

掃水住民自治協議会

櫛田公民館 たより

9 月 号

掃水住民自治協議会  
公民館部（櫛田公民館）  
No.4 R3.9.1発行  
☎28-2675

## 夏休み・子ども達のワンデイサロン

8月6日（金）ワンデイサロンは公民館との共催で、小学生を対象に《楽しい夏休み♪勉強しよう！お話聞こう！工作しよう！》を櫛田地区市民センターで開催しました。

60名以上の応募があり、当初の予定より随分オーバーしましたが、公民館の配慮で、1階ホール、和室、2階大会議室を借りることができ、全員参加でも三密対策をクリアしました。また、子ども達が分散したためスタッフの数も急遽増やさなければなりませんでした。学校支援ボランティアや松阪市社会福祉協議会、松阪市第四地域包括支援センターの皆さんのご協力により、十分対応できる人数を確保できました。

はじめに、持参した夏休みの宿題などをしました。一人で黙々と取り組む子、友達と一緒に答え合わせをしながら楽しそうにする子など、思い思いの方法で学習していました。

次に、小学校ボランティアの読み聞かせの会（なんじゃもんじゃ）の読み聞かせや紙芝居を楽しみました。メンバー4人が二箇所に分かれて6作品を熟演し、子ども達も引き込まれていました。

最後は工作の時間。サロンでキットは用意しましたが、ほとんどスタッフの補助なしで作っていました。スタッフはお手伝いする…というより、一緒に楽しい時間を過ごした…という感覚でした。

学習会では『友達と教え合えたのが良かった』、読み聞かせは『いろいろな種類の話があって楽しかった』、工作は『文字盤に好きな絵を描いて自分だけのオリジナルの時計が出来た』『自分の好きなものが作れて嬉しかった』などの感想が聞けて、今回開催して良かったと思いました。

尚、この事業には社会福祉協議会の主催する「赤い羽根共同募金」からの助成金を活用した事を報告させていただきます。



## 緊急事態宣言に伴い中止になった9月開催予定の催し

※おしゃべりカフェ（ワンデイサロン）

※ユニカール大会（掃水校区老人クラブ連合会）

※グラウンドゴルフ大会（掃水校区老人クラブ連合会）



## コロナ対応で歩こう会のお知らせ

掃水住民自治協議会 健康いきいき推進部

新型コロナウイルス等の感染症予防のため、集まることは極力避けたい、でも運動は欠かせない。ということで、住民の皆様にも運動を継続していただくきっかけになればと、下記要領で「コロナ対応で歩こう会」を企画しました。

目的は運動習慣を身に付けること、方法は自分で歩いた歩数を2か月間チャレンジカードに記入することです。目標達成率からレベル判定をしますので、自身の運動の励みとしてください。

参加賞あり。レベルアップでさらに賞品をゲットしてください。  
まずは参加登録をしてチャレンジカードを手に入れてください。



### 実施要領

- ・主催：掃水住民自治協議会 健康いきいき推進部
- ・対象：掃水地区に住居のある方。年齢不問。
- ・開始時期：10月1日（月） ※参加登録受付は9月から随時行う。
- ・参加方法
  1. 協議会事務局（櫛田地区市民センター内）で参加登録し、チャレンジカードを受け取る。
  2. 連続2か月間の日ごとの歩数を万歩計や携帯電話等でカウントしてチャレンジカードに記録し、達成率の計算、レベル判定を行う。
  3. 2か月に一度、協議会事務局にチャレンジカードを提出する。
  4. チャレンジカードと引き換えに参加賞と次回のチャレンジカードを受け取る。
  5. レベルアップがあればレベルアップ賞も受け取る。

## 健康いきいき茶話

～家庭菜園と健康維持～

新型コロナウイルスのワクチン接種が60歳以下にも始まりましたが、未だに感染が拡大し外出が規制される毎日です。昨年は、電気圧力鍋を新たに購入し、簡単調理のレパートリーがかなり増えました。特に重宝しているのがヨーグルト作りです。電気圧力鍋に牛乳1リットルを入れ、その中に飲むヨーグルト1本（家ではR-1プレーンタイプを使用）を投入。あとは牛乳とよく混ぜてメニューのスイッチを押すだけ。5～6時間後には1リットルの固形のヨーグルトが出来上がります。家族で毎朝ヨーグルトを食べると結構な金額になりますが、出来上がったヨーグルトを種（たね）にすれば同じ過程でヨーグルトが2～3回作れるので家計も助かります（笑）。

今年は園芸用プランターで家庭菜園を新たに始めました。今回栽培しているのはミニトマト、ジャンボピーマン、ベビーリーフ、ゴーヤ、葉ねぎ、しそ大葉です。ゴーヤは初めての挑戦でしたが苗2本で豊作でした！シーチキン、玉ねぎ、溶き卵でゴーヤチャンプルーにして食べました。自分で育てた野菜で作ると何でも美味しく感じますよね。最後に、毎日の水やり、草取り、肥料などの手間を考えると買ったほうが安いと思いますが、これからも楽しみながら『健康維持』を続けていきたいと思っております。コロナの終息を願いつつ。

（健康いきいき推進部 坂本貴哉）

## 高齢者学級

榊田公民館主催

### 第4回「地域の歴史について～津藩祖・藤堂高虎の生涯～」

日時：9月16日（木）午後1時30分～

講師：松井 淳さん

場所：榊田地区市民センター 1階ホール

定員：先着30名

※会場ではマスクの着用をお願いします。新型コロナウイルス感染拡大の状況により、中止または延期させていただく場合がありますのでご了承ください。

## 女性教室

榊田公民館主催

### 第1回「ガラスアート教室」

日時：9月24日（金）午前10時00分～

講師：岩塚 千幸さん

場所：榊田地区市民センター 1階ホール

定員：先着15名

参加費：500円

持ち物：眼鏡（必要な方のみ）



※会場ではマスクの着用をお願いします。新型コロナウイルス感染拡大の状況により、中止または延期させていただく場合がありますのでご了承ください。

### 公民館の利用について

三重県に緊急事態宣言が出されたことに伴い、8月28日（土）から9月12日（日）までの間、榊田公民館での趣味クラブ（サークル）活動及び一般利用者への貸館はすべて中止とさせていただきますのでご理解いただきますようお願いいたします。

### 掃水幼稚園からのお知らせ

9月のひよこサークルは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止させていただきます。次回のひよこサークルは10月13日（水）を予定しています。

10月以降、令和4年度の入園願書の受付が始まります。詳しくは☎でお問い合わせください。

※当園の見学を希望されるご家庭がありましたら、☎28-4853までお電話をください。（新型コロナウイルス感染拡大状況により、見学を控させていただく場合もあります。）



### 9月行事予定表

日	曜	午 前	午 後	夜 間	行 事 等
1	水				運営委員会19:00～
2	木				
3	金				自治会長会議18:30～
4	土				
5	日				
6	月				
7	火				
8	水				
9	木				
10	金				
11	土				
12	日				三重県知事選挙投票日
13	月	民舞	囲碁	ガールズ・ダンス	
14	火			ストレッチ	
15	水	吹矢			
16	木	カラA	囲碁		高齢者学級13:00～
17	金		健康体操		
18	土	ヒップホップ			
19	日				
20	月	民舞		ガールズ	敬老の日
21	火	コーラス	ヨガ	ストレッチ	
22	水	パッチワーク 吹矢	茶道	しゃべろに	男性体操
23	木				秋分の日
24	金		健康体操	民謡	女性教室10:00～
25	土	ヒップホップ		ability	
26	日				
27	月	民舞	囲碁	しらゆり	ガールズ・ダンス
28	火	コーラス	ヨガ	ストレッチ	
29	水	吹矢			
30	木		囲碁		

※都合により変更する場合があります。お問い合わせは榊田地区市民センター（TEL28-2675）までお願いします。

### 8月20日の資源物回収の状況です。ご協力ありがとうございました。

品 目	数 量 (kg)	金 額 (円)
新 聞	2,360	4,720
雑 誌	1,110	1,110
段ボール	1,590	3,180
牛乳パック	80	160
アルミ缶	340	6,800
合 計		15,970

### 【9月の資源物回収】

17日（金）

