

## 絵付け体験

9月26日(金)

来年の干支「午」に絵付けをしました。少し早い時期の体験となりましたが、多くの方に参加いただきました。オリジナルの模様を描く方、見本を忠実に描く方、それぞれ上手に仕上げました。和気藹々、楽しい時間を過ごしました。公民館文化祭にて展示させてもらいました。



## 中央ブロック公民館研修会

11月14日(金)

【瑞龍寺拝観・講演会】

中央ブロック公民館は博労・木津・川原・横田・西条・下関の6館で形成されており、毎年順番に研修会を行っています。今年下関が担当館で、当館館長自ら講師として漫画本「前田利常物語」を作成していただき、講演会を行いました。



## 寿学級 健康講座

11月19日(水)

今年も富山県済生会高岡病院リハビリテーション療法部より谷口しほ氏を講師に迎え、「転倒防止」と「認知症予防」についてのお話をいただきました。体を使った脳トレも楽しく行いました。ヘルスボランティアの方からは血流アップの運動を教えてもらいました。手指の運動は認知症予防、足の運動は臓器を温めるそうです。テレビを見ながらできそうですね。



## 14歳の挑戦

7月7日(月)～11日(金)

芳野中学から3名の生徒が公民館に来てくれました。公民館のサークル活動に参加して交流を深めたり、赤ちゃんにこにこ教室に参加して赤ちゃんに触れ合いました。公民館の窓ふき掃除も頑張ってくれました。



## 地域だより

## ひとり暮らし高齢者のつどい

11月8日(土)

下関校下社会福祉協議会主催「ひとり暮らし高齢者のつどい」が公民館で行われました。包括支援センターによる脳トレ体操、社協役員による言葉の語源やシルバー川柳、ながれ雲を歌う会によるコーラスで楽しいひと時を過ごしました。



## 下関校下赤ちゃんにこにこ教室

11月28日(金)

教室は毎年3回開催されています。ベビーマッサージ、ベビータンゴ、リズム遊びなどママと赤ちゃんがスキンシップできるような内容を企画しています。今年もたくさん親子に参加していただきました。



# 下関地域交流センターだより

(下関公民館)

No.12  
令和7年12月



ホームページ  
QRコード

高岡市駅南3丁目1-30  
TEL 25-2342  
FAX 25-2394

令和7年も残すところあとわずかとなりました。公民館では、年度当初に計画した事業を滞りなく進めることができ、次年度へ向けての準備に取りかかっているところです。少し時間のたった感もありますが、ここまでの公民館事業等を今号に載せましたのでご覧ください。令和の米騒動とも言われた本年、公民館文化祭での新企画「おたのしみ抽選会」で新米などの景品に盛り上がりを見せたことが印象に残っています。日頃からの利用者みなさんの協力に改めて感謝申し上げます。

## 公民館事業を実施しました

### 住民ふれあいバスハイキング

5月15日(木)

【雪の大谷ウォーク】

今年の雪の壁は16mの高さでした。天気は曇りで青空とはなりませんでしたが、広大な室堂平と雪の残る立山連峰の大パノラマを満喫してきました。雷鳥に出会った運の良い人もいたようです。弥陀ヶ原ホテルの昼食も美味しく心もお腹も満たされてきました。



### 寄せ植えづくり

5月23日(金)

今回で5回目となりました。今年の花は日日草、ペンタス、アゲラタム、ペゴニアの4種類。個々の花の特徴や注意点など教えてもらいながら寄せ植えをしました。色鮮やかな花苗がとても夏らしく、可愛い仕上がりとなりました。



### 諸団体合同事業・寿学級

6月12日(木)

【落語会】

瑞龍寺にて、社会人落語家集団「ばららくご」に所属の才川五六氏とFMとやま「水曜日のひなたぼっこ」のパーソナリティ、県内外で活躍中のぷう風亭みるみる氏をお招きして落語会を開催しました。古典落語、創作落語で笑わせてもらい、ウクレレ漫談ではほっこりさせてもらいました。



### 下関ウォーキング最終弾

7月10日(木)

4年かけて行った高岡新西国三十三観音霊場巡りは今回で全ての札所を巡り終えました。西国三十三観音霊場巡礼と同じご利益があるといわれています。優しさや心遣いなどの心映えを身につけられることができ、充実した人生を送るとともに極楽往生ができること信じられています。

