



# ニュース

千葉市 山王公民館 6月号  
千葉市稲毛区六方町 55-29  
TEL 421-1121 FAX 423-0359

## 6月

ゴールデンウィークが終わったあとの新型コロナの感染者が、増加するのではないかと心配されていましたが、今のところ徐々にではありますが感染者が減少してきています。

公民館での活動では、合唱サークルも活動を再開しており、少しずつコロナ前の活気を取り戻しつつあります。60歳以上の方への4回目のワクチン接種も始まり、コロナ対策はこのあとも進んでいくことと思いますが、公民館における密閉、密集、密接の「三つの密」の回避、健康チェックやマスク着用、「大きな声を出さない」など、以前と同様にご協力をいただきますようお願いいたします。

## 5月の主催事業より



5月19日(木)、26日(木)に、「親子スキンシップ教室」が行われました。コロナの影響もあり3組の参加となりました。この2年ほどコロナの影響で中止となっていた講座でしたが、今年は開催することができました。子育ての情報などが話題にあがり、講師の助言の元、和やかな雰囲気の中での教室となりました。母親同士の交流も進み、充実した時間になったようです。今後、公民館での子育て支援の行事に参加したいと言っておられました。



5月28日(土)に「ぬり絵セラピー教室」が行われました。色のセラピー効果などについての話を交え、BGMを聞きながらのぬりえ体験でしたが、受講者の皆さんは集中して作業を行い、その心地よさに皆満足していました。また、講師の優しく柔らかな語口が参加者の皆さんの気持ちを和やかにしていました。今回定員に満たない参加者数でありましたが、少ない人数での開催も受講者の皆さんにはかえって良かったようです。



5月25日(水)に「お疲れの体、チェックしてみませんか？」が行われました。この事業は、明治安田生命と千葉市と協働事業ということで提案された事業のうちの一つです。内容は、命の健康チェックということで①「ベジチェック測定」と「血管年齢測定」の2種類を測定しました。年間を通して奇数月に実施していきます。地域住民、サークル活動などで、公民館を訪れた方が気がるにできる測定ですので、ぜひ体験してみてください。



次回は7月11日(月)です。「血管年齢測定」に代わり「自律神経チェッカー」(ストレス度：自律神経活性度を測定)になります。

# 公民館「にぎわい花壇」5月

梅雨入り間近な天候が続いておりますが、公民館の花壇はにぎやかに花を咲かせております。例年よりも早く五月下旬から裏庭の小さな紫陽花が花を咲かせました。公民館や市民センターを訪れた帰りに、その花を見た利用者の方からは「きれいですね」とお言葉をいただいております。これもひとえに地域の方々のおかげです。お近くに来た際にはぜひ、お立ち寄りください。そして、ぜひ花をながめてはみませんか。



## 6月に募集が始まる主催事業

講座名	太極拳体験講座（成人）
期 日	期 日 6月21日(火)10:00~12:00 無料 申し込み 6月6日(月)~12日(日) 抽選になります
対 象	成人 10人
事業内容	太極拳を始めたいと思っている方への基礎的な講座です。
講座名	初めてのヨガ（成人）
期 日	期 日 6月30日(木)10:00~12:00 無料 申し込み 6月13日(月)~19日(日) 抽選になります
対 象	成人 10人
事業内容	自宅でできるヨガを学ぶ、基礎的な講座です。

## 図書室より ～お気に入りの1冊を探しに来ませんか～

山王公民館図書室では新年度を迎え、掲示板のデザインを新しくしたり、予約本の書棚を増設したり、皆様に利用しやすい図書室となるよう作業を進めています。新しい本も多数受入しておりますので、ぜひお気軽にお立ち寄りください。

<新しく入った本の紹介>

（一般）

- ・奇跡（林真理子）
- ・ベスト・エッセイ2021
- ・夏の体温（瀬尾まいこ）
- ・マスカレードゲーム（東野圭吾）
- ・『パスタ世界一』がかなえる至福の家イタリアン（弓削 啓太）

（児童）

- ・星と星座の動き
- ・月のみちかけ
- ・北条義時（学習漫画）
- ・おなまえおしえて（新井洋行）

