

Happy子育て応援教室 (全7回)

参加者募集

同世代のお子さんを持つお母さん方の友達づくりや情報交換ができることをねらいとした教室です。活動内容によりお子様をお預かりできます。種々のメニューを体験し、お子さんとの時間を楽しみませんか？

思い出と仲間づくりのできるメニューをご用意しました

- ①令和6年 9月10日 (火) ベビーマッサージ&おしゃべり
- ②令和6年 9月24日 (火) 布リース作り
- ③令和6年10月 8日 (火) 赤ちゃんポートレート
- ④令和6年10月22日 (火) 抱っこでエクササイズ
- ⑤令和6年11月 5日 (火) 産後ピラティス
- ⑥令和6年11月19日 (火) 1回目: 基本の文字や簡単なフレーズのレッスン
- ⑦令和6年12月 3日 (火) 2回目: フレーズ、飾りのレッスン、カード作成

⑥⑦は2回シリーズ
筆ペンで可愛いレタリング
をする教室です

②⑥⑦では、保育士さんがお子さまをお預かりしますので、ものづくりの作業に集中して取り組みます！

会場 多世代交流館、和の広場
対象 市内在住・在学・在勤の母親と0歳～未就園児
定員 15人 (先着順)
参加費 ①1,000円 ⑥1,000円 ⑦1,000円
申込受付 右のコードを読み取り、お申込みください
申込期間 8月1日 (木)から8月31日 (土)まで



申込みQRコード
(ぐんま電子申請受付システム)

高齢者学級
シニア教養講座バスでの見学旅行が今年から復活
申込みは8月15日から！

内容 ① 9月 4日 (水) 吹き矢教室 多世代交流館 午後1時30分～
② 9月18日 (水) 生命の貯蓄体操 多世代交流館 午後1時30分～
③10月 2日 (水) 工場見学 大間々庁舎円形駐車場集合 午前9時
太田尾島AGFを見学、バス移動となります
④10月16日 (水) オレオレ詐欺対策教室
多世代交流館 午後1時30分～
⑤10月31日 (木) モルック教室
浅原体験村
午前10時30分集合
午後1時～3時 (受付: 午後12時30分～)
対象 60歳以上の市内在住・在学・在勤者
定員 30人 (先着順)
*5回通して出席できなくてもOKです
参加費 無料
申込受付 8月15日 (木)から31日 (土)まで
申込方法 電話またはメールにて申し込む。

大間々町人口 [令和6.6月末日]		(市全体)
男(人)	8,496	24,096
女(人)	8,811	24,556
合計(人)	17,307	48,652
前月比(人)	△6	△15
世帯数	8,053	21,449

次号の「おおま公民館だより」は令和6年9月20日発行予定です

おおま
公民館
だより

[大間々公民館HP]

「おおま公民館だより」カラー版が、ホームページからご覧いただけます

令和6年7月19日
第92号

発行:みどり市大間々公民館
〒376-0115
みどり市大間々町塩原363
(みどり市多世代交流館内)
電話:0277-76-2310
FAX:0277-72-4312
Eメール:okouminkan
@city.midori.gunma.jp

—医療現場の最先端・最前線から—

6月29日 (土)、多世代交流館において、令和6年度 第1回市民講座として、独立行政法人国立病院機構高崎総合医療センター院長で医学博士の小川哲史さんによる講演を行いました。

令和6年度 第1回市民講座

人生100年時代を
楽しく生きるための健康管理

当初、定員は50名でした。募集開始直後から申込みが殺到したため、30名増加して対応しましたが、それでも定員を上回る申込みがあり、テーマや講師への関心の高さがうかがわれます。

講演では、人生100年時代を迎える中で、健康で楽しく過ごすことをテーマに、体の機能改善と充実した毎日を送るために日常から気をつけることや、医療現場からわかる実態、こころの持ち方など、項目は多岐にわたりましたが、しっかりとまとめられた資料を用い、解りやすい言葉で説明され、中身の濃い内容でした。

最後の質疑応答では、たくさんの質問が出ましたが、受けた質問に分かりやすい語り口で回答していただきました。

専門的な内容でありながら、話し方や雰囲気、参加したみなさんは大変満足している様子でした。

先生は大間々町出身ということで、同級生など昔からの知り合いの方々の参加もあり、講演前後では再会を喜ぶ光景が見られました。

Instagramでも

当誌の関連記事を更新しています
最新情報が入りやすくなる「フォロー」
よろしくお願いします！

Instagram



OMAMAKOUMINKAN

一みどり市の地酒講座（全3回）一

日本酒を米づくりから理解する

酒米生産・精米所・醸造所まで、オールみどり市産の日本酒があります。地域に根ざした日本酒造りを通じて地元を理解し、また稲作、醸造の科学、日本酒の文化や楽しみ方に至るまでを学び、体験する「みどり市の地酒講座」全3回のうち第1回目の講座を6月8日（土）、多世代交流館において開催しました。テーマは「日本酒の米づくり」です。

まず、日頃農家に米作等の指導をしている群馬県桐生地区農業指導センターの米山はるか先生に酒米とはどんな性質の米なのか、普通のうるち米との違いなどを講義していただきました。

講義の後には、実際に育ててみようということで、山田錦の「バケツ稲」を作りました。稲は参加者それぞれが持ち帰って管理し、うまく育ったら、本物の酒造への工程に乗せてもらう予定です。



本物の田んぼの土をバケツに入れて、手で代かきし、山田錦の稲を植えました

バケツ稲づくりの合間には、近くの酒米の田んぼを、地域の酒米生産の草分け的存在である松島弘平さんの説明を受けながら見学しました。

また、今回近藤酒造様にご協賛により、参加者の皆さんに栽培～精米～酒造まで、オールみどり市産のお酒「山紫」をお配りしました。

地酒講座第2回は11月30日です。テーマは「日本酒

を醸す」で、お米がお酒になる過程「醸造」の仕組みを勉強し、酒蔵見学をする予定です。



オールみどり市産の日本酒「山紫」は、星野富弘さんの詩画「たんぼ」が目印

サークル紹介コーナー

「写経に親しむ会」



大間々公民館で活動するサークルの活動を紹介します。

今回は毎月第4水曜日に活動する「写経に親しむ会」です。

ナマステ～の挨拶から始める会は「老師」先生が明るく、時節に合った話題をしながら、お経の内容を解説しています。

写経しているのは「般若心経」で、西遊記で知られる玄奘三蔵がインドの古代語であるサンスクリットの原典を翻訳し、中国を経由して日本に伝わりました。

「色即是空」などのキーワードもよく知られており、日本人にも親しまれています。

「老師のお話だけでも楽しい時間です。仲間を募集しています。興味ある方、是非どうぞ」とのことでした。



酒米のほ場見学。農家の松島さんは、精米にも関っており、みどり市の酒米の第一人者といえます

猛暑でも元気にカコーン！

連日暑い日が続きますが、多目的広場では多くの方がランドゴルフを楽しんでいらっしゃいます。



汗をかいたら、汗を拭いて、喉が渇いたら、水分補給。疲れたら、木陰で一休み。無理をしないで、自分のペースでプレイする。これが元気の秘訣なんですよ！

ベリーダンス集中教室 世界最古の舞踊 3回続けて開催！

昨年度開催したベリーダンス体験教室が好評だったことを受け、5月26日から6月23日まで全3回のベリーダンス集中教室を開催しました。初回時に、「付いていくのが大変」と嘆いていた年配女性も2回目には軽やかなステップで、爽やかに汗をかいている様子でした。講師は前回に引き続き、mizue先生、須永リカ先生。

ダンスは繰り返して、体で覚える。「みんな！元気～？まだまだ行ける人？」「はあ～い！」と、笑顔の体育会系教室となりました。

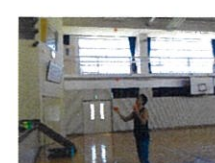
4～9歳のKIDSはテンション最高潮で、難しい振り付けも一緒に踊ってました。



奥澤秀人さん
白石あゆ美さんの
エアリアル・ストラップ



長すみ絵さんの
エアリアル・ティッシュ



森田智博さんの
ジャグリング

世界中を笑顔に！を目指す活動「シルクドゥ・ひみつち」

多世代交流館体育館で、現代サーカスの撮影を行っています。

パフォーマンスは観る人を、そして世界中の子供達を笑顔にしてくれます。そして、会場に行くことができない病院にいる子供達にも、DVDなどの映像コンテンツならを届けてあげられる、届けたい。そんな想いから立ち上げた企画が奥澤さんがシルク・ドゥ・ソレイユに在籍していたことから名付けた「シルクドゥ・ひみつち」。

私たちの施設で撮影された映像で、世界中の子供たちが笑顔になってもらえれば、身近にいる私たちも笑顔になりますね。



撮影班

夏休みは公民館で勉強しよう！

夏休み中に大間々公民館 みんなの広場を学習室として開放します。子どもの学び支援事業「こうみんかんdeスタディ」では、ボランティアが子どもたちと一緒に疑問点を考えるなど、子どもたちの自主学習を支援いたします。

1. 対象 みどり市在住の小中学生
2. 場所 多世代交流館 1階 みんなの広場
3. 期間 令和6年7月23日(火)～26日(金)

【午前の部】9:00～12:00 【午後の部】13:00～16:00

*お弁当持参での利用も大丈夫です

