

**LINE**  
ライン

松阪市久米町926

TEL 56-4780

FAX 30-4880

令和3年11月1日発行

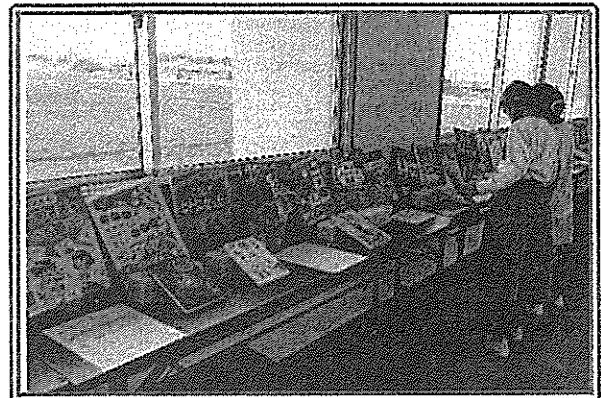
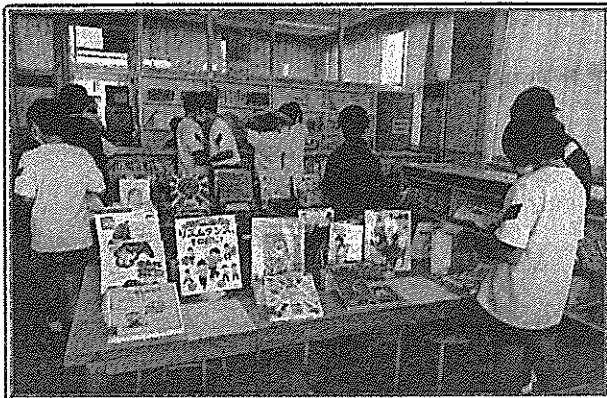
## 米ノ庄小学校ブックフェアを開催！

期間：10月18日（月）～22日（金） 場所：米ノ庄小学校

主催：米ノ庄小学校学校運営協議会 協賛：米ノ庄住民自治協議会、米ノ庄小学校PTA

自分で本屋や図書館に行くのが難しい米ノ庄の子どもたちにいろんな本を知ってほしい、たくさんの本の中から選ぶ楽しさを味わってほしいとの思いから、子どもたちが自分で選んだ本を学校図書室に置くためのイベント、ブックフェアを開催しました。

小学校の図書室、会議室、音楽室前廊下に400冊以上の本が並びました。



子どもたちは休み時間にやってきて1人5冊欲しい本を選び、投票しました。「どれにしようか迷う～。」「このイラストかわいい。」何度も通ってから投票する子、あっという間に決める子、様々でしたが、どの子も楽しそうに選んでいました。

本の購入代金は皆さんからお寄せいただいた寄付金で賄われます。図書室改造募金(11月末まで実施)には、493,795円(10月25日集計)の多大なご寄付を頂いております。

地域のみなさんの温かいご支援でこのイベントを実施することができました。本当にありがとうございました。引き続き、ご支援をよろしくお願い申し上げます

### 11月の会議・事業

部会等	内 容		実施日	実施時間
教育公民館部会	子ども講座	ハンドベル	27日(土)	9:00～10:00
	キッズクラブ	万華鏡作り	27日(土)	13:30～15:00
	女性学級	胡桃のパンを焼きましょう	11日(金)	9:00～12:00
			12日(金)	9:00～12:00
		秋のお花の寄せ植え	20日(土)	13:30～14:30
	水引のマスクアクセサリー	30日(火)	10:00～12:00	
福祉部会	高齢者学級	和太鼓体験 中ノ庄町	19日(金)	13:30～15:00
		和太鼓体験 市場庄町	26日(金)	13:30～15:00
フェスタ実行委	ゴミを拾って室をさがせ 米ノ庄 室&ゴミ拾い大会		6日(土)	9:30～12:00
防災安全部会	防災安全部会小会議		16日(火)	13:30～15:00
	防災安全部会議		25日(木)	19:00～21:00

新型コロナウイルス感染状況により、延期や中止の場合があります。ご了承ください。

女性学級

# 重曹とお酢の力で魔法の蒸しパンづくり

教育公民館部会

と き 12月8日(水) 9日(木) 9:30~12:00

ところ 米ノ庄公民館 サークル室

指 導 小林千加子 対 象 松阪市に在住在勤の女性(各6名)

参加費 800円

持ち物 エプロン・三角巾・マスク・ふきん・持ち帰り用かご等

申込み 11月8日(月)より電話申し込み。定員満了次第締め切ります。



ドライフルーツやナッツたっぷりの蒸しパンを作ります。重曹とお酢の力で驚くほどふっくらと、弾力性のある蒸しパンを作しましょう。蒸し器さえあれば簡単にできるおやつです。

女性学級 ガーデニング教室

# お正月のお花の寄せ植え

教育公民館部会

と き 12月4日(土) 13:30~14:30

ところ 米ノ庄公民館 サークル室

指 導 飯尾健治 対 象 松阪市に在住在勤の女性(15名)

参加費 3500円

持ち物 ゴム手袋 土入れ(移植ゴテ)

申込み 電話申し込み 締 切 11月20日(土)



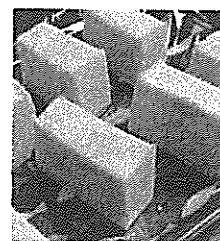
お正月用のお花の寄せ植えをします。数々の賞を受賞している飯尾健治先生の寄せ植えテクニックを習得するチャンスです。

女性学級

# エコでクリーン 廃油石鹸づくり

教育公民館部会

と き	クラス名	日にち	時間	定員
	廃油石鹸づくり①	12月17日(金)	9:00~10:15	4名
	廃油石鹸づくり②		10:30~11:45	4名



ところ 米ノ庄公民館 サークル室

指 導 小林千加子

対 象 松阪市に在住在勤の方(1クラス4名)

費 用 150円

持ち物 廃油(サラダオイル等)750g マスク ゴム手袋 眼鏡又はゴーグル エプロン  
タオル 空の牛乳パック2本

発泡スチロール又は段ボール箱(牛乳パックを横にして入る程度)

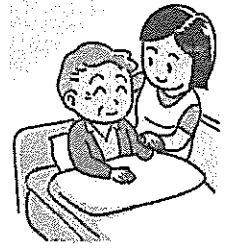
申込み 電話申し込み(56-4780) 定員になり次第締め切ります。

頑固なエリ汚れや靴下・上靴等の土汚れなど、すっきりと白く洗いあがります。ご家庭の台所で出た古くなったサラダ油をご持参ください。牛乳パック1本分で約10個ぐらい出来上がります。多く作りたい方は申し込みの際にお知らせください。

「なるほど納得！家庭介護術」を行政チャンネルで放送します

11月11日(いい日いい日)は、介護の日です。

介護する人もされる人も、お互いに身体に負担をかけずに無理なく介護ができる方法を、行政チャンネルで紹介します。ぜひご覧ください。Youtubeでも視聴いただけます。



●放送日／ ①11月 9日(火)～15日(月)

②11月16日(火)～22日(月)

●放映時間／毎時30分～ 約20分間(例 9時30分～ 10時30分～等)

●内 容／①「簡単にできる寝衣やおむつ交換の方法」「腰を痛めない車椅子への移乗方法」

講師：松阪市民病院 看護師・理学療法士

②「家庭での食事の注意点と簡単レシピの紹介」「基本的な口腔ケア」

講師：松阪市民病院 管理栄養士・歯科衛生士

【問合せ】 高齢者支援課 ☎53-4099

会員募集

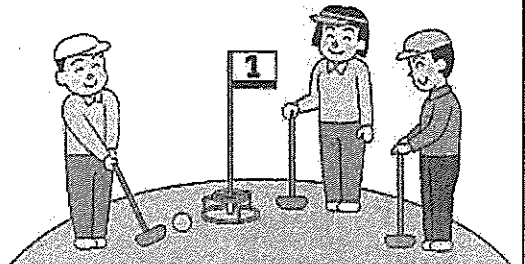
公民館サークル

みくもグラウンドゴルフ

活動曜日 毎週月曜日 活動時間 9:00～11:00

活動場所 野外運動場 代 表 岡鼻カツア

会 費 無 料 (☎0598-56-3757)



グラウンドゴルフを通じて仲間づくり・生き甲斐づくり・脳の活性化をすすめ、健康増進を図れるシニアには最適なスポーツです。皆様のご加入をお待ちしています。入会ご希望の方は、公民館までお知らせください。(みくもグラウンドゴルフ会)

公民館サークル

やさしいヨガ

活動曜日 第2と第4月曜日 活動時間 10:00～11:00

活動場所 大研修室 講 師 谷口 明子

会 費 1,000円+α 持 ち 物 ヨガマット

心もからだもしなやかに、免疫力アップのヨガに親しみませんか？ヨガのポーズを学んで健やかな毎日を！入会ご希望の方は、公民館までお知らせください。動きやすい服装でご参加ください。



防災コラム

避難する場所は、家族で話し合い、  
決めておきましょう

防災安全部会

被災時に家族の皆がそろっているとは限りません。時間帯別に家族がどこにいるかを考えながら、最終的に落ち合う場所を決めておきましょう。



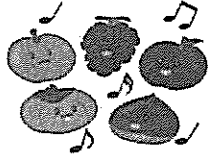
職場、学校、ショッピングセンター等行動範囲の場所の海拔を知り、津波到達地点に想定されているか？川や海に近いのか？建物の耐震は大丈夫か？避難路はどこを通ればよいか？など話し合ひましょう。

家族間で連絡が取りたくても、災害発生時は携帯電話等つながりにくくなります。以前の地震で、遠方への通話が比較的つながったという例があります。他府県に住む知人や親せきを介して家族の安否確認ができるよう、事前に話し合っておきましょう。



緊急事態宣言が全面解除され、再び公民館に皆さんの歓声や笑顔が戻ってきて、嬉しく思っています。しかし、秋の行楽シーズンを迎え、その先には人流が活発となる時期である「年末年始」も控えていることから、第6波への備えも不可欠です。引き続き新型コロナ感染拡大防止にご協力ください。

- ①手指消毒 ②マスク着用 ③換気 ④使用後の机等の消毒 ⑤利用者の連絡先の記入

11月のカレンダー						
休館日は、日曜日・祝祭日・年末年始です。						
休館日に利用される方は、事務所に申し出てください。						
月	火	水	木	金	土	日
1	2	3文化の日	4	5	6	7
みくもGゴルフ	レインボー 洋裁教室		かがやきサークル	卓球愛好会	ふれあいフェスタ 宝&ゴミ拾い大会	休館日
8	9	10	11	12	13	14
みくもGゴルフ やさしいヨガ ピーターラビット さわやか太極拳	コリトリB 洋裁教室	いきいき太極拳 パソコンB 幸踊会	コリトリA 女性学級(パン)	カラオケ米ノ庄 卓球愛好会 女性学級(パン)	初級英会話	休館日
15	16	17	18	19	20	21
みくもGゴルフ グッと楽!	レインボー ほほえみ太極拳 洋裁教室 防安部小会議	クーホーヘレ パソコンB 幸踊会	絵手紙 コリトリA	卓球愛好会  高齢者学級 (中ノ庄町)	CS作業日 女性学級寄せ植え	休館日 久米子供会
22	23休館日	24	25	26	27	28
みくもGゴルフ やさしいヨガ かみふうせん さわやか太極拳	勤労感謝の日	いきいき太極拳	コリトリA  防災安全部会議	カラオケ米ノ庄 卓球愛好会 高齢者学級 (市場庄町)	子どもハンドベル キッズクラブ 初級英会話	休館日 CS作業日
29	30	 				
みくもGゴルフ	ほほえみ太極拳 洋裁教室 女性学級(マスク)					

CS：コミュニティースクール（教育公民館部会）

## ゴミ収集カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1 可燃	2 プラ容	3	4 可燃	5	6	7
8 可燃	9 プラ容	10 ※資源	11 可燃	12 不燃	13	14
15 可燃	16 プラ容	17	18 可燃	19	20	21
22 可燃	23 ×	24	25 可燃	26 不燃	27	28
29 可燃	30 プラ容	※地区資源ゴミ回収拠点				

## ゴミの分別回収にご協力ください。

- ・燃ゴミは松阪市指定の黄色いゴミ袋を使用してください。
- ・プラ容器ゴミ、不燃物は透明なゴミ袋を使用してください。
- ・資源ゴミは、地区の資源ゴミ回収拠点に持参してください。
- ・三雲リサイクルセンターでも、資源ゴミを回収しています。
- ・リチウムイオン電池使用の小型家電回収は、資源ゴミ回収日に地区拠点で回収します。三雲リサイクルセンターへの持ち込みもできます。