

御所公民館だより 令和5年度 第9号



発行：御所公民館（〒020-0581 雫石町西安庭40地割48番地9）

電話番号/FAX：019-692-2214

全戸配布

御所地区の人口 ※11月末現在()内は前月比
■男：1,223人(-7) 女：1,280人(±0) 合計：2,503人 ■世帯数：1,078世帯(-1)



12/19 (火) 地域団体・企業
12/20 (水) 中学生と保護者

御所みらい談議開催！

12月の御所みらい談議は、「地域団体・企業」と「御所地区の中学生・保護者」を対象に開催しました。総務省の地域力創造アドバイザーNPO法人都岐沙羅パートナーズセンター斎藤主税氏が、御所地区のヒアリング結果について説明し、分析結果から見えるこれからの御所地区の状況について解説しました。10年後に「心配な事」や「どんな暮らしをしたいか」等を題材に、参加者が感じた地域活動の変化や中学生が想像する御所地区での暮らしについて、様々な年代の意見を聞くことが出来ました。今後は、1月17日に旧南畑小学校区対象のみらい談議を実施します。詳細は裏面をご覧ください。

12/19 (火) 地域団体・企業

12/20 (水) 中学生と保護者の方



御所地区の地域団体や企業に属する方々をお呼びし、地域活動について感じている事や「こういう地域になったらいいな」と思うことをお聞きしました！

グループワークをして頂き、御所地区での暮らしについて、今感じている事やこれからの御所地区の暮らしに抱くそれぞれのイメージをお聞きしました！

カラオケ機「DAM」を活用して 楽しく健康づくりを行いました！

けんこう 11月地域人財塾「健幸づくり教室」

11月22日(水)、御所公民館で「健幸づくり教室」を開催しました。13名が参加した今回の教室では、カラオケ機「DAM」を活用して、クイズや音楽を楽しみながら体操や脳トレなどの健康づくりを行いました。音楽に合わせて体のコリを解消するストレッチや体操、反射神経を鍛えるゲームをし、イントロクイズでは「南部蝉しぐれ」が出ると、皆さんで口腔機能向上のため楽しく歌いました。参加者は「頭を使うけど楽しい！」「また参加したい！」と、笑顔で取り組む姿が見られました！

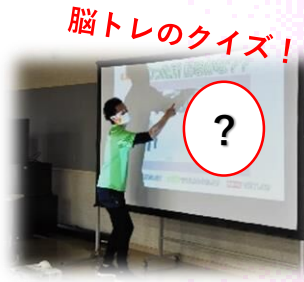
生活総合機能改善機器 「DKエルダーシステム」



通信カラオケ機器「DAM」を活用した、介護予防・健康増進コンテンツ配信システムです。音楽・体操・映像等のオリジナルのプログラムを通じて、健康づくり体験ができます。



演歌に合わせて体操をしました！



脳トレのクイズ！

皆さん、好成績です★

反射神経ゲーム



映像と音楽に合わせて体操★



11月30日(木)御所公民館にて、第1回目の料理教室が行われました。講師に桐山桂子氏をお迎えし、12名の参加者が二八蕎麦の打ち方を学びました。そば粉を混ぜる・そば玉をこねる作業は、上半身を使う体力勝負な作業でしたが、参加者同士コツを教え合いながら笑顔で取り組んでいました。参加者は、「初めてでも出来た、食べるのが楽しみ」「もう一度挑戦したい!」と、手打ち蕎麦の楽しさに魅了されていました!



お蕎麦完成!
経験者4名、
初めての方8名が参加!
立派なお蕎麦を打ちました!



初めてでも安心して
蕎麦打ちができました★



見るのも勉強になります!

2月・3月参加者募集中!

アロマクラフト教室

植物から抽出される精油(エッセンシャルオイル)を使って、香りを楽しみながらお好みのオイルでオリジナルの小物づくりをします♪



第1回アロマクラフト教室

乾燥時期におすすめ! 「ハンドクリーム作り」
令和6年2月3日(土)10:00~11:30

受講料 500円(先着10名)
場所 御所公民館 小会議室
締切 1/31(水)まで
持ち物 とくになし



第2回アロマクラフト教室

香りで気分転換♪ 「ルームスプレー作り」
令和6年3月2日(土)10:00~11:30

受講料 500円(先着10名)
場所 御所公民館 小会議室
締切 2/28(水)まで
持ち物 とくになし



【講師】菅原 ゆうき 氏
(エッセンシャルオイル上級スタイリスト)

申込みは御所公民館へお願いします。



「リメイクサークル」
からのお知らせ

令和6年1月開催予定(10時~16時)
17日(水)・24日(水)
見学のみでも大歓迎です!!

連絡先 代表:細川 壽枝(019-692-4488)
講師:小赤澤直子(090-6453-1705)

お知らせ! 旧南畑小学校区の方対象
「御所みらい談議」開催します!

開催日時 ー参加申込みは御所公民館へー
令和6年1月17日(水)18:30~20:30

1) 御所地区のヒアリング結果説明
2) 御所地区のこれからの座談会

誰でも参加可

年末年始の休館のお知らせ

12月29日(金)~1月3日(水)
まで年末年始のため休館です。

今年も公民館をご利用いただき、
ありがとうございました!

あとかき

年の瀬を迎え、早いもので本年も残りわずかとなりました。今年は様々なことが動き始めた年でしたが、皆さまはどんな1年でしたか? 2023年を振り返りながら、来年も皆様にとって幸多き年となることを願っております。良いお年をお迎えください☆ (佐藤)

