

令和8年8号
公民館だより

なかのせき

中関地区人口 6月末現在
男 性 6,675人
女 性 6,159人
合 計 12,834人
世帯数 7,182世帯

編集・発行 中関公民館 〒747-0834 防府市大字田島 1434 番地の2

TEL 0835-22-0286・22-9840 fax 38-6524 e-mail nakacomc@city.hofu.yamaguchi.jp

7月8日の梅雨明けとともに、例年通りの真夏日、猛暑日という言葉
を天気予報で耳にするようになりました。そして聞くだけで参りそうな
酷暑日と、暑さがのしかかってきました。

暑さ対策として公民館を「涼み処」として支障のない範囲で開放して
いるところです。また、赤ちゃんの駅として、保育室等も開放しており
ます。どうぞご利用ください。ご利用の際には、一声職員に声をかけく
ださい。また、職員のほうからも、体調やお困りのことがないか声かけ
させていただきます。ご了承ください。

緑のカーテンとして、例年休養室前にキュウリのカーテンを作ってい
ますが、今年は集会室前にゴーヤのカーテンも作ってみました。収穫し
たものは、公民館を利用されるときに、お一人につき1本(原則)ほどお
分けしております。どうぞご賞味ください。



8月の学級・教室の予定

※随時登録できます

家庭教育学級・女性学級(合同開催)

8月8日(土)10:00~11:30

中関公民館 老人研修センター

歌劇『アリスの夢物語』

指導者 石丸義臣先生



〈家庭教育学級のみ〉
大人と一緒に子どもの参加可

「不思議の国のアリス」萩の菊谷
家住宅に舞い降りた！城下町で冒
険の始まり。音楽と絵で不思議な
世界へご案内!!

準備：水分補給できるもの

家庭教育学級

大人と一緒に子どもの参加可

8月22日(土)10:00~12:00

中関公民館 老人研修センター

『「へたでいい へたがいい」
わたしの絵手紙(夏の思い出)』

指導者 吉田悦子先生



参加費 一人 200円(当日徴収)
準備物 活動に必要な材料・道具等は講
師の先生に準備していただき
ます。……
(画材があれば持参
例：アサガオの写真、風鈴など)
水分補給できるもの タオル
申込み 参加者氏名・年齢・連絡先を
公民館事務所に
8月10日(月)までに



いっしょに遊びませんか ひまわりの会

中関地区母推
子育てサークル

第2回 9月1日(火) 午前10~11時
元気のびのび
『親子であそぼう!』

対象：中関地区の0歳からの
未就園児とその保護者
場所：中関公民館

老人研修センター

参加費：無料

持参物：お茶・おてふきなど

外出に必要なもの

《6・7月の学級・教室のご報告》

家庭教育学級・女性学級(合同開催)

6月25日(木)10:00～

『二胡演奏会』 演奏 大門 美知江 様



大門さんは、定年退職を機に二胡を始められました。「素人ですから」と謙遜されますが、二胡の奏でる曲が学級生の

心を和ませました。

2本の弦と馬の尻尾でできた弓、インドが発祥らしく、中央アジアの遊牧民を通して、中国に伝わり、唐・宋の時代に確立したそうです。

後半は二胡に合わせて歌う時間で、学級生達は昔懐かしい曲を気持ちよく歌っていました。



高齢者教室

7月1日(水)13:30～

『笑いヨガ』

指導 笑いヨガティーチャー 森本 康子 様



「ヨガ」って呼吸のこと。だから、「笑いヨガ」って笑って呼吸をすること。

息を吐いて、それから吸う。順番が大切。先に吐いて落ち着く。鼻呼吸は免疫力を上げる。意味なく笑うのもOK! 30秒笑い、水分(常温)をとると免疫力が上がる。身体を守るNK細胞が増える。がん細胞を消滅させる。

大切なのは、「笑う」「水分補給(常温)」



女性学級 7月9日(木) 秋吉・萩方面

社会見学に行ってきました!!



暗い! 滑る! 水音でかい!
外に出てほっと一息



萩でお昼、瀬付きあじ!



カルストロード
を通して萩へ

萩明倫学舎で学ぶ! 明治維新とは?



講座・サークル紹介

華道(池坊)サークル

『四季を感じてみませんか』

お花の大好きな仲間で月2回楽しく活動しています。

玄関を開けると華やかな気分、心癒される空間を楽しんでいます。会員も高齢になり、サークルの構成人数の6人ぎりぎりになりました。昔の賑やかな時代が懐かしいです。皆様のご入会を心よりお待ちしております。



第2・4水曜日 10:00～



13日(木) 中関地区民生・児童委員連絡協議会 於 むべの里
8月の高齢者教室は、暑さ対策でお休みです。
お盆の期間中〈13日(木)14日(金)〉も公民館・出張所共に
8:30～17:15 業務を行っています。

