

周布まちづくりセンターだより



第41号 かわら版(第239号)
 令和6年(2024年)8月号
 浜田市周布町1374
 TEL/FAX(0855)27-0058
 メール sufu-k@ph-hamada.jp

周布地区 6月末現在
 世帯数 2,319 (前月比 -4)
 人口 4,823人(前月比 -7)



交通安全教室&グラウンドゴルフ

7月3日、交通安全教室&グラウンドゴルフを開催しました。交通安全教室では、浜田警察署・交通安全アドバイザー・周布駐在所に協力いただき、特殊詐欺や還付金詐欺についての講話、高齢者講習時に受ける認知症テストを実施し、みなさん真剣に取り組んでいました。すでに認知症テストを受けられた方もおりましたが、「繰り返しやる事で復習になった。」と言われました。みなさん、交通事故にあわないよう気を付けましょう。



最後にクイックアーム測定・クイックステップ測定の機器を使った反射能力や身体年齢測定などを行いました。高齢者のブレーキとアクセルの踏み間違いの事故も多くなっています。これからも運転は気をつけましょう♪



コース上に障害物を置いてグラウンドゴルフを行いました。障害物を避けながらプレーし、全体でホールインワンが5つ出ました。



OKcooking

岡本裕明さん



7月4日、岡本裕明さんを講師にフランスの家庭料理を学びました。“フランス料理”と聞くと、難しいイメージですが、家庭でも簡単にフランス料理が出来ると参加者に人気です。今回、初めて参加された方もいましたが、先生の楽しいトークもあり終始和やかな雰囲気でした。白身魚の天ぷらがフワフワで大好評！フワフワにするコツもおしえてもらいました！

たっぷり野菜のトマト煮 ラタトゥユ
 白身魚の洋風天ぷら レムラードソース
 オレンジのパルフェ(アイスクリーム)
 フランスパンのサンドイッチ(カスクート)



8月行事予定表

7月20日現在

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
毎週土曜日(祝日以外)の9:00~12:30開館しています。 市が発行する証明書や敬老福祉乗車券の販売は行いません。				元気もりもり プロジェクト 詩吟教室 イルソーレ	書道サークル スポーツ吹矢	職員勤務AM
4	5	6	7	8	9	10
	ラジオ体操 のびのび3B体操	周布の匠 空手教室	フォークダンス 周布コーラス 元気アップ3B	詩吟教室 イルソーレ	ボールエクササイズ 書道サークル スポーツ吹矢 海上保安部見学	職員勤務AM
11	12	13	14	15	16	17
山の日	振替休日	詩吟教室		詩吟教室 イルソーレ	スポーツ吹矢	職員勤務AM
18	19	20	21	22	23	24
	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 周布コーラス	アロハアйнаひなし イルソーレ	ボールエクササイズ スポーツ吹矢	職員勤務AM 子ども読書会 グリーンフェスタ (周布小校庭)
25	26	27	28	29	30	31
夢ミツキ コンサート	ラジオ体操 えきママパン	詩吟教室 空手教室	元気アップ3B 防災士会	アロハアйнаひなし イルソーレ	スポーツ吹矢	職員勤務AM 男女共同参画 料理教室

まちセンからのお知らせ

申込み先: 27-0058

男女共同参画 料理教室

浜田のお魚を使ったフランスの家庭料理
 8月31日(土) 9:30~13:00
 講師: 岡本裕明さん
 参加費: 500円
 定員: 12名 先着順
 (男性4名・女性8名)
 男性も一緒に料理を学んでみませんか?
 今回は、浜田のお魚を使って調理します。
 申込み受付 8月5日(月) 9時より



SDGs 探検隊

再生可能エネルギー見学に行こう!
 9月6日(金) 12:30~17:00
 定員: 20名(先着順) 参加費: 無料
 集合場所: 周布まちづくりセンター(12:15受付)
 持ち物: 飲み物・帽子等
 江津浄水場太陽光発電所・木質チップ加工場・
 江津バイオマス発電所・高野山風力発電所を
 見学します。一緒に学びましょう♪ (チラシ参照)
 申込み受付 8月6日(火) 9時より
 共催: 浜田市地球温暖化対策地域協議会
 (エコライフ推進隊)

人権同和問題研修会



演題: いのちをいただく

~みいちゃんがお肉になる日~

命をつなぐ・命の大切さ・感謝する気持ち・
 これからに繋げていこう!
 9月16日(月) 14:00~15:30
 講師: 坂本義喜さん
 絵本「いのちをいただく」原案者
 場所: 周布まちづくりセンター
 主催: 周布地区まちづくり委員会(文化教育部会)
 共催: 全日本同和会 浜田支部



周布まちづくりセンター まちセンまつりの開催日

《作品展示の部》
 10月19日(土) 9:30~16:30
 20日(日) 9:30~13:30
 ※作品を募集中!!
 《芸能発表の部》
 11月17日(日) 13:00~16:00
 ※日頃の練習の成果を
 地域の方に披露しましょう♪



伝統的な年中行事

～7月7日七夕～

7月7日は七夕です。地域の方に「笹」を準備していただきました。来館した子どもたちやサークルのみなさんがそれぞれ短冊に願いを書いて飾ってくれました。願いには「健康の事」「部活の事」「平和について」などが書かれていました。

みなさんの願いが叶いますように～～



はまだっ子共育だより【地域学校協働活動】

～浜田第三中学校～

1年 防災学習 6月21日(金)

生徒の防災意識の向上と地域の人との関わりを通して地域貢献できる人材に育つようにと、石西防災研究所の伊藤輝明さんを講師に防災学習がありました。地域の防災士の協力も得ながら、ゲーム感覚で学ぶ「防災体験」を行いました。実際に災害が起きた時、情報量に応じて、避難所運営等行っていくには…。

生徒は各班で意見を出し合いながら一生懸命考えていました。難しい活動ではありましたが、とても大切な事で、良い学習となったと思います。



お茶は飲まないけど茶飲み友達隊(茶友隊)

1学期終了



1学期、昼休みに地域のみなさんが学校に出かけ、子どもたちと一緒に過ごそうと始まったこの企画です。多くの子どもたちと関わりたくさんの笑顔・楽しい時間を過ごすことができました。2学期も引き続き行う予定です。地域のみなさん、子どもたちの笑顔と元気をもらいに学校へ行ってみませんか？

植木剪定

6月11日(火)・6月21日(金)

運営委員の竹本和彦さん(西村町)にセンター周辺の剪定をして頂いています。

自動販売機の前の剪定に続き、中庭についても暑い中剪定していただきました。ありがとうございます。



中庭の剪定には、剪定者が思い描く形に整うにはもう少し時間がかかるそうです。楽しみに待ちましょう！



浜田養護学校 ワックス清掃

7月9日(火)



今年度2回目の浜田養護学校高等部の生徒のみなさんによる清掃活動がありました。今回は、床ワックス・清掃をして頂きました。5名と少ない人数での活動ですが、一生懸命取り組み、館内がとてもきれいになりました。また洗車サービスも予定していましたが、天候不順のため中止となりました。次回清掃は9月の予定です。

「石見神楽」関連(衣裳・舞・面)の学習風景



細川神楽衣裳店 小林さん



西村神楽社中 日高さん



柿田面工房 柿田さん

3年 職場体験 7月2日(火)～4日(木)



事務処理・料理教室・安全教室・開館準備など

「働くことで地域・事業所に貢献しよう！」と職場体験があり、当センターにも金坂さんが来てくれました。金坂さんには、センター事業の手伝いを主に体験していただきました。地域の方とのコミュニケーションや笑顔で対話するなどとても積極的に行ってくれました。

これからも金坂さんを地域は応援しています！

周布まちづくりセンターだより



第 42 号 かわら版(第240号)
 令和 6 年(2024年) 9月号
 浜田市周布町1374
 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 2,3196(前月比 -3)
 人口 4,814人(前月比 -9)



SUFU.MACHIZUKURI.CENTER
 フォロー
 お願いします♪

パン教室



久保利京子さん

7月31日、久保利先生のパン教室を初めて行いました。今回は、生地の成型から行い、カップパンのフルーツとサラダを先生の説明を聞きながら作りました。途中、生地の丸め方など丁寧に教えていただきました。初心者にも簡単においしいパンを作ることが出来ました。



フルーツパン

サラダパン



初心者でも分かりやすい内容でした。レシピに基本のパンの作り方が載っていて、子どもと一緒に作ってみようかと思いました。美味しかったです。



分かってたはずなのに生地の丸め方等、先生の説明もわかりやすく新しい発見もあり役に立ちました。パンの生地も柔らかくて、美味しかったです。先生レシピで家でも作ってみようかと思っています。他の参加された方々ともお話が出来て、楽しかったです。又、企画してください。

萩・石見空港見学 & うちわ作り体験

7月30日、小学5・6年生で萩・石見空港見学と石州和紙を使ったうちわ作り体験をしました。



羽田空港へと向かう飛行機を見送りました♪

萩・石見空港では空港の仕事について学びました。【グランドハンドリング】では、航空機誘導(マーシャリング)映像を見ながらパドルを両手に持って線の上ぴたり飛行機が止まるようパイロットに合図をだす体験と、【旅客サービス】では、手荷物を預けるときにかばんに付けるバゲージタグを実際に貼る体験をしました。



石州和紙会館の方にご協力いただき、石州和紙をいうちわ作りを体験しました。絵具やスタンプ、色鉛筆を使って個性あふれる素敵な作品が出来上がりました。センターに展示して来館者にも見ていただきました。

参加した子どもの感想

飛行機はバックできないのを知った。線の上ぴたり飛行機を停めるのも初めて知れたし、体験できたので良かったです。楽しかったし、世界に一つだけのうちわが作れて良かったです。



9月行事予定表

8月20日現在

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	ラジオ体操 のびのび3B体操	周布の匠 民踊 空手教室	周布コーラス	詩吟教室 アロハアイナひなし	書道サークル スポーツ吹矢 アロハアイナすふ	職員勤務AM
8	9	10	11	12	13	14
煌めきクラブ (周布小)	ラジオ体操 大正 琴	詩吟教室 空手教室	フォークダンス 元気アップ3B 運営推進委員会	詩吟教室	ボールエクササイズ 書道サークル スポーツ吹矢	職員勤務AM 敬老会
15	16	17	18	19	20	21
敬老の日	人権同和問題 研修会	詩吟教室 空手教室		詩吟教室	スポーツ吹矢	職員勤務AM つり交流会
22	23	24	25	26	27	28
秋分の日	振替休日	浜養清掃 民踊 詩吟教室 空手教室	フォークダンス 元気アップ3B 生花教室		ボールエクササイズ スポーツ吹矢	職員勤務AM 子ども読書会
29	30	毎週土曜日(祝日以外)の9:00~12:30開館しています。 市が発行する証明書や敬老福祉乗車券の販売は行いません。 月曜日8:30~ラジオ体操1・2を行っています。みんなきてね♪ 行事予定表は変更になることがあります。				
	ラジオ体操 のびのび3B体操 大正 琴 えきママパン					

まちセンからのお知らせ

申込み先: 27-0058

大人の学習 龍雲寺へ行こう

法話・座禅体験・精進料理・平和学習

10月1日(火) 9:30~14:30

場所: 龍雲寺(三隅町)

参加費: 3,500円

定員: 15名(先着順)



チラシ参照

「世界人類が平和でありますように」と願いを込めながら、鐘を突いてお祈りしましょう

申込み受付 9月10日(火) 9時より



作品搬入 10月18日(金) 9:00~16:00

作品展 10月19日(土) 9:30~16:30

20日(日) 9:30~13:30

作品搬出 10月20日(日) 14:00~

※出品される方は、10月11日(金)までにセンターへ出品票を提出してください。

まちづくりセンター主催の各教室(サークル)のご案内

☆書道サークル 村上慈子先生 月2回金曜日 13:00~

☆生花教室(小原流) 荒木郁子先生 第4水曜日 13:00~

行事予定表が変更になる場合がありますので、周布まちセンまでお問い合わせください。

生徒さん募集中

料理教室

秋野菜を使った料理教室

10月9日(水) 10:00~13:00

講師: 近藤早苗さん

定員: 12名(先着順) 参加費: 800円

持ち物: エプロン・三角巾・マスク

申込み受付 9月17日(火) 9時より

浜田養護学校からのお知らせ

出張クイック洗車のご案内

クイック洗車(高压洗浄機での洗車と拭き上げ)

9月24日(火) 4台(先着順) 作業時間は30分

※雨天の場合中止します。

①10:20~ ②11:00~ ③11:40~ ④13:30~

浜田養護学校の高等部清掃班のみなさんが、

授業の一環でまちセンの館内清掃と車の洗車を行

います。この機会にぜひ洗車されませんか?

※ 料金についての問い合わせ・お申込みは、

周布まちづくりセンターまで

元気もりもりプロジェクト

～はまだっ子共育推進事業～

8月1日(木)

周布小3・4年を対象に、元気もりもりプロジェクトを開催しました。子どもたちには「だしの素」ではなくいりこ・こんぶ・かつおから取る「出汁」を試飲してみました。慣れない味に苦戦する子どもたちが多かったです。調理実習では、“そうめん・スイカパンチ”をみんなで作り会食しました。

自分たちで作った料理はおいしかったようです。お家でも作ってみたり、料理づくりが大好きになってくれると嬉しいですね。

～感想より～

みんなで作って、みんなで食べたからおいしかった。トマトを切るのが難しかった。



講師：大田ひとみさん

講師：志波由佳さん

みんなで自己紹介をしたあと、講師の方から「食」について絵本のおよみかせがありました。

座学として、和食にはどんなものがあるのか、みんなで考えてみました。



考えた意見を出し合いました



スイカパンチ・そうめん

海について学ぼう

海上保安部に行ってみよう

8月9日(金)



海上保安部の仕事について・制服の試着

船内、デッキ見学・巡視船いわみを背景に記念撮影

周布小4～6年の11名、第三中学校のボランティア5名、地域ボランティア3名で公共交通機関を利用し、海上保安部へ見学に行きました。

海上保安部の仕事についてDVDを見ながら学んだり、制服の試着体験、巡視船「いわみ」「あさま」の船内見学など行いました。魚群探知機のレーダーを動かしてみたり、双眼鏡を使ったり、質問もたくさんしていました。

海上保安部は海の警察だよと教えてもらい、仕事の大変さや海の魅力を感じた子どもたちでした。

子ども達だけでなく、大人にとってもよい学びの場となりました。



船内見学でたくさんの体験や質問をしました。

参加者募集します!!

50分中トーク ～浜田第三中学校～

三中の生徒と色々なお話をしてみませんか!?

日時：10月11日(金) 9:50～11:40

生徒と地域の方との交流・つながりを深めることで「社会参加と地域貢献」の意識を高め郷土愛を育むことを目的として行います。

詳しくは「回覧チラシ」をご確認ください。

申込連絡先：TEL 27-0058
(周布まちづくりセンター)

☆センター裏広場 除草作業☆

「煌めきクラブ周布」の近藤さんに7月17日、裏広場の「除草作業」をして頂きました。

センターの環境整備のご支援ご協力に感謝いたします。



「昔の道具」寄贈について

故 細川末喜さん(日脚)のご親族より、昭和初期に使われていた「昔の道具」を寄贈していただきました。この道具は、周布小2年「総合学習」の「昔の道具」の学習に活用させていただきました。貴重な道具です。大切に使用させていただきたいと思っております。



手動の洗濯機



電子計算機

「ペットボトル」リサイクル回収BOXの設置について

令和6年9月17日(火)より「ペットボトルのリサイクルBOX」を設置します。

☆設置場所☆ 正面玄関入り口左側(傘立ての横スペース)

<利用する際の注意事項>

- ・軽く水洗いをしてください。
- ・ペットボトルの「キャップやラベル」は必ず外し本体のみの回収します。



※詳しくは「環境課」からの回覧チラシをご確認ください。

<その他回収ボックス>

- ☆アルミ缶☆ 軽く水洗いをしてください。(スチール缶不可)
- ☆乾電池☆ 乾電池/コイン電池・ボタン電池・充電電池(リチウム、ニカド、ニッケル)

正しくマナーを守ってご利用ください

周布まちづくりセンターだより



第43号 かわら版(第241号)
 令和6年(2024年)10月号
 浜田市周布町1374
 TEL/FAX(0855)27-0058
 メール sufu-k@ph-hamada.jp

周布地区 8月末現在
 世帯数 2,315 (前月比-1)
 人口 4,812人 (前月比-2)



SUFU.MACHIZUKURI.CENTER
 フォロー
 お願いします♪

10月行事予定表

9月19日現在

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
10月から土・日・祝日は貸館対応です。 行事予定表は変更になることがあります。		周布の匠 民踊 空手教室	周布コーラス	詩吟教室 イルソーレ 防災士会	書道サークル スポーツ吹矢	
6	7	8	9	10	11	12
	ラジオ体操 大正琴 のびのび3B体操	詩吟教室 空手教室	料理教室 フォークダンス 元気アップ3B	子育て広場 詩吟教室 アロハアイナひなし イルソーレ	ボールエクササイズ 書道サークル スポーツ吹矢 アロハアイナすふ	
13	14	15	16	17	18	19
	スポーツの日	民踊 詩吟教室 空手教室		詩吟教室	まちセンまつり 作品搬入 生花教室	まちセンまつり 作品展 9:30~16:30
20	21	22	23	24	25	26
まちセンまつり 作品展 9:30~13:30	ラジオ体操 大正琴 のびのび3B体操	詩吟教室 空手教室	フォークダンス 元気アップ3B	アロハアイナひなし イルソーレ	ボールエクササイズ スポーツ吹矢 アロハアイナすふ	
27	28	29	30	31	月曜日8:30~ラジオ体操 行っています。みんなきてね♪	
周布地区民 体育大会	ラジオ体操	空手教室		イルソーレ		

男女共同参画 料理教室

浜田市魚食推進事業

8月31日(土)、浜田市水産業振興協会さんから、浜田で水揚げされた鰯・穴子を提供していただき、魚を使った洋風料理教室を行いました。女性だけではなく男性にも参加してもらい、最初に一人一匹鰯を三枚におろしていきまして。男性の方も上手に三枚におろしていました。洋風ということで、料理の幅も広がったと思います。



岡本裕明さん

menu

- ・穴子のフリッターと鰯のソテー 香草パン粉焼き
レムラードソースとトマトソース
- ・とうもろこしの冷製スープ
- ・和風冷製パスタ
- ・ヨーグルトとゆであずきのババロア フルーツ添え

参加者の感想

「鰯も自分でさばけたので、家でも挑戦したい。」
 「穴子のフリッターは、とてもふっくらして美味しかった。」



人権同和問題講演会

主催:周布地区まちづくり委員会
 共催:島根県同和会 浜田支部
 周布まちづくりセンター

9月16日(月)、「いのちをいただく」の絵本の原案者、坂本義喜さんの講演会を開催しました。浜田商業高校の生徒も多数参加してもらいました。講演会では「自分の仕事に自信をもって、壁にぶつかった時、何か一つを極めていくと自信が持て、次のステップに進めて、乗り越えていける。」と、これから社会に出る高校生にも心に響いた、講演会になりました。



坂本義喜さん

「いのちをいただく」の絵本を佐々木幸子さんに、浜田弁で朗読してもらいました。



参加者の感想

「いただきます」・「いただきました」の理屈なしの本当の意味を、教えられたように思いました。仕事について、幸せに生きることについて、ご自分の言葉で語っておられて引き込まれました。



まちセンからのお知らせ

申込み先:27-0058

周布まちセンまつり

場所:周布まちづくりセンター

《作品展示の部》

10月19日(土) 9:30~16:30
 20日(日) 9:30~13:30

食品販売は10時からです

※チラシ参照

《芸能発表の部》

11月17日(日)13:00~16:00

※出演者を募集しています

お問い合わせ:周布まちづくりセンター

子育て広場

バランスボール

10月10日(木)10:00~11:00

場所:周布まちづくりセンター

参加費:1家族100円

問い合わせ・予約:浜田市社会福祉協議会

(22-0094)



チラシ参照

周布地区民体育大会

10月27日(日) 8:30~開会式

場所:周布小学校 校庭 雨天中止

※煙火の打ち上げはしません。

賞品多数

11月のがん検診日

場所:周布まちづくりセンター

子宮頸がん検診

予約 浜田市健康医療対策課 (25-9311)

11月5日(火) 9:55~10:25

結核肺がん検診 予約不要

11月8日(金) 10:30~11:10

乳がん検診

予約 10月1日(火)~ 受付開始

島根県環境保健公社 (0570-085-111)

11月26日(火) 9:00~11:30
13:00~15:00

再生可能エネルギー見学に行こう!

SDGs 探検隊

9月6日(金)

共催：浜田市地球温暖化対策地域協議会(はまだエコライフ推進隊)

鳥根県企業局の協力をいただき、「江津浄水場太陽光発電所」「江津バイオマス発電所」「江津高野山風力発電所」の3か所見学に行きました。

中々目にする事のない施設見学に、参加されたみなさんは担当者のお話をしっかりと聞き、「節電・資源・水の大切さ」を改めて実感され、良い学びの場となりました。身近な学びをこれからも行っていきます。



バスに乗って施設見学へ!



太陽光発電

バイオチップ工場

バイオ発電ボイラ設備

発電風車8号機「風龍」とブレード(ブレード:45m)



はまだっ子共育だより

【地域学校協働活動】

9月6日(金) 周布小学校5年生 ~稲刈り~



山崎誠さん(日脚町)の田んぼをお借りして、5月に「田植え」を行いました。その後、山崎さんが肥料・水の管理等行い、黄金の稲穂が実りました。2学期に入り、子ども達は山崎さんに指導していただきながら稲刈りを行いました。「鎌」を使い、1束ずつ刈り取りコンバインに運び脱穀作業を体験することができました。子どもたちは、大変な作業を経験することで、お米の大切さを学ぶことができたと思います。田植え～稲刈りにご協力いただいた、地域ボランティアのみなさん、暑い中の作業ありがとうございました。

☆センター裏多目的広場・周辺の除草作業☆



センター裏広場で活動されている団体のみなさんが定期的に除草作業をしてくれています。9月は「健康維持グループ」のみなさんが作業をしてくれました。みなさんのご支援・ご協力で、センター周辺がきれいに保たれています。ありがとうございます。



子どもみらいチャレンジ

夏休み限定!!

今年度の子どもみらいチャレンジに、10名(男4・女6)が参加してくれました。事前にアンケートでやりたいことを考えてもらっていましたが、「みんなで意見を出し合って、協力し合い活動できること」「仲間外れや、ケンカなどしないこと」を約束し、2つのやりたいことを決定しました。

1つ目は、公共交通機関を利用し出雲のプールへ行きたい。

2つ目は、グリーンカーペットフェスティバルでお店屋さんを開きたい。ということでした。

活動日数が短かったけど、子どもたちはやりたいことを達成するために協力しながら活動をしていきました。最後、反省会では「これからも友達と協力したり話し合ったりしていきたい」「友達と仲良く、色々なことを頑張っていく」「何事もあきらめずに最後までやり遂げる」と意見が出ました。短期間で子どもたちの成長を見ることができました。

7月23日・26日

やりたいこと(ゴール)を決めよう!



自分の思いだけでなく、みんなの意見も聞きながら何をしていくのか話し合いました。

7月31日

出雲「ゆうプラザ」へ



朝8時から夕方6時まで、みんなで楽しむことができました。汽車の旅(各駅停車)は長かった〜。自分たちで切符や入場料など購入しました。

8月24日

グリーンカーペットフェスティバルに出店



「かき氷・射的」ブース全体の様子

暑い中、たくさんのお客さんが来てくれ、喜んでくれてうれしかった。



かき氷

射的

8月26日

ふりかえり(反省会)



子どもみらいチャレンジに参加して、よかったこと、これからは活かしていきたいことをみんなで発表しました。



【子どもみらいチャレンジ】は、子どもたちの「やってみよう」を大切に、やりたいことの実現に向けてみんなで取り組んでいく力(自己表現力)と探求力を育てていくための事業です。今年度、10名の6年生が参加してくれました。これからの学校生活、みんなで話し合い・協力し合って学校行事を進めていってくれることを期待しています。

周布まちづくりセンターだより



第 44 号 かわら版(第242号)
 令和 6 年(2024年) 11月号
 浜田市周布町1374
 TEL/FAX(0855)27-0058
 メール sufu-k@ph-hamada.jp

周布地区 9月未現在
 世帯数 2,305 (前月比-10)
 人口 4,790人 (前月比-22)



SUFU.MACHIZUKURI.CENTER
 フォロー
 お願いします♪

大人の学習 龍雲寺に行こう

10月1日(火)、15名の地域住民と龍雲寺(三隅町)に行きました。初めに野原住職の法話を聞きその後、座禅体験をしました。座禅は「本来の自己に目覚める」ために行うもので、30分と短い時間でしたが、身体と息を調べて過ごすことができました。「警策」体験も数名されました。精進料理では、品数の多さにびっくりしながら、みなさん完食されました。最後に平和の鐘を鳴らし、「世界人類が平和でありますように」とお祈りし、平和への意識向上へつなげました。今回、非日常を体験することで、心も体もリフレッシュすることができました。

野原 眞承 住職



龍雲寺を訪ねてのアンケートでは、「落ち着いてリフレッシュ出来ました」「何度も訪れているお寺ですが、いつも優しく迎えていただきます」「住職の話も楽しく耳を傾けられました」



精進料理は、「とても見栄えよく、深みのある味でした」「季節の野菜で作られていて、とてもおいしくいただきました」「手作りの良さが感じられてよかった」「品数の多さに驚きました」



座禅体験は、「心が集中して無になりました」「初めての体験でしたが、思った以上の作法に驚きました」「時間がたつのが早かったです。体験ができて良かったです」



11月行事予定表

10月19日現在

日	月	火	水	木	金	土
行事予定表は変更になることがあります。 月曜日8:30~ラジオ体操行っています。みんなきてね♪					1 書道サークル スポーツ吹矢 周布体協	2
3 文化の日 六丁	4 振替休日	5 子宮頸がん検診 周布の匠 民踊 空手教室	6 周布コーラス	7 詩吟教室 イルソーレ	8 結核肺がん検診 ボールエクササイズ 大正琴 スポーツ吹矢	9
10	11 ラジオ体操 のびのび3B体操	12 詩吟教室 空手教室	13 フォークダンス 周布コーラス 元気アップ3B 防災士会	14 子育て広場 詩吟教室 アロハアイナひなし イルソーレ	15 書道サークル 大正琴 民踊	16 のびのび3B体操 民踊
17 まちセンまつり 芸能発表会 13:00~	18 ラジオ体操	19 詩吟教室 空手教室	20	21 詩吟教室 イルソーレ	22 ボールエクササイズ スポーツ吹矢	23 文化の日 感謝の日
24	25 ラジオ体操 のびのび3B体操	26 乳がん検診 詩吟教室 空手教室	27 フォークダンス 生花教室 元気アップ3B 運営推進委員会	28 アロハアイナひなし イルソーレ	29 スポーツ吹矢	30

まちセンからのお知らせ

申込み先: 27-0058

防災教室

「もしも!」に備えて...

- ・起震車体験
- ・防災クイズ
- ・非常持ち出し
- ・マイタイムラインの説明



11月16日(土) 9:30~11:30

場所: 周布川西防災センター(治和町)

募集人数: 20名 要申込 参加費: 100円

子どもから大人まで一緒に勉強しましょう♪

周布まちセンまつり (芸能発表会)

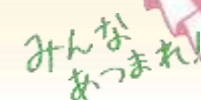
11月17日(日) 13:00~ 開演

場所: 周布まちづくりセンター

地域のみなさんの発表を

ぜひご覧ください。

※もちまきあります。



介護教室

テーマもしも自分が! 家族が! 介護が必要になったら...

~当事者・介護者の気持ちを理解する~

12月1日(日) 10:00~11:30

講師: 吉川優子さん(浜田市認知症地域支援推進員)

場所: 周布まちづくりセンター

募集人数: 40名 要申込

参加費: 100円



《ペットボトル回収について》

平日の開館時間 (9:00~17:00) のみ

別途チラシ参照

空き缶回収箱に入れなくてください。

海と港の体験イベント

9月21日(土)、運営推進委員が企画した事業に親子3組7人が参加してくれました。

当日は、悪天候のため釣りはできませんでしたが、センターにてゲームや郷土料理のいかめし作りを体験しました。

「ゲーム」では、運営委員(男性)を中心に、スカットボールや輪投げ、卓球を行いました。大人対子どもで対決し軍配は大人に上がり、負けた子ども達は悔しそうでしたが、良い汗をかいたようです。



「いかめし」作りでは、イカにお米を詰めるのに苦戦する子ども達でしたが、丁寧に作業することができました。また、運営委員(女性)がアジのムニエル、野菜のマリネ、アジの骨せんべい、芋づる煮、おにぎりを作ってくれました。自分たちで作ったいかめしも一緒に会食し、異世代の交流を図ることができました。



「いかめし作り、初めてやったけどおもしろかった」「ゲームで負けたけど、楽しかった」「地域の人やお母さんと一緒にできて良かった」「子どもと楽しい時間を共有できて良かった」と感想をいただきました。

料理教室

10月9日(水)、近藤早苗先生の料理教室を開催しました。毎回、手に入りやすい材料や調味料でレシピを考えていただいているので、参加者の皆さんから大人気です。



先生の説明を聞いた後、参加者の皆さんは手際よく調理し、あっという間に完成しました。参加される皆さんは、友達作りを目的に参加されたり、作りやすい食材や調味料のレシピなので、必ず家に帰って一度は作っていると教えていただきました。まだ、参加したことがない方、是非参加してみませんか？

メニュー

- ・鶏肉と根菜の甘酢醤油炒め
- ・豆苗のポン酢あえ
- ・青梗菜の中華風かきたまスープ
- ・ハロウィン パンプキンパイ



はまだっ子共育だより

【地域学校協働活動】



SUN中トーク 三中3年
(ボランティア8名)

10月11日(金) SUN中トークを開催しました。

これは、地域の方との交流を通して、人とのつながりを深め、社会参加・地域貢献の意識を高め、地域の良さを再認識し郷土愛を育むことを目的として行われました。



周布地域からは8名の方に参加して頂きましたが、初めは生徒も地域の方も緊張した様子でしたが、自己紹介をし、素直に話してくれる生徒や、優しい笑顔で話を聞いてくださる地域の方と出会い、緊張がほぐれたようで、最後には体育館全体に笑顔の輪が広がっていました。



〈ご協力いただいたボランティアのみなさん、ありがとうございました〉

参加者の皆さんから三中生へメッセージをいただきました。

- ・中学生は笑顔で一生懸命話してくれ、元気をもらいました。
- ・久しぶりに中学生と話しました。素直でしっかりと自分の考えを持ち、その思いを言葉にして伝えてもらえて、嬉しくありがたいと思いました。
- ・皆さんと会話ができたこと、良い経験になりました。来年も参加したいです。
- ・皆さんと一緒に浜田のこれからを考える時間がとても楽しかったです。将来、浜田に戻ってきたときは、ぜひ今日のことを思い出して欲しいと思います。



ラジオ体操(上半期)がんばったで賞



毎週月曜日のラジオ体操も7,8名の参加者と一緒にこなしております。みなさんのご参加をお待ちしております。



浜田養護学校 清掃

島根県立浜田養護学校高等部清掃班のみなさんが作業学習の一環として、まちづくりセンターの清掃や洗車作業を行いました。少ない人数で館内清掃、蜘蛛の巣や虫がたくさん張り付いた窓や網戸の清掃、洗車を先生と協力し丁寧に行ってくれました。おかげで地域の皆さんに気持ち良くセンターを利用してもらうことができていると思います。ありがとうございました。

