

毎月第1日曜日は

こくふ朝市の日

12月1日(日)

9時~10時

12/1(日) 9~10時

細かいお金やエコバッグの持参をお願いします。

精飼ふあーむ ボヘ飯、おはぎ、角寿司、佃煮、スイートポテト、

里芋 等

竹田乾魚店 乾魚

フルーツ&マスク 果物、切り花

オオサキフリーマーケット フリマ

タケヤ フリマ

カイロサロンPono 無料姿勢チェック

唐鐘まちづくり推進委員会事務局 買い物バス受付け

1月の朝市はお休みです。

次回は2月2日! 良いお年を~!

こくふっ子 1日消防団 × 炊き出しカレー 試食会

国府地域にある5つの消防団と民生委員さんに協力をいただき「親子消防体験事業」を行いました。消防クイズから始まり、消防署による消火体験、上府分団による消防操法の見学を行った後、地域の方も参加して運営推進委員女性部による「炊き出しカレーの試食会」を行いました。



【炊き出しカレーの試食会】
「災害時をイメージして、錆缶や備蓄品を使ったカレーを作りました~」
by運営推進委員女性部

消防団の方々に教えてもらってまずは水消火器体験~



その後本物の消火体験!!

◆国府地区人口◆ (10月末) 世帯数 2,629世帯 (-2) 人口合計 5,447人(-7)

●上府町 1,361人(+2)	●国分町唐鐘 1,623人(-3)	●国分町国分 344人(-1)
●久代町 246人(-1)	●下府町 1,368人(-1)	●宇野町 245人(-1)
●下有福町 170人(-2)	●大金町 90人(±0)	



まちづくりセンターたより

12月 第44号

【国府まちづくりセンター】

浜田市国分町 1981-136

TEL&FAX 28-1270

kokufu-k@ph-hamada.jp



小原流いけばな教室 『瓶・たてるかたち』

石化柳・コンパクター・薔薇



国府まちづくりセンター 利用予定表

☆白抜きの事業は主催事業です。
☆事業、教室、講座の内容などはセンターへお問合せください。
※掲載内容は11月22日現在のものです。

1(日) こくふ朝市 	2(月) ふれあいピンポン しおさいHAMADA 胡悠 産後トータルケア	3(火) フレンド 3B国府 MD会 卓球教室	4(水) お魚のなかだ 	5(木) ナニカイ国府 GBクラブ 吟友会千畳支部 琴扇芳の会	6(金) 琴扇芳の会 なでしこ教室 ダンススポーツ	7(土) 絵手紙教室
8(日) 光友会 スポーツ少年団	9(月) お琴尺八教室 ふれあいピンポン 琴扇芳の会 しゅわーる	10(火) ふくっぴーサロン フレンド すずらん,3B国府 MD会 卓球教室	11(水) 国府民協 出雲座 宝寿会 お魚のなかだ	12(木) ポールEX いけ花教室	13(金) ダンススポーツ 豆腐作り 宝寿会	14(土) つくしんぼ 楽書会 ダンススポーツ
15(日) 浜田市ゲート ボール協会 	16(月) ふれあいピンポン しおさいHAMADA 胡悠 琴扇芳の会	17(火) ハウンスウォーク すずらん,3B国府 フレンド,MD会 卓球教室	18(水) 地域ケア会議 お魚のなかだ	19(木) ナニカイ国府 GBクラブ 	20(金) 琴扇芳の会 なでしこ教室 ダンススポーツ	21(土) 楽書会 壮真会 書初め会
22(日) アガーダ浜田 	23(月) お琴尺八教室 ふれあいピンポン しゅわーる	24(火) フレンド すずらん 3B国府 卓球教室	25(水) 宝寿会 お魚のなかだ 	26(木) ポールEX いけ花教室	27(金) 月1講座 「門松作り」 @石見海浜公園 宝寿会 ダンススポーツ	28(土) 書初め会 【職員不在】
29(日) 【休館日】 	30(月) 【休館日】 	31(火) 【休館日】 	年末年始休館日 12月29日(日) ~1月3日(金) ※12/28(土) 1/4(土),5(日)は 職員不在となります			

※水曜日のお魚のなかだ(16:30~18:00)の販売は変更になる場合があります。詳しくはお問合せください。

浅見が勉強すたで〜 Vol.43

お魚のなかだ (Tel. 25-5065)

私実は...消防団に入ったんです!子どもが小さいのでできる範囲で勉強会や倉庫のメンテナンス等に参加しています。消防団の役割って市町村はもちろん、消防団によって違うんですけど...入ってみて思ったのはすごい!私の属する女性分団は火災が起きた際の出動はなく、避難や避難所でのリーダーシップが期待されています。男性団員さんは実際に出動をしたり、その為に日頃から倉庫や消防車のメンテナンスを行っています。それをしているのが地域に住む、普段普通に何気ない話をしているおっちゃんたちだからこそその意外性がかっこいい!この前のこくふっ子1日消防団では「消防団って何歳から入れるんですか?」と質問がありました。地域を一番近くで守ってくれている消防団のことを少しでも知って興味を持ってもらえたら嬉しいです。



うちの子は私の仕事を「朝市」と言っていたのですが、消防団の事業後「消防士」だと思っています(笑)かっこいいからひとまずそのままにしとこ~!



【手話を体験してみよう！】

3年生の総合学習では、「誰にとっても住みやすい町とは？」を探究しています。その中で聴覚障がいのある方の言語手段として使われる手話を学びたいと、センター利用サークル「しゅわーる」のメンバーに手話でのあいさつや感情表現を教わりました。喜びや悲しみを伝える手の動きに、子どもたちも「なるほど～！」と頷きながら習得していきました。



この手の動きは「ありがとう！」



国府小

【甘水会(下府町)の皆さんと交流会】

甘水会の皆さんと一緒に植えたサツマイモの苗、今年の猛暑で育ちが悪く収穫が出来なかったそう…。そのままおしまいにしたくないという1年生の熱い思いから、甘水会のみなさんと「遊び」で交流したいとお誘いしました。だるまさんがころんだ、カルタ取り。。。元気いっぱい1年生とのおしゃべりや笑い声があちこちであがっていました。



イチヨウは漢字でどう書くの？



今年は秋の到来が遅く11月だというのに気温が20度を超す日もありました。例年と比較する意味もなく「異常」を更新し続ける気候の変動に不安を覚えずにはおれませんが、そんな気候の中でも紅葉した樹々を目にするとやはり嬉しく思います。

紅葉と言えばモミジ(カエデ) イチョウ、サクラにウルシなどなど思い浮かべる樹木は様々ありますが、先頃耳にしたイチョウに関するクイズをひとつ。

イチョウは漢字で「銀杏」と書かれるのが一般的ですが「○脚樹」とも書くのだそうです。○にはある生き物の名前が入るのですが、それは何でしょう？

- ①鴨 ②蛙 ③鹿

答えは…?? なるほど納得の由来ですよ。



まちセン月1講座

＜毎月第3金曜日＞

活動しながら！学びながら！楽しみながら！

(ランチ)
お茶べり飯 開催しました！



後半はみなさんがいただく番。バイキング形式にすらしと並んだ「めし泥棒」のラインナップに、大興奮!!

会の始めには皆さんのやってみたいコト・知りたいコト…今後の事業に参考になるアイデアをたくさんいただきました！



肉味噌や佃煮、普段購入することない瓶詰のお土産物を中心に集めてみました。浜田の魚や野菜を使用した商品も多くあります。どの商品もびっくりするくらいの泥棒っぷりでした😊

12月の月1講座は…

ニ門松作り

好評につき増枠

in 石見海浜公園

日時：12月27日(金)
10時～11時30分

場所：石見海浜公園
予約センター内

参加費：500円(材料費込み)
持ち物：なし
定員：14名(12/20×切)
申込み：国府まちづくりセンター

今後の月1講座は…

カイロサロン Ponoさん
(下府町)による

1/17

姿勢&骨盤調整教室(仮名)



詳しくは1月号のたより
またはInstagramで!

☆ 佐々田奉公会図書館の入れ替えがありました ☆

ロビーに置いてあるガラス棚の図書は、年に2回入れ替えをしています。(背表紙に黒ラベル) 図書室内の本同様に貸出しをしていますので、お気軽にご利用ください。



“お正月の花をいけましょう”

花ばさみを使って、お正月の花をいけてみませんか？お気軽にご参加ください！

❁日時…12月26日(木)
14:00～15:00

- ❁料金…1200円(花代)
- ❁定員…10名程度
- ❁持物…剣山(直径6cm位)
※1320円で購入も可能です
- ❁×切…12月10日までに
まちづくりセンターへ

※花ばさみと花器は準備しています

【小原流いけばな教室】

2025 昨年は大変お世話になりました
今年もよろしくお願ひいたします
国府まちづくりセンター 職員一同

毎月第1日曜日は
こくふ朝市
1月の朝市はお休みです...
2月2日(日)
9時~10時

今年もやります!
『ぜんざい(白玉いり)』ふるまい
運推女性部の特製ぜんざいとおみくじ箸をお配りします! ※数に限りがあります

買い物終りに... 1杯50円のセルフカフェ
温かいお飲み物を用意しています
気軽にご利用ください!



まちづくりセンターたより
こくふ

1月 第45号
【国府まちづくりセンター】
浜田市国分町 1981-136
TEL&FAX 28-1270
✉ kokufu-k@ph-hamada.jp



1月 国府まちづくりセンター
利用予定表
☆白抜きの事業は主催事業です。
☆事業、教室、講座の内容などは
センターへお問合せください。
※掲載内容は12月23日現在のものです。

年末年始休館日 12月29日(日) ~1月3日(金) ※12/28(土) 1/4(土),5(日)は 職員不在となります		1(日) 【休館日】 	2(木) 【休館日】 	3(金) 【休館日】 	4(土) 【職員不在】	
5(日) 	6(月) ふれあいピンポン しおさいHAMADA 胡悠	7(火) フレンド 3B国府 MD会 卓球教室	8(水) 国府民協 琴扇芳の会 お魚のなかだ	9(木) ポールEX GBクラブ 	10(金) 琴扇芳の会 ダンススポーツ 	11(土) 絵手紙教室 楽書会 壮真会 つくしんぼ
12(日) 犬猫譲渡会 	13(月) ふれあいピンポン 書初め会	14(火) ふくっぴーサロン すずらん,3B国府 フレンド,MD会 卓球教室	15(水) お魚のなかだ 	16(木) ナニカイ国府 琴扇芳の会 千畳支部	17(金) 月イチ講座 骨ゴツ体操教室 ダンススポーツ	18(土) 子ども読書会 ダンススポーツ
19(日) 親子イカ飯作り	20(月) お琴尺八教室 ふれあいピンポン しおさいHAMADA 胡悠 しゅわーる	21(火) バウンスウォーク すずらん,3B国府 フレンド,MD会 卓球教室	22(水) お魚のなかだ 	23(木) ポールEX いけばな教室 千畳支部	24(金) 減塩みそ作り 琴扇芳の会 ダンススポーツ 	25(土) 楽書会 壮真会 つくしんぼ 国府社協
26(日) ニューイヤー コンサート 	27(月) ふれあいピンポン しゅわーる	28(火) フレンド 3B国府 MD会 卓球教室	29(水) お魚のなかだ 	30(木) GBクラブ 千畳支部	31(金) ダンススポーツ 	こくふ朝市 2月2日(日) 9時~10時

※水曜日のお魚のなかだ(16:30~18:00)の販売は変更になる場合があります。詳しくはお問合せください。

浅見が勉強すたでえー Vol.44 お魚のなかだ (Tel. 25-5065)

あっという間に年が明けてしまいました!今年もよろしくお願ひします。私の去年の漢字はズバリ麴(こうじ)と遊でした。2月に息子からアデノウィルスもらい、重症化して入院をしました。それからは健康について考えるようになり、腸を鍛えるために食事に麴を取り入れることにしました。すると息子は熱が出て月に最低1回は保育園からお迎えの電話があったのですが、麴を取り始めた3月から今までお迎えの電話が0回!お休みしたのは3日間だけ!(ヤッター!)夫の重度の花粉症や私の肌荒れも治り、もちろん健康!麴様様の1年でした!あとは健康だったおかげで息子は遊びまくる!休日は朝からお昼寝もせずに公園で遊ぶ!ママも滑ってと言われ、高所恐怖症なのにアクアスランドの長い滑り台と一緒に遊ぶ!そんな1年でした。



息子が私の似顔絵を描いてくれました(^^)/だんだん人間に近づいてる!!

◆国府地区人口◆ (11月末) 世帯数 2,622世帯 (-7) 人口合計 5,436人(-11)

●上府町 1,351人(-10)	●国分町唐鐘 1,622人(-1)	●国分町国分 343人(-1)
●久代町 246人(±0)	●下府町 1,374人(+6)	●宇野町 241人(-4)
●下有福町 170人(±0)	●大金町 89人(-1)	

共育ひろば

浜 養



【ふくっぴーサロンと交流会】

中3の8名は、中1のときから唐高会との交流の中で高齢者福祉について学んでおり、今回は生徒企画でポッチャやハンドクラフトをサロン参加者に体験してもらいました。これまでは唐高会の方に教えてもらっていましたが、今回はポッチャのルール説明から自分たちで行い、高齢者の方々に楽しんでもらうことを考え実行しました。サロン参加者からはお礼にハンドベルの演奏を聞かせていただき、素敵な交流会となりました。

こくふ子ども園



年中、年長クラスの46名が県立大学BBSサークル8名と交流をしました。BBSから子ども園と交流がしたいという要望があり、今回の活動になりました。大学生がサンタの衣装で子ども園に行くと、子ども達は教室の窓に張り付いて大喜び！折り紙でクリスマスリースやサンタと一緒に作ったあと「猛獣狩りゲーム」をしました。BBSは1月に小学生を対象にした「イカ飯作り体験」を食改さんと企画してくれています。国府の方々と交流をしながら活動をしてもらえるようにセンターもサポートをしていきたいと思っております。

【食改さんと大学生でイカ飯を作ろう】

1月19日(日) 10~13時

@国府まちづくりセンター

※詳細はセンターのインスタグラムでご確認ください



ともいっく ~はまだっ子共育推進事業~

国府小

【和楽器体験学習】

4,5,6年生の音楽の授業で、放課後子ども教室でお世話になっている高橋先生(箏)、中田先生(尺八)にお越しいただき、普段ふれることない和楽器の演奏体験をしました。6年生は「かえるの合唱」を箏・尺八・リコーダーで合奏。違う楽器の音色が合わさって、素敵な演奏ができました。



【大学生との交流会】

まちセン月1講座

《毎月第3金曜日》

活動しながら！ 学びながら！ 楽しみながら！

1月の月1講座は

骨コツ体操教室 ~転びにくい身体づくりのために~

日時：1月17日(金)

① 9時30分~10時30分

② 10時45分~11時45分

場所：国府まちづくりセンター

参加費：300円

持ち物：フェイスタオル、飲み物
動きやすい服装でお越しください

定員：各回10名

申込み：国府まちづくりセンター
(☎28-1270)

★講師★

カイロサロンPono (下府町)
カイロプラクター/理学療法士
古川 友観さん

先生からの姿勢と健康のお話と
バンドを使った健康体操をします
※バンドは貸し出します



減塩みそ作り教室

日時：1月24日(金)

9:30~12:00

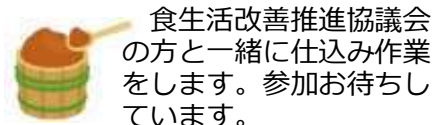
場所：国府まちづくりセンター 調理室

参加費：1500円(塩・麴代として)

持ち物：煮た大豆(生の大豆1kgを煮て煮汁ごと持参してください)
エプロン・三角巾・マスク保存容器(5Lサイズ)

定員：15名 申込み：☎28-1270 国府まちづくりセンターまで

※1/14㊦切り(定員になり次第㊦切ります) 【主催：浜田市食生活改善推進協議会 浜田支部 国府地区】



食生活改善推進協議会の方と一緒に仕込み作業をします。参加お待ちしています。

Happy New Year コンサート

石見音楽文化振興会 ハイブリッドウィンドオーケストラのフルート奏者：土谷奈々さんと、トロンボーン奏者：谷崎夏帆さんの2人組ユニット『夢ミヅキ』。地域の皆様に、素敵な音楽をお届けします。ぜひご来場ください!!

日時：1月26日(日) 9時50分会場

・制作活動 10時~10時45分「紅白だるま」

・コンサート 11時~11時45分
「年末の某歌合戦を楽器で開催」

場所：国府まちづくりセンター

参加費：500円(未就学児無料)

※当日会場にてお支払いとなります

★Let It Go
★津軽海峡冬景色
★ロマンスの神様 …他

【主催：石見音楽文化振興会】





毎月第1日曜日は **こくふ朝市の日**
 ★細かいお金やエコバッグの持参をお願いします。

2月2日(日) 9時～10時

精飼ふあーむ お楽しみ～★
 竹田乾魚店 乾魚
 弘ニズ マスク 果物、切り花
 オオサキ フリーマーケット フリマ
 タケヤ フリマ
 カイロサロンPono 無料姿勢チェック
 唐鐘まちづくり推進委員会

2/17の買い物バスの申込み受付

『ぜんざい(白玉いり)』ふるまい

運推女性部の特製ぜんざいと
 おみくじ箸をお配りします！
 ※数に限りがあります



買い物終りに…
 1杯50円のセルフ
 カフェ
 温かいお飲み物を用意しています。気軽に
 ご利用ください！

次回は **3月2日(日) 9時～10時**

食生活改善推進協議会 浜田支部 国府地区 主催
減塩みそ作り教室

開催しました！



毎年恒例、食改さんの
 みそ作り教室。参加者
 のみなさんは、おい
 しい減塩味噌になり
 ますように…と願いを
 込め、楽しいおしゃべ
 りを交えながら手と口
 を動かしていました。
 半年後が楽しみです
 ね！



◆国府地区人口◆ (12月末) 世帯数 2,621世帯 (-1) 人口合計 5,431人(-5)

●上府町 1,342人(-9)	●国分町唐鐘 1,617人(-5)	●国分町国分 345人(+2)
●久代町 245人(-1)	●下府町 1,379人(+5)	●宇野町 240人(-1)
●下有福町 174人(+4)	●大金町 89人(±0)	



まちづくりセンターたより

2月 第46号

【国府まちづくりセンター】

浜田市国分町 1981-136
 TEL&FAX 28-1270
 kokufu-k@ph-hamada.jp



小原流いけばな教室
 『たてるかたち』

芽出し紫陽花・モンステラ
 星映カーネーション



国府まちづくりセンター
 利用予定表

☆白抜きの事業は主催事業です。
 ☆事業、教室、講座の内容などは
 センターへお問合せください。
 ※掲載内容は2月23日現在のものです。

2/2は節分 今年の恵方は… 西南西		確定申告等 出張受付相談会 2月7日(金) 9時～15時 午前中は大変混雑することもありますので、					1(土) ダンススポーツ 絵手紙なかま 子ども読書会
2(日) こくふ朝市 	3(月) お琴尺八教室 ふれあいピンポン しおさいHAMADA 胡悠	4(火) フレンド 3B国府 すずらん 卓球教室 MD会	5(水) 生協しまね お魚のなかだ 	6(木) ナニカイ国府 GBクラブ 琴扇芳の会	7(金) 確定申告 相談会 ダンススポーツ	8(土) 楽書会 壮真会 つくしんぼ	
9(日) 唐鐘まちづくり 剣詩舞 	10(月) ふれあいピンポン 琴扇芳の会 しゅわーる	11(火) ふくっぴーサロン 卓球教室 MD会	12(水) 国府民協 お魚のなかだ 	13(木) ポールEX 生け花教室 千畳支部	14(金) 琴扇芳の会 ダンススポーツ 	15(土) こくふ子ども園 	
16(日) アガーダ浜田 	17(月) お琴尺八教室 ふれあいピンポン しおさいHAMADA ひだまりパン しゅわーる、胡悠	18(火) バウンスウォーク フレンド 3B国府 すずらん 卓球教室、MD会	19(水) お魚のなかだ 	20(木) ナニカイ国府 GBクラブ 地域ケア会議 吟友会浜田ブロック 千畳支部	21(金) 特殊詐欺被害 防止講座 琴扇芳の会 ダンススポーツ	22(土) 楽書会 壮真会 つくしんぼ	
23(日) 剣詩舞 	24(月) ふれあいピンポン 	25(火) フレンド 3B国府 すずらん 卓球教室 MD会	26(水) 子育て広場 お魚のなかだ 	27(木) ポールEX 生け花教室 千畳支部	28(金) ダンススポーツ 		

※水曜日のお魚のなかだ(16:30~18:00)の販売は変更になる場合があります。詳しくはお問合せください。

浅見が勉強すたで〜

Vol.45

お魚のなかだ (Tel 25-5065)

先日、あさひ社会復帰促進センターが舞台になった映画「プリズンサークル」を観てきました。この刑務所では一部の受刑者に対話をメインとした教育を行っていて、改めて人に自分の思いや感情を伝えることってすごく大事なことだと感じました。私は頭で内容を整理をしながら相手に伝えることが苦手で、この仕事をするようになってからはそういう場面が本当に多くて鍛えられているんですが、今でも神経を使います。我が子にはそんな苦勞をさせまい!!と映画を観た日から「今日は保育園で何をして遊んだの?」以外にも「どういうところが楽しかった?」など対話を心掛けるようにしました!すると毎日しつこかったようで「何もしてない!」「1人で遊んだ」とあしらわれるようになりました(笑)。子どもには相手の立場になって考えることを教えてもらいました(T_T)



ご近所さんとこんにやく作り♪
 この世で初めてこんにやくを作った人は一体何者!?なんで芋からこんにやくを思いついたんだろう...

国府小

【消防避難訓練と水消火器体験】



センターを利用されている2つの団体の方と、支援学級の児童の皆さんとで消防避難訓練を実施しました。訓練開始の合図でセンター職員の誘導に従って協力し合い、慌てず速やかに安全な場所まで避難することができました。避難訓練のあと、児童の皆さんは水消火器で消火器の使い方を体験。今回初めての使った子も過去に使用経験のある子も的へ向かって上手に放水を行うことができました。こうした訓練を今後も続けて、万一の時に落ち着いて避難行動や消火器使用ができるようにしていきたいです。



大学生×食改

【イカ飯を作ろう】



島根県立大学BBSサークルが小学生と保護者を対象に「イカ飯作り体験」を行いました。食改さんが調理の講師、調理の合間の遊びの時間は大学生が担当しました。事業の企画・運営も大学生が行い、苦戦した参加者募集は小学校に協力をしてもらい、給食の時間にPRに行きました。その甲斐あって満員！当日は大学生と食改さんが協力をして事業を行いました。参加した子どもたちの中にはイカ飯を食べること自体初めての子もいて、楽しみながら調理体験を行うことができました。食事の時間には大学生と小学生や保護者さんが会話を楽しんでいて、多世代交流の場となりました。大学生は「交流に【食】を絡めることで深い交流ができた」、食改さんは大学生に「また来年も一緒にやろう！声をかけて」と関係者同士のいい交流になりました。活動を通して参加者や大学生に国府の元気な食改さんを知っていただけ良かったです。



雪の結晶はなぜ六角形なのか

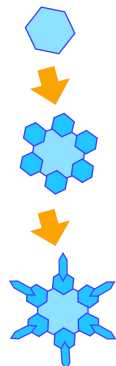
雪の結晶と聞いて思い浮かぶのは六角形からなる幾何学的な美しい形状でしょう。結晶は直径数mm程度でとても小さいのですが、虫眼鏡を使って観ると繊細な造形を確認できます。ところで雪の結晶は「六角形」が基本のパターンになっているのですがこれは何故でしょうか。雪の結晶のもととなるのは水分子(H₂O)です。水分子がたくさんあるとお互いに引きつけ合い繋がっていきます。隣り合う4つの水分子が結合し正四面体を形成、さらにその正四面体が複数結合されることで平面では六角形を形成します。この六角形を中心にして様々な形に成長していくため、雪の結晶は模様は千差万別でも形状は六角形となるのです。今冬はまだ降雪が少ないですが、機会があれば虫眼鏡を片手に観察を試みませんか？

参照：MOL p そざいの魅カラボ、ナゾロジー



水分子=酸素原子(1)水素原子(2)が結合

わがまち
歳時記



まちセン月1講座

＜毎月第3金曜日＞

活動しながら！学びながら！楽しみながら！

1月の月1講座は…

浜田警察署生活安全課による



特殊詐欺被害防止講座



『県内被害額5億円超、浜田市でも被害増加中！』

もはや他人事ではありません！特殊詐欺の現実を知り、確実に被害を防ぎましょう!!

◆日時：令和7年2月21日(金)
10時～11時30分(開場9:45～)

◆場所：国府まちづくりセンター 研修室

◆申込み・問合せ：国府まちづくりセンター ☎28-1270

※当日でも参加できます。お誘いあわせてお越しください

参加者には
防災ボトルキット
プレゼント!



★12月「門松作りin海浜公園」

石見海浜公園協力の下、門松作りを行いました。会の最後には海浜公園の紹介してもらい、自然の物を使ったワークショップを運営されていることに興味津々でした。



★1月「骨コツ体操教室」



カイロサロンPonoさん(下府町)を講師に健康のお話とゴムバンドを使った体操体験をしました。筋肉を動かす運動をすることで姿勢が正され、運動前と後での違いを実感できたようです。

3月の月1講座は…

3/21

手ぶらで
寄せ植え教室

くつろぎ庭(下府町)の方をお招きして、植物の育て方やコツを聞きながら楽しく寄せ植えしましょう!

※詳細はこくふたより3月号でお知らせします

介護予防イベント

みんなで笑って 介護予防!

お口と脳の健康維持に役立つレクリエーションを紹介します。

★日時：2月11日(祝)
10時～11時半

☆場所：国府まちづくりセンター

★参加費：無料

☆持ち物：ボールペン

※申込み不要です

直接お越しください
【主催：山陰中央新報 国府販売所】



～講師紹介～

・歯科衛生士…佐久間 絵美
・介護予防インストラクター…吉川 優子

4年間ありがとう!

最後のこくふ朝市

3月2日(日)9時~10時

4年間続けてきましたこくふ朝市を
終了することになりました。
応援してくれた皆様
本当にありがとうございました!

コロナ禍で高齢者サロンやイベント事がすべて中止になり、町全体の元気がなくなってしまっていた令和元年。このままではいけないと思い、5名の地域の方と話し合い、令和2年2月に地域の交流の場として「こくふ朝市」がオープンしました。そしてちょうど4年が経ち、様々なイベント事も復活し町に賑わいが戻ってきました。こくふ朝市としては今回で終了。また色んな形で皆さんとお会いできるのを楽しみにしております。

4年間の感謝の気持ちを込めて...

茶菓子のつかみ取りサービス!!

- 鵜飼ふぁーむ お楽しみ~★
- 竹田乾魚店 乾魚
- 3in1& マスク 果物、切り花
- オオサキ フリーマーケット
- タケヤ フリマ
- サバーイ・サバーイ 焼き菓子
- カイロサロンPono 無料姿勢チェック
- 唐鐘まちづくり推進委員会

3月19日(水)の買い物バスの申込み受付

★細かいお金やエコバッグの持参をお願いします。

◆国府地区人口◆ (1月末) 世帯数 2,619世帯 (-2) 人口合計 5,432人(+1)

●上府町	1,339人(-2)	●国分町唐鐘	1,611人(-5)	●国分町国分	345人(±0)
●久代町	249人(+4)	●下府町	1,384人(+5)	●宇野町	241人(+1)
●下有福町	174人(±0)	●大金町	89人(±0)		



まちづくりセンターたより

3月 第47号
【国府まちづくりセンター】
浜田市国分町 1981-136
TEL&FAX 28-1270
☒ kokufu-k@ph-hamada.jp



小原流いけぬ教室
『ひらくかたち』



- ・アスパラガス・メリー
- ・ガーベラ
- ・スターチス

3月

国府まちづくりセンター 利用予定表

☆白抜きの事業は主催事業です。
☆事業、教室、講座の内容などはセンターへお問合せください。
※掲載内容は2月20日現在のものです。

最後のこくふ朝市 皆様のお越しをお待ちしています!! 		月イチ講座 寄せ植え教室 ★日時: 3月14日(金)10時~11時頃 ☆場所: 国府まちづくりセンター ★定員: 15名(×切り3/5枠) ※詳細はたより中面をご覧ください		1(土) ダンススポーツ 絵手紙なかま		
2(日) こくふ朝市 アガーダ浜田 	3(月) お琴尺八教室 ふれあいピンポン しおさいHAMADA 胡悠	4(火) フレンド 3B国府 卓球教室 MD会	5(水) お魚のなかだ 	6(木) ナニカイ国府 GBクラブ 琴扇芳の会 千畳支部,Pono 浜田市防災安全課	7(金) ダンススポーツ 	8(土) 楽書会 壮真会 つくしんぼ 下府1町内
9(日) 剣詩舞 	10(月) ふれあいピンポン しゅわーる	11(火) ふくっぴーサロン フレンド すずらん 3B国府 卓球教室,MD会	12(水) 国府民協 出雲座 お魚のなかだ	13(木) ポールEX GBクラブ 千畳支部 連合自治会	14(金) 月1講座 寄せ植え教室 退公連盟 琴扇芳の会 ダンススポーツ	15(土) お琴尺八教室 壮真会
16(日) 吟友会 浜田ブロック アガーダ浜田 	17(月) ふれあいピンポン しおさいHAMADA つくしんぼ 胡悠	18(火) ハウンズウォーク フレンド 3B国府 食改, すずらん 卓球教室,MD会	19(水) 琴扇芳の会 お魚のなかだ 	20(木) 春分の日	21(金) ダンススポーツ	22(土) 国府社協 楽書会 壮真会 つくしんぼ 下府1町内
23(日) 剣詩舞 唐鐘1町内会	24(月) ふれあいピンポン しゅわーる	25(火) フレンド 3B国府 すずらん 卓球教室 MD会	26(水) 国府地区 まちづくり協議会 お魚のなかだ	27(木) ポールEX ナニカイ国府 いけ花教室 千畳支部	28(金) 琴扇芳の会 ダンススポーツ 	29(土) 唐鐘1町内会 唐鐘11町内会
30(日)	31(月) ふれあいピンポン					

※水曜日のお魚のなかだ(16:30~18:00)の販売は変更になる場合があります。詳しくはお問合せください。

浅見が勉強すたでえー

Vol.46

お魚のなかだ (Tel 25-5065)

こくふ朝市を終了をすることになりました。朝市は私がここで働き出して初めて担当をした事業で、たくさんの方と出会い、勉強させていただき、出店者のみなさんには並々ならない協力をさせていただきました。「売るならちゃんとしたものを売らないと!」と試行錯誤してくださったり地域の方の要望に応えられた方、朝市のために畑を広げてくれた方、一斉清掃の後にも出店してくれた方...本当にありがとうございました。私はコロナ禍から公民館(現まちづくりセンター)で働き始めたのでコロナ前のことを知らないのですが、それにも関わらずたくさんの方と出会えたのは朝市で交流の場作りを絶やさずに行うことができた出店者のみなさんのおかげだと感じています。気づけば勤続年数が5年目になりました。まちづくりセンターについてもっとわかりやすく提示した上でみなさんと関わっていったら...と考えています。



弥栄で雪遊びをしました♪
子どもは真っ白な景色に最初驚いて車から出ませんでした。慣れたら大喜び!お父さんに深く積もった雪の中へ投げられてキャッキヤ言っていました

国府小

【昔遊び交流会】

1年生の昔遊び交流会に、たくさんの地域の方が来てくれました。コマ、ヨーヨーに自由に色塗りをした後、遊び方や回すコツを教えてもらいました。他にもカルタやおはじきで遊んだり...とても寒い日でしたが、ほっこり温かい交流になりました。



浜養

【地域学習報告会】

養護学校の小～高等部の学生が地域で学習したことをまとめて報告会を行いました。この会には活動に協力した地域の方が招待され、まちづくりセンターがコーディネートした活動2つの発表がありました。地域の方から教えてもらったことをその後の学習でアウトプットをしたり、地域に恩返しをしていることに感心されていました。その後は高等部の生徒たちと輪になりテーマに沿ってお話をしました。



春一番は恐れられていた！

先日海岸近くの道を通ったとき、橋の上にこれは誰の仕業か!?と驚くほど大量の砂が積もっていました。思わず車線をはみ出し走行しましたが、これほどの砂を運び込んだのは浜を吹き荒れた強風なのでしょう。冬の日本海が強風により荒海と化すことは周知ですが、春先にもまた強烈な風が吹きます。春一番。穏やかな春の到来を告げる代名詞のようですが、その名の由来は意外な背景を持ちます。「春一番」は長崎県の漁師の間で使われていた言葉。

1859年の春、壱岐の郷ノ浦の漁師53人が強い南風で遭難する大きな事故がありました。漁師たちはこの強風を恐れ早春に吹く強い南風を「春一番」と呼ぶようになり、これが徐々に広まり全国に定着して行きました。壱岐当地では今日でも旧暦二月十三日には出漁をみあわせ「春一番供養」を行っているそうです。



参考：ウェザーニュース 他

まちセン月1講座

《毎月第3金曜日》

活動しながら！ 学びながら！ 楽しみながら！

3月の月1講座は…

寄せ植え教室

ゴメンナサイ!!
1週間前倒しになりました

★日時：3月14日(金) 10時～11時頃

★場所：国府まちづくりセンター

★定員：15名(※切り3/5(水))

★参加費：手ぶらで参加の方は2,500円

プランター持参の方は1,700円

※プランターは6～7号(18～25センチ)の物を推奨します

講師は、くつろぎ庭さん(下府)です。春の植物3種類を寄せ植えしましょう♪寄せ植えをしながら、コツや管理の仕方などを楽しく教えてもらえます。



特殊詐欺被害防止講座を開催しました



浜田警察署生活安全課の岩槻巡查長と町の安全指導員山本さんにお越しいただき、多発している特殊詐欺被害に遭わないために知っておくべき対応策などを詳しく話をさせていただきました。講話の中であげられた県内の被害額の大きさや詐欺手口の巧妙化には驚きの声があがり、参加者はみんな真剣に話に聞き入りました。ここで学ばれたことを生かし、詐欺の被害から自分や家族を守ってほしいです。

【とうがねまちづくり推進委員会の活動紹介】

「唐鐘防災イベント」

2月9日(日)国府まちづくりセンターを会場に、「唐鐘防災イベント」が開催されました。浜田市防災安全課の方から、避難行動計画を立てることの大切さについてお話を聞きました。



その後、唐鐘地区を3つのグループに分け、避難行動計画を話し合いました。各グループ共に活発な意見交換がなされ、参加者みなさんの「防災」に対する意識の高さを感じました。