

東部公民館だより

4 ・ 20

発行・編集 / 東部公民館だより編集委員会 TEL076(424)0259
〒930-0966 富山市石金1-2-13
E-mail : toubukouminkan@city.toyama.toyama.jp

東部校下の人口(3月末現在)

| | | |
|-----|-------|----|
| 世帯数 | 4,146 | 世帯 |
| 人口 | 7,936 | 人 |
| 男 | 3,874 | 人 |
| 女 | 4,062 | 人 |

～第24回 児童健全育成講演会～

医師から見た子どものネット依存

～子どもの「ゲーム障害予防」を～「やめられない」になる前に



3月1日(金) 【参加者】30名 【主催】東部校下児童クラブ連絡協議会
《会場》東部公民館大研修室 《講師》富山大学医学部疫学講座 准教授 山田正明氏

依存症とは依存物(楽しい、疲れない、飽きないの3要素をもつ)により【楽しい→やめられない→生活に大きな問題を生ずる】ことであり、これはアルコールや薬物、パチンコ、ゲームにも当てはまるそうです。楽しい時に出るドーパミンが、ゲームを行っている時に大量に出ると、前頭葉がまだ完全に形成されていない子どもでは、ドーパミンをブロックできず、生活をコントロールすることが難しくなります。対策として行うことは以下の事柄です。

- ① 使用時間を1日1～2時間とし毎日使用しないこと
- ② 親子の会話時間を増やすこと

子どものネット依存は親の生活態度とも大きく関係していることが分かっており、親のネット使用時間が多いと、子どもはネット依存症の割合が多くなるという調査結果が出ています。家庭では親はネット使用時間を減らし、その分、子どもとの会話を増やすことが大切であるということでした。皆さんも参考になさってみてください。

新しい一日が始まります ～ 公民館だより編集委員のつぶやき ～

今、日本は「少子高齢化」と叫ばれて久しく、公民館だよりの編集に携わる私たちの周りにも高齢化の波がひしひしと押し寄せてきています。齢を重ねるごとに一日の目覚めも早くなってきているようです。日の出の時刻も日に一分ほどずつ早くなってきています。正月早々には、それは朝の7時すぎだったのですが、今では5時台になっています。

拙宅に朝刊が届くのは4時前です。家族に迷惑をかけないように、そっと寢床から立ち上がり、玄関先へと朝刊を取りに行きます。玄関先の郵便受けには、情報が満載の朝刊が私を待っていてくれます。こんな早朝に届けてくださっている配達員さんに感謝しながら、おもむろに朝刊を取り出します。そしてまた、音をたてないようにテーブルに戻り、静かに朝刊を広げます。私はこの瞬間がたまらなく好きです。しばらくは、このひとときを楽しんだ後、おもむろに紙面を広げ、記事の中に吸い込まれていきます。

たくさんの記事にうなずきながら、ふと気がつくと空が明るくなってきています。春の日差しが居間の畳にまで届くようになってきています。家の前の道路は少しずつ通勤ラッシュが始まっているようです。子どもたちの元気の良い通学風景がまもなく見られることでしょう。今日も良いことがいっぱいあるような予感がします。

暖かな日差しを背に受けて今日も明るく楽しい一日にしたいと思います。



～東部校下健全育成事業「東部っ子広場」～
ゲームで楽しく送る会

3月4日(月)。東部っ子広場では、3年生を送る会をしました。「ねずみのでんしゃ」の大型絵本の読み聞かせでスタート。みんな夢中で聞いていました。次に縦割りで8班に分かれて“ペットボトルキャップ積み”や“カエルピョンピョン”など7種目のゲームに挑戦しました。一番の目玉は、支援員手作りのガチャポンです。ガチャポンが大好きな子供たちは大興奮。大吉、小吉に点数が付いていて歓声が上がりました。それぞれのチームリーダーがチームをまとめ、成功すれば喜び合い、失敗しても励まし合う子どもたちの微笑ましい姿がありました。いよいよ総合成績発表です！良い結果、残念な結果と様々ですが、子どもたちの表情は明るく頑張ったことへの満足感で溢れていました。

会の最後、3年生に一人ひとりお別れの言葉を話してもらいました。1・2年生が神妙な顔で聞いていたのが印象的でした。今回も、とても思い出に残る会となりました。



カエルピョンピョン



ペットボトルキャップ積み

～東部ママ広場 特別企画～
音楽でリフレッシュ!

3月8日(金)《参加者》親子12組 《会場》東部公民館大研修室
《主催》東部校下保健推進連絡会

クリスマス会で大好評だった音楽療法士の道下和美さんに今回もお越しいただきました。

曲に合わせて親子のスキンシップから始まり「ひなまつり」や「どこかで春が」を歌ったり、ハンドベルやマラカスの楽器を演奏したりとみんなで楽しいひとときを過ごしました。



来年度も“東部ママ広場”では、楽しい企画を考えていますので、たくさんのご参加お待ちしております。

おめでとうございます

長年にわたって地域の防災活動にご尽力された下記の方が表彰されました。

【富山市長表彰 一般協力者感謝状 無火災地区の部】

◎東部校下自治振興会

【富山市消防団長表彰 20年勤続】

◎東部分団 班長 萩原 司 氏

【富山市消防団長表彰 10年勤続】

◎東部分団 団員 高崎 浩史 氏

◎東部分団 団員 藤井 孝昌 氏

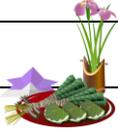
◎東部分団 団員 山本 英司 氏

◎東部分団 団員 竹田 秀行 氏



公民館の行事予定（5月）

令和6年度 町内会長の皆さん ③

| 日・曜日 | 行事名 |
|------|---|
| 10 金 | 児童クラブ連絡協議会 総会  |
| 11 土 | 母親クラブ 総会 |
| 12 日 | 和みの部屋 |
| 16 木 | 環境保健衛生連合会 総会 |
| 24 金 | 民生児童委員協議会 定例会 |
| | 富山交通安全協会東部支部 総会 |
| 28 火 | 公民館ふるさと講座（みそづくり教室） |

| 町内名 | 氏名 |
|-----------|--------|
| 東石金町（東・南） | 田川 雅 |
| 東石金町（西部） | 朝倉 慎一郎 |
| 不二越町 | 実川 唯史 |
| 長江本町（1区） | 山本 英司 |
| 長江本町（2区） | 長谷川 昌志 |
| 長江一丁目 | 山室 光裕 |
| 長江二丁目 | 岡部 和雄 |
| 長江三丁目 | 石川 幸一 |
| 長江四・五丁目 | 多久島 仁 |
| 長江東町一丁目 | 坂木 修 |
| 長江東町二丁目 | 笠木 孝雄 |
| 長江東町三丁目 | 木山 綾乃 |
| 長江東町四丁目 | 三ツ塚 秀雄 |
| 西長江本町 | 種谷 義一 |
| 西長江一丁目 | 飯田 充広 |
| 西長江二丁目 | 村上 公生 |
| 西長江三丁目 | 岩崎 民憲 |
| 西長江四丁目 | 鉛山 晃 |
| 石金一丁目 | 山橋 和弘 |
| 石金二・三丁目 | 中林 利夫 |
| 清水元町 | 長門 亮祐 |
| 元町二丁目 | 吉井 優 |
| 音羽町二丁目 | 上野 光久 |
| 住吉町一丁目 | 小林 博康 |
| 住吉町二丁目 | 前田 昌泰 |
| 栄町一丁目 | 砂田 保幸 |
| 栄町二・三丁目 | 池田 健治 |
| 長江新町一丁目 | 久世 智彦 |
| 長江新町二丁目 | 西部 泰典 |
| 長江新町三丁目 | 宮本 仁志 |
| 長江新町四丁目 | 古川 龍太郎 |

（敬称略）

東部児童館

☎ 421-4212

【開館時間】 平日：午前9時30分～午後6時
土日祝：午前9時30分～午後5時

昔ばなしの会

◎地域に伝わる民話を聞きましょう！



日時：5月8日（水）
午後2時45分～3時15分
対象：小学生

新緑の美しい季節ですね。
新しいクラスには慣れましたか？
児童館へ遊びに来て、友だちの輪を広げましょう。

市立図書館東部分館

☎ 493-1886

【開館時間】 午前9時～午後5時
【休館日】 第1水曜日（館内整理のため）
蔵書点検期間、年末年始
【貸出期間】 図書 10冊まで2週間



【整理休館日】

5月8日（水）

【子ども会】

5月24日（金）

5月のおすすめ本

『運は遺伝する 行動遺伝学が教える「成功法則」』
橋玲 / 著 安藤寿康 / 著 NHK 出版

知性、能力、性格、そして運。行動遺伝学が明らかにした、人間社会のあらゆる面を「遺伝の影」が覆っているという真実に、いかに向き合うべきか。人気作家と行動遺伝学の第一人者が徹底的に論じる。



公民館を通して「地域を学ぶ、地域で学ぶ」
サイトです！

公民館を中心とした地域の
情報配信中！！

『東部公民館だより』も掲載。



<https://www.tkc.pref.toyama.jp/kouminkan/>

和みの部屋

5月12日(日)午前10時
東部公民館 大研修室

『楽しみましょう』 

～ゲームで身体を動かそう～

参加費：100円
東部校下在住 65歳以上の方対象

みそづくり教室

～うちの味噌を手作りしてみませんか

5月28日(火)

東部公民館大研修室

午後1時30分～3時



東部ママ広場

就園前のお子さんご家族の情報交換の場として「東部ママ広場」を開催しています。

5月10日(金)

5月23日(木)

午前10時00分～11時30分

東部公民館 和室

遊びに来ませんか？お待ちしております！



元気・安全・安心相談会

～ペン習字で脳を活性化～

5月8日(水)午前10時00分～
清水元町公民館

5月22日(水)午前10時00分～
住吉町公民館



公民館サークル紹介

【月曜日】

- ・やよい会 (スポーツダンス)
- ・こぎくの会 (合唱)
- ・キッズダンス (ダンス)
- ・剣詩舞天黎会 (剣詩舞)



【火曜日】

- ・ヨーガ同好会 (ヨーガ)
- ・孝心クラブ (書道)
- ・トランポピクスさわやかクラブ (体操)

【水曜日】

- ・東部吟詠会 (詩吟)
- ・ステップ21 (3B体操)
- ・書道クラブ (書道)



【木曜日】

- ・書友サークル (書道)



【年6回】

- ・東部そば愛好会 (そば打ち)

5月『空き缶』、『古紙』回収カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------------------|----|----|-----|----|----|---|
| 回収日の朝8時までに お出してください。 | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | | | 空き缶 | 古紙 | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| | | | 空き缶 | | | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |  |

空き缶・古紙ともに、自治振興会の貴重な財源になっています。

地区センターからのお知らせ

今年度も、公民館活動や地域活動で校下の皆さまのお役に立てるよう、職員一同、力を合わせて頑張りますので、何卒よろしくお願いたします。

【東部地区センター職員】

所長(館長)：ハッ橋茂樹
窓口業務：立花瑠美子 村上恵子
公民館業務：田中由美子 中沖基子
自治振興会事務：南日由衣子

