

周布まちづくりセンターだより

第 28 号

令和 5 年 7 月号

かわら版(第226号)

周布地区5月末現在

世帯数 2,324

(前月比 +3)

人 口 4,909人

(前月比 +4)

浜田市周布町イ374

TEL/FAX (0855) 27-0058

メール sufu-k@ph-hamada.jp

6月1日(木) 介護予防教室(臨床美術クリニカルアート)

講師 吉川 優子さん

吉川 優子さんを講師に、「介護予防教室」を開催し、りんごを使って臨床美術を行いました。この臨床美術クリニカルアートとは、静物(絵やオブジェ)を楽しみながら五感(視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚)を使い脳を活性化させる芸術療法です。今回は「りんご」に触ったり、輪切りにし、においを嗅いだりしながら精神的バランスを整えながらオイルパステルを使って描きました。みなさん初めは悪戦苦闘しておりましたが、出来上がったりんごの絵はとても素晴らしい作品でした。次回の介護予防教室は秋に予定しています。

皆様のご参加をお待ちしています。

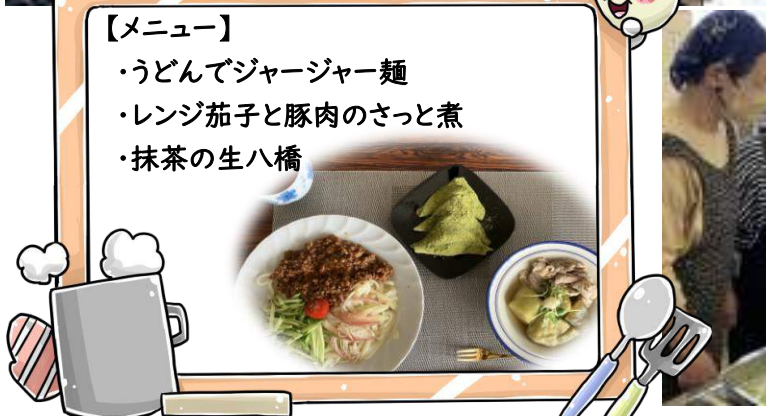


みなさんの作品は、センターロビーにて展示しています。

5月31日(水) 第一回 料理教室



近藤 早苗さんを講師に料理教室を開催しました。コロナも5類になったため、人数も12名とし賑やかにまた楽しく調理しました。「この料理教室、すごい楽しみなんよ!」「久しぶりに人数が多く、楽しかった」「アレンジ方法も聞けるので、うれしい」など参加者から感想がありました。また、講師の近藤さんも「毎回、メニューを考えるのは大変だけど、みなさんに喜んでもらえることがとてもうれしい」と話されました。



【メニュー】

- ・うどんじゃーじゃー麺
- ・レンジ茄子と豚肉のさっと煮
- ・抹茶の生八橋

周布まちづくりセンター 7月行事予定表

6月22日 現在

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	ラジオ体操 のびのび3B体操 月曜元気っ子	周布の匠 民踊 空手教室	周布コーラス	詩吟教室	吹矢教室	
9	10	11	12	13	14	15
	ラジオ体操 大正琴 月曜元気っ子 アロハ付周布	詩吟教室 空手教室	フォークソ 元気UP3B	詩吟教室 子育て広場 アロハ付ひなし	ポールエクササイズ 吹矢教室 書道サークル	
16	17	18	19	20	21	22
	海の日	民踊 詩吟教室 空手教室	周布コーラス	詩吟教室	子どもミラチャレ 吹矢教室	こども読書会
23	24	25	26	27	28	29
	ラジオ体操 のびのび3B体操 大正琴 アロハ付周布	子どもミラチャレ 詩吟教室 空手教室	子ども料理教室 フォークダンス 生花教室	子どもミラチャレ 元気UP3B アロハ付ひなし	ポールエクササイズ 吹矢教室 書道サークル	
30	31	マスクの着用は個人判断にてお願い致します。センターご利用時は、各自での消毒・感染防止策などのご協力をお願いします。日時や内容の変更、中止になる場合もあります。				
	ラジオ体操					

お知らせ

周布橋整備に伴う交通規制(通行止め)解除について



【工事に関する問合せ】

浜田市都市建設部 土木係 25-9610 (渡邊・星山)

7月から当面の間、通行できます。(時期未定)
ただし、センター横側に駐車することはできませんのでご了承ください。

☆お知らせ☆

地域の方より...

「靴をぬいだりはいたりするのに手すりがあればいいな。」と要望がありました。

玄関スリッパ置き場の棚に3個の手すりを取り付けました。
下足の履き替えに活用してください。

2本分は「周布まちづくりセンター後援会」から購入させていただきました

人権・同和問題講演会

日時: 8月26日(土)
14:00~15:30
場所: 周布まちづくりセンター
内容: 人権コンサート
講師: 願児我楽夢(がんじがらめ)さん
※周布地区まちづくり委員会(文化・教育部会)の共催事業として開催します

< 煌めきクラブ周布 >

健康教室・ボッチャ

日時: 7月16日(日)
9:30~11:30
場所: 周布まちづくりセンター
講師: 野上 理恵 さん

< 会員外は別途料金が必要です >

生花教室

日時：毎月第4水曜日 13:30～15:00

活動内容：教室では先生に指導していただきながら、季節のお花を生けていきます。花の基礎知識も教えて頂き、みんなで学びます。花は各自持ち帰り、ご自宅で生けることで復習しています。

10月に開催するまちセン作品展にも、出展しています。

活動の心得：楽しんで一緒にお花を生けてみましょう。ぜひ、見学に来てください。

問合せ：周布まちづくりセンター



小原流
荒木郁子先生
(吉地町)



サークル紹介コーナー

はまだっ子共育だより【地域学校協働活動】



1年生 さつまいもの苗植え
(地域ボランティア 4人)

5月31日、さつまいもの苗植えを行いました。
26日にボランティアで畝作り、マルチかけを行い、
準備万全で苗植えをすることができました。
地域の「さつまいも名人さん」に植え方を教えてもらい、
一人3本ずつ植えました。
後日、子ども達からお礼の手紙がセンターへ届きました。
ロビーに掲示しています。是非、ご覧ください。



3年生 まつりと神楽
(地域ボランティア 5人)



6月8日、西村神楽社中の日高さんに地域の祭りや神楽の話を聞きました。

「神様に喜んでもらうために神楽を舞い、
神様に守ってもらうんだよ。」と話され、
子ども達は真剣に聞いていました。
これからの社会を担っていく子ども達、
良い経験になったと思います。



地域貢献活動

5月20日(土)、JAのみなさんがセンター周辺の草刈り作業や
花壇の清掃に取り組みました。これは、地域貢献活動として、
毎年行っていると思います。センター周辺がとてもきれいになり
ました。ありがとうございました。



裏広場 除草作業

6月5日(月)、健康維持活動グループの
皆さんに裏広場の除草剤散布を
していただきました。

利用者さんの協力により、裏広場が
いつもきれいに保たれています。



地域住民の声



周布小学校のプールの水が不衛生で蚊が大量発生して困る、どうにかできないかという声が寄せられました。

センターから浜田市学校教育課に連絡し、
対応していただく様にお願いしました。



周布まちセンでは、今年もゴーヤを植えて、グリーンカーテンに挑戦しています。2年目になり、昨年より花も多く付き、つるの伸びも良いです。電気代節約になることを期待しています。



クイズ これ、な～に？

先月(6月)の答え

① 広島 ② 日本 ③ 水道

今月(7月)の問題

SDGs編

問題① 6月1日、介護予防教室を開催しました。臨床美術体験を行い、〇〇〇を五感で感じながら、絵を描きました。〇に当てはまる言葉は何でしょう。(ヒント：赤色の果物)

問題② 6月11日、治和六町内で周布古墳まつりが開催されました。この古墳は、〇〇後円墳です。〇に当てはまる言葉を漢字2文字で答えましょう。

問題③ 災害への備えは、「〇〇」、「共助」、「公助」の3つに分けて考えることができます。「〇〇」とは災害が発生した時に、まず自分自身の身の安全を守ることです。〇に当てはまる言葉を漢字2文字で答えましょう。

※応募用紙・応募箱はまちづくりセンターにあります。(締切 7月19日(水)まで)

正解者の中から抽選で3名の方には、景品プレゼント。周布まちづくりセンターまで取りに来てください。

・柿谷 美智恵さん (日脚町)
・中嶋 庄二さん (治和町)
・松田 柚雪さん (治和町)



周布まちづくりセンターだより

かわら版(227号)

第 29 号
令和 5 年 8 月号

周布地区6月末現在
世帯数 2,329
(前月比 +5)
浜田市周布町イ374
TEL/FAX (0855) 27-0058 人 口 4,919人
メール sufu-k@ph-hamada.jp (前月比 +10)

6月29日(木) 第1回 OK cooking 開催

～つゆ時期に食べたい"さっぱり料理"～



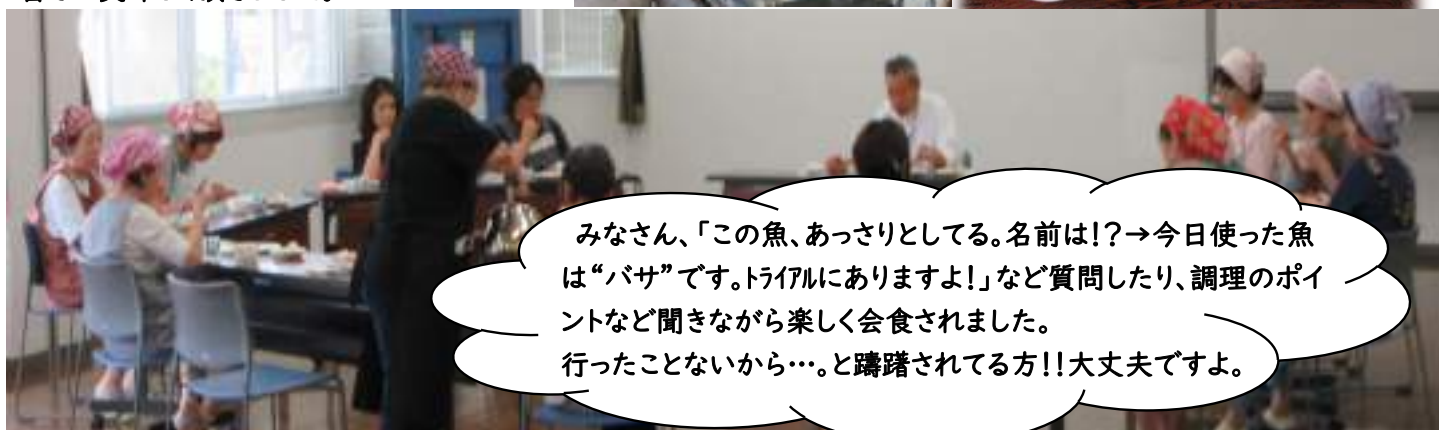
講師 岡本 裕明さん

MENU

【料理メニュー】

- ・ミキサーで作る「ガスパチョスープ」
- ・色々野菜の「マスト・アンサラダ」
- ・白身魚の「ポ・アルヴァイネグレット」
- ・「バナナのバナロア」カシュアツプ ラリネ添え

食欲が落ち気味な季節になるこの時期に合わせて新鮮野菜をふんだんに使って冷製スープ、色彩豊かな野菜サラダ、癖のない白身魚を使ったメインディッシュ、温めたバケット、フルーツのデザートなど講師の岡本さんを交えて楽しく料理教室が開催されました。各料理ともはさっぱりとした味わいの出来上がりで皆さん美味しく頂きました。



みなさん、「この魚、あっさりしてる。名前は!?→今日使った魚は「バス」です。トライアルにありますよ!」など質問したり、調理のポイントなど聞きながら楽しく会食されました。行ったことないから…。と躊躇されてる方!!大丈夫ですよ。

周布まちづくりセンター 8月行事予定表

7月 20日 現在

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		周布の匠 空手教室	防災体験学習 (起震車) 周布コーラス	マネーゲーム 詩吟教室	吹矢教室 手作りの会	
6	7	8	9	10	11	12
	ラジオ体操 大正琴	海 学 詩吟教室 空手教室	フォークダンス 元気UP3B	詩吟教室	吹矢教室 山の日	
13	14	15	16	17	18	19
	ラジオ体操			詩吟教室 手作りの会	ホールエクササイズ 吹矢教室 書道サークル	
20	21	22	23	24	25	26
	ラジオ体操 のびのび3B体操	詩吟教室 空手教室	フォークダンス	元気UP3B	ホールエクササイズ 吹矢教室 書道サークル	人権・同和問題 講演会 子ども読書会
27	28	29	30	31	OK cooking マスクの着用は個人判断 にてお願い致します。 日時や内容の変更、中止 になる場合もあります。	
	ラジオ体操 のびのび3B体操 大正琴	詩吟教室 空手教室				

人権・同和問題講演会

日 時：8月26日(土) 14:00～15:30

場 所：周布まちづくりセンター

内 容：人権コンサート

講 師：願児我楽夢(がんじがらめ)さん

※周布地区まちづくり委員会(文化・教育部会)
の共催事業として開催します
詳しくは回覧チラシをご確認ください

健康教室(ヨガ体験)

日 時：9月15日(金) 10:00～11:30

場 所：周布まちづくりセンター 研修室

講 師：諸星 尚美さん

定 員：20名 会費：100円

※持参物や内容は<回覧チラシ>をご確認ください。

OK cooking

テーマ：～暑いから食べたくなる夏野菜料理～

日 時：8月31日(木) 10:00～13:00

場 所：周布まちづくりセンター

講 師：岡本 裕明さん

定 員：12名 会費：800円

※8月17日(木)9:00より受付開始

準備物：エプロン、三角巾、マスク

< 煌めきクラブ周布 >

グラウンドゴルフ・ボッチャ・卓球

日 時：8月6日(日) 9:30～11:30

場 所：周布小学校 校庭 体育館

< 会員外は別途料金が必要です >



☆案内の「☎」印はすべて申し込みが必要です☆

周布まちづくりセンター TEL 27-0058



サークル紹介コーナー

興味、関心がある方は活動時間に見学ください。



サークル名	講 師	活動日	時 間
のびのび3B体操	栗栖 淳子	毎月第1・3月曜日	10:00～11:30
大正琴	鎌原 ヤシエ	毎月第2・4月曜日	13:00～15:30
アロハアイナ周布	佐々木 慶子	毎月第1・3月曜日	19:00～20:30
民 踊	沖野 桂子	毎月第1・3火曜日	13:00～15:00
詩吟教室	渡辺 恵夫	毎週火曜日	18:30～20:00
		毎週木曜日	10:00～12:00
生花教室	荒木 郁子	毎月第4水曜日	13:30～15:00
フォークダンス	中部 ひとみ	毎月第2・4水曜日	9:30～11:30
周布コーラス	北川 久美子	毎月第1水曜日	13:30～15:00
元気アップ3B	牛尾 幸子	第2水曜日	14:00～15:30
		第4木曜日	10:00～11:30
アロハアイナひなし	佐々木 慶子	毎月第2・4木曜日	13:30～15:30
ポールエクササイズ	齋藤 康與	毎月第2・4金曜日	11:00～12:00
ｽﾎﾟｰﾂｳｪﾙｽﾞ 吹矢教室	安達 典正	毎週金曜日	13:00～16:30
書道サークル	村上 慈子	毎月第2・4金曜日	13:30～15:30
空手教室(子ども・大人)	的場 信也	毎週火曜日	19:00～20:30
ﾀﾝｽｽﾀｼﾞｵ IL SOLE (幼児) (IL・ソ・レ)	森田 優寿	毎週木曜日	16:30～17:30
月曜元気っ子 (小学1～4年)	小川 豊	毎週月曜日(夏休み・冬休みを除く)	18:00～19:00
子ども読書会 (小学3～6年)	大坂 吉二	7/22・8/26・9/23 11/25・1/27・2/24	9:00～12:00

寄 贈

細川末喜さん(日脚町)より、書道用品をまちづくりセンターに寄贈していただきました。

大切に使用させていただきます。
ありがとうございました。



書

お 礼

6月27日、浜田養護学校
高等部の生徒が、清掃やワックス
がけの作業学習に取り組んでくれ
ました。

各部屋手分けして拭き掃除、ワックスがけ
を行い、ピカピカのフローリングがよみが
えりました。ありがとうございました。



お知らせ

〈実習製品の販売会〉開催

9月8日(金) 10:30～12:00

地域みなさん、ぜひお越しください。
詳細は、チラシをご覧ください。

はまだっ子共育だより【地域学校協働活動】

2年生 ふるさと学習『石見神楽』
(地域ボランティア 4人)



3年生 アジ餃子づくり
(地域ボランティア 5人)

7月5、6、7日、地域の食材『アジ』を使って、餃子を作りました。
ボランティアにアジの3枚下ろしを実演してもらい、生徒も一人1匹
アジを下ろしました。魚を触るのが苦手な生徒もいましたが、頑
張ってやり遂げる事ができました。
野菜も手分けして刻み、餃子の皮に包みました。初めての生徒も
いましたが、各班協力して作業ができました。
こんがりとした焼き色で、おいしいような餃子が完成しました。



この学習は東京方面の修学旅行で浜田のアンバサダー(応援する人)として、宣伝に協力する活動に取り組むために始まりました。

6月28日、7月4日、西村神楽社中代表の日高均さんと細川
衣裳店勤務の小林龍希さんに石見神楽の歴史や文化、伝統
を継承していく事について話を聞きました。
今回聞いたこと、感じたこと、調べたことをまとめ、2学期
資料作りに取り組む予定です。



クイズ これ、な～に？

先月(7月)の答え

① りんご ② 前方 ③ 自助

今月(8月)の問題

SDGs編

問題① 浜田市と江津市にまたがる水族館、アクアスで人気のシロイルカの
パフォーマンス、幸せの『○○○リング』が再開されました。○に入る
言葉は何でしょう。

問題② 萩石見空港は1993年7月2日に開港し、今年7月2日に開港○○周年を迎えます。
○に当てはまる数字を答えましょう。

問題③ 8月11日は『○の日』です。山に親しんでほしいことから、できた日です。
○に当てはまる言葉を漢字で答えましょう。

※応募用紙・応募箱はまちづくりセンターにあります。(締切 8月21日(月)まで)

正解者の中から抽選で3名の方には、
景品プレゼント。周布まちづくり
センターまで取りに来てください。

・山中 星空さん (日脚町)
・長元 幸さん (周布町)
・山田 真由美さん (周布町)



周布まちづくりセンターだより

第 30 号
令和 5 年 9 月号

かわら版(第228号)



浜田市周布町イ 374
TEL/FAX (0855) 27-0058
メール sufu-k@ph-hamada.jp

周布地区7月末現在
世帯数 2,324 (前月比 -5)
人 口 4,914人 (前月比 -5)

The 防災体験 8月2日(水)

夏休み、子どもも大人も「防災意識を高めよう」と防災体験事業を実施しました。
起震車・AED・消火器の体験や防災マップの活用講習など行い、子どもだけでなく大人と一緒に学ぶことができました。

起震車体



熊本地震 震度7を体験！
どこかにつかまってない！！

浜田市消防本部より
予防課と警防課に
ご協力いただきました

AED体験



AED説明やパッドの張り方、胸部圧迫のリズムなど話を聞き、
真剣に取り組みました。

防災講習



自分の家の場所はどこかな～！

防災マップを使い自宅の位置を確認したり、降雨量
による浸水危険度の色分けを確認しました。
避難指示が出る前に早めに避難し、自分の命は自
分で守るよう行動することが大切だと話されました。

消火器体験

水消火器での的倒しや、ポンプ機を
使って放水体験、実際の消火器を使
用しての噴射など体験しました。

実際の消火器の噴射時間は！短い！



的を狙って 放水～！！

浜田市消防団 周布分団
道下団長と団員の方に
ご協力いただきました

《 三中生が地域の活躍 》



三中生徒のボランティア3名にも
「The防災体験」のお手伝いをし
ていただきました。参加者受付や小
学見守りに協力したり、積極
的に事業にも参加して頂きました。

三中生が地域で活躍してくれることが素晴らしい☆

周布まちづくりセンター 9月行事予定表

8月 21日 現在

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					吹矢教室	
3	4	5	6	7	8	9
	ラジオ体操 のびのび3B体操 月曜元気っ子	周布の匠 民 踊 空手教室	周布コーラス	詩吟教室	ホールエクササイズ 吹矢教室	
10	11	12	13	14	15	16
	ラジオ体操 のびのび3B体操 月曜元気っ子	詩吟教室 空手教室	フォークダンス 元気アップ3B 運営委員会	詩吟教室 子育て広場 アロマ付けひなし	健康教室(ヨガ) 吹矢教室 書道サークル	敬老会
17	18	19	20	21	22	23
	敬老の日	民 踊 詩吟教室 空手教室		詩吟教室	ホールエクササイズ 吹矢教室	子ども読書会 石見神楽 「笛教室」
24	25	26	27	28	29	30
	ラジオ体操 月曜元気っ子	詩吟教室 空手教室	フォークダンス 生花教室	料理教室 元気UP3B アロマ付けひなし	吹矢教室 書道サークル	



☆案内の「☎」印はすべて申し込みが必要です☆

周布まちづくりセンター TEL 27-0058

料理教室



日時：9月28日(木) 10:00～13:00
講師：近藤 早苗さん 定員：12名
会費：800円 ※9月14日(木)9:00より受付開始



SDGs 探検隊！



日時：10月3日(火) 13:30～16:30
場所：周布まちづくりセンター “わたしたちの環境”
エコクリーンセンター(江津) “処理場見学”
定員：25名 ※9月12日(火)9:00より受付
※詳しい内容は<回覧チラシ>をご確認ください。

パン教室



日時：10月4日(水) 9:30～12:00
講師：えきだ すみえさん 定員：8名
参加費：1,800円 ピザ味のウイナーチーズパン
※9月20日(水)9:00より受付



介護予防教室(臨床美術)



日時：10月6日(金) 9:00～12:00
場所：周布まちづくりセンター 研修室
講師：吉川 優子さん 定員：20名 会費：300円
※詳しい内容は<回覧チラシ>をご確認ください。

周布まちづくりセンターまつり 作品展

10月21日(土)～22日(日)

<地域の方の作品展示を募集しています。>

石見神楽「笛教室」

日時：9月23日(土) 13:00～(約2時間)
場所：周布まちづくりセンター
講師：神楽社中 有志 会費500円/回(小学100円)
※申込が必要です。

申込チラシはセンターにあります。

お問い合わせは周布まちづくりセンターまで

周布地区民体育大会

(周布地区まちづくり委員会主催)

10月29日(日) 周布小学校 校庭にて

<周布地区の皆さんの参加をお待ちしています>

詳細は来月、チラシにてお知らせします



< 煌めきクラブ周布より >

グラウンドゴルフ・ボッチャ・卓球

日時：9月3日(日) 9:30～11:30
場所：周布小学校 校庭 体育館
<会員外は別途料金が必要です>



こどもクッキング

夏休み、学びの場を提供しよう！ということで、7月26日（水）、こどもクッキングを開催し、小学3、4年8名が参加しました。初めに浜田市地域医療対策課に協力してもらい、食育SATシステムで昨日の晩ごはんのサンプルを機械にのせ、栄養バランスのチェックを行い、栄養指導を受けました。



クッキングでは、近藤早苗さんを講師に簡単にできるランチとデザートを教えてもらいましたが、各班に大人1人つき、見守りながら行うことで、子どもたちも安心して作業することができました。夏休み中におうちでも挑戦してほしいです。



マネーゲーム

8月3日、島根県金融広報委員会 金融広報アドバイザー 細川 豪さんを講師に、小4～6年の12名と保護者、中学生ボランティアが参加しお金の使い方を学びました。

「目指そう買い物名人」をテーマに現金とクーポンを活用した買い物をする模擬体験を行いました。6年生は実際に修学旅行に行っているイメージしやすく上手に買い物をしていたが、4・5年生には少し難しかったようです。しかし、先生の説明をしっかりと聞き、アドバイスをもらいながら一生懸命取り組むことができました。



子ども達からは、「無駄遣いをしない」「計画を立てて、買い物をする」「クーポンをうまく使って損しないように買い物したい」「修学旅行に行く前に勉強できてよかった」などの感想がありました。お金について学ぶことの大切さを知ることができました。

海学

8月8日（火）、小学5、6年生14名が渚の交番beにて浜田ライフセービングのみなさんに協力してもらい、浜田の海の魅力について学びました。



中学生ボランティアと運営委員さんがカレーライスを用意してくれ、みんなでお腹いっぱい食べました。中学生ボランティアの協力に感謝いたします。

おばせの浜でSUP（サップ）体験をしました。曇り空でしたが、海の楽しさを十分満喫できました。渚の交番beで藻塩作りをしました。出来上がった藻塩は、家族へのお土産として持ち帰りました。楽しい海ですが、危険もたくさん潜んでいます。学んだことを忘れずにしてもらいたいです。

講師名訂正

センターだより8月号で掲載しました、サークル紹介講師名に誤りがありました。フオークダンスの講師
〈誤：中部ひとみさん〉→【正：中部ひろみさん】です。訂正して、お詫びいたします。大変申し訳ございませんでした。



はまだっ子共育だより【地域学校協働活動】

三中 浜田三中裏海岸清掃
(地域ボランティア 10人)

7月5日、生徒会 福祉委員会活動の一環として環境保全や地域貢献の意識を高めるために海岸清掃を行いました。

三中生は福祉委員所属の生徒と有志による生徒が参加しました。容赦ない日差しが照り付ける中、生徒とボランティアが協力しながら、多くのごみを集めました。

ボランティアが、マイクロプラスチックを見て説明をして下さったり、海洋汚染の話を聞かせてくれたり、有意義な交流ができました。



裏広場除草作業

7月16日、煌めきクラブさんに裏広場の除草剤散布をしていただきました。ありがとうございました。



参加者募集

SUN中トーク

日時：10月31日（火） 9:50～11:40

場所：浜田市立第三中学校 体育館

募集人数：14名 ※要申込（周布まちセンまで）

詳細はチラシをご覧ください

クイズ これ、な～に？

先月(8月)の答え

① バブル ② 30 ③ 山

今月(9月)の問題

問題① 9月1日は、大正12年(1923年)に発生した関東大震災にちなんで制定された記念日『〇〇の日』です。〇に当てはまる言葉は何でしょう。

問題② 8月2日、防災体験で〇〇〇体験ができました。東北地震や熊本地震を体験しました。〇に当てはまる言葉は何でしょう。 ※ヒントは表面(The防災体験)

問題③ 8月8日、渚の交番beでは藻塩作りやおばせの浜で〇〇〇体験をして、海のことを学びました。〇に当てはまる言葉何でしょう。

正解者の中から抽選で3名の方には、景品プレゼント。周布まちづくりセンターまで取りに来てください。

・かわの しょうごくん (治和町)
・埴田 璃虹 さん (周布町)
・田中 美恵子さん (津摩町)



※応募用紙・応募箱はまちづくりセンターにあります。(締切 9月19日(火)まで)