好間寿学園

高齢者を対象に生きがいづくりや豊かな日常生活を送るため、教養講座や健康講座、移動学習講座などを楽しく学ぶ全七回の講座です。

第四回目の講座は、七海多美子先生による「懐メロ歌謡体操」を行いました。身体を動かし、歌詞や振付を思い出し、懐かしい歌を口づさむ体操は、認知症予防に効果があり、全国で普及しているものです。

講師の先生を囲んで、着座でも簡単にできる体操を学びました。「お遊戯みたいで恥ずかしい」と思われるかもしれませんが、体はポカポカ、頭はフル回転、皆さん笑顔が絶えない楽しい時間を過ごしました。

先生の歌に合わせての体操

風情のある一閑張りカゴづくり教室

十月に開講した、風情のある「一閑張りカゴづくり教室」です。

一閑張りは、カゴの凹凸した網目に、小さめにちぎった和紙を隙間のないように張る下張り、思い思いに選んだ和紙や布地を張る本張りの工程を経て、柿渋を数回塗り重ねながら作品を仕上げていきます。

江戸時代からの伝承技法を手作業をしながら、会話を楽しみながら、和やかな雰囲気のなか、講師の鈴木富子先生に丁寧なご指導をいただき、受講生の皆さん、全八回の講座で二作品を完成することができました。

個性豊かな作品が完成

三原色絵画教室

水彩絵の具の赤、青、黄の三原色でさまざまな色を作り楽しく絵を描く「三原色絵画教室」全七回の講座です。

はじめに、基本となる色づくりを学んでから、円を描きました。輪郭からはじめる円ではなく、点からはじまり面となる円の描き方？です。受講生の皆さんはびっくり。目からうろこです。

講師の関志路光恵先生は、モチーフのさやえんどう、カーネーション、さくらんぼ、ガクアジサイなど、実際に手に取り、色合いや匂いなどを観察し、食べて味覚を感じた「五感でモチーフを知ること」が大切」と受講生に話をしました。

五感を働かせてモチーフを観察

旬の家庭料理教室 ～体内からほかほか～

講師に北尾智恵先生をお迎えして、昨年十月に開講した「旬の家庭料理教室～体内からほかほか～」全五回の講座です。

芯から体を温めるヒントは食べ物にあります。味も良く栄養価も高く、値段もお手頃な旬の食材に、生姜、山椒、にんにく、シナモンなどの香辛料を加え、それらを使った効果的で簡単な食べ方や、調理法をご指導いただきました。

少人数（十二名）の講座ですので、北尾先生の穏やかなお人柄に触れ、受講生の皆さんは、チームワークを大切に、手際よく楽しく取り組んでいました。

レシピを確認しながら彩のある調理

好間地区成人式

平成三十年好間地区成人式を、一月七日に好間公民館で開催しました。

式当日は、色鮮やかな振り袖やスーツ姿の新成人八十四人が出席しました。

式典は、厳粛な雰囲気の中で執り行われ、木田享平好間支所長が、市長からの新成人に贈ることばを読み上げ、新成人の根本晃成さんに記念品を贈呈しました。

来賓代表の大峯英之市議会議員からの祝辞に続き、新成人を代表し、蛭田愛未さんが誓いの言葉を述べました。

式典終了後には、新成人実行委員の皆さんが企画した記念行事『好間わっしょい！イェェェェ～イ!!～菊竹の郷から二十歳のありがとう～』が開催され、中学校時代の恩師の先生を囲んで、クラスごとに記念写真を撮影しました。

その後、新成人と恩師の先生方は当時を振り返りながら懐かしい思い出話に花を咲かせ、久しぶりの再会を歓び合っていました。

成人式の開催にあたっては新成人六名を含む九名の実行委員会において、昨年九月より会議を重ねるなどして、準備を行ってきました。

会場には多くの来賓の方々が臨席し、地域を挙げて、二十歳を迎えた新成人の門出を祝福しました。

誓いの言葉を述べる新成人代表

恩師の先生とあふれる笑顔

生活科学習 公民館見学

十一月に、好間第二小学校の二年生が公民館見学学習に訪れました。

公民館の仕事の内容をプロジェクターで学習した後に、調理室、自家消費作物の放射能検査室、障がい者の方の利用するトイレ、楽ちん号（階段昇降機）など館内の探検をしました。

また、公民館サークル「いわき民話の会」による好間の民話を聞いたり、「ミセス体操サークル」の体操体験をしました。

「公民館」は、赤ちゃんから年配の方まで学ぶことができる施設です。

「元気でニコニコ笑顔」小学生の来館学習

まちづくり文化講演会

三月四日に好間公民館講堂で開催しました。

北好間地内に市内最大規模の復興公営住宅が竣工、入居開始となることから、好間町のまちづくりを考えることを目的に、勿来まちづくりサポートセンター理事長の舘敬氏を迎え「東日本に学ぶ、生命と暮らし～復興で見えたもの、見えざるもの～」と題して講演をいただきました。

地震、津波、原発災害、地域づくりなど多くの課題への取り組みを担っている当該センターは、地域住民の自助と行政の公助を結ぶ共助の役割を担い、地域を越えた人と人との繋がりの共助の大切さをあらためて認識することができた講演会になりました。

共生のまちづくりを考える一助に