大切に使ってくださいね❤

## 今月の作品展

★様々な素材にやわらかな色彩が素敵なトールペイント
井川町　山下イチエさん　の作品です。

トールペイントは優しい雰囲気で、素敵です。

大小サイズ違いの可愛い小物です。

端午の節句・桃の節句飾りです。かわいいですね。

眼鏡ケースも豪華になります！

淡い色合いがとても美しいティッシュペーパーケースです。

ブリキの素材に鮮やかに彩られ、よく合います。

おとぎの国に出てきそうなかわいい靴の作品。

素晴らしい作品の数々をお貸しいただきありがとうございました。

★50年前のレース編みや畳の縁を使った手づくり雑貨の数々
山城町　武川つや子さん　の作品です。

レースの手編みです。パイナップル編みと呼ばれています。

縦200×横100センチの大作!!
50年前の作品とは思えません。

刺繍がポイントになっています。

こちらも端午の節句飾り。