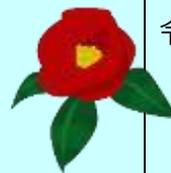




椿森公民館だより



令和6年3月 9日
椿森公民館
中央区椿森 6-1-11
043-254-0085

< 3月号 > 菜の花や 月は東に 日は西に

3月は冬と春の境目の季節。3月の別名「弥生」は旧暦からとったものですが、草木がいよいよ生い茂る月「木草弥や生ひ月（きくさいやおひづき）」が由来とされているそうです。英語の月名「March」は、ローマ神話のマルス（Mars）の月を意味する「Martius」から取ったものです。“戦いの神”として知られていますが、実は“農耕の神”でもあります。気候が良くなりこれから農耕を始める月だからでしょう。三寒四温の季節柄、体調管理は万全に。

日本では年度替りの時期でもあるため、卒業式や送別会が行われ、出会いと別れの季節でもあります。私も潜越ながら院内小学校、椿森中学校の卒業式に参列して卒業生の門出を祝福しようと思います。

先月、小中学校にご協力をいただき、「院内小・椿森中児童生徒作品展」を開催いたしました。公民館利用者はもちろん、多くの皆様が見学にいらっしゃいました。どれも力作ぞろい、「立派ね～、上手ねえ～」の声が多く聞かれました。ご来館いただいた皆様、ありがとうございました。

≪公民館主催事業の報告≫

手ぶらでスマホ体験教室

～基本操作とLine体験～(2/14)

講師：ソフトバンク株式会社スマホアドバイザー



【受講者の声】

- 親切で分かりやすく、とても有益でした。
- 使用経験がないに等しいので、説明を理解するのに時間を要すると思います。
- 分かりやすい説明で、Lineも使いたいです。
- 大変親切にご指導いただき、わかりやすくてよかったです。時間が短かったのでお教室に参加してみたいです。いろいろありがとうございました。
- 言葉が明るくて聞き取りやすかった。
- まだまだ使いこなす自信はありませんが、少しずつ先に行けそうです。

糖質と塩分の身体に美味しい話(3/6)

淑徳大学 准教授 雀部 沙絵様

協力：ちば産学官連携プラットフォーム

当館のサークルさん“クッキングJJ”さんからのご提案から企画した主催事業です。日頃から気になっている「糖質と塩分」の話を専門的に研究されている方からお聞きする講座。健康で充実した生活を送るためには食事のとり方が重要であることが良く分かりました。



【受講者の声】

- 糖質と塩分の話がとても勉強になりました。先生のお話を聞き、少し安心しました。炭水化物の必要性も気になりこれからは気にして食事をすることにします。塩分についても理解できました。
- 「糖質と塩分の身体に美味しい話」に参加できて良かったです。糖質と塩分について詳しくご講義いただき、大変興味深く拝聴しました。今までの食生活にほぼあっていると思います。改善の必要性が生じた時には、講座内容を参考にし、理想的な食事を心がけたいと考えます。
- 糖質と炭水化物の違いが良く分かった。また最近の糖質に関するニュースの内容が分かりやすく解説されてよかったです。減塩の方法や塩分の取りすぎになりがちな理由が分かったような気がする。

第2回公民館運営懇談会

当日は運営委員の皆様にご出席いただき、今年度の公民館活動、次年度の事業計画についてご提案申し上げました。運営委員の皆様からはそれぞれのお立場で公民館との連携やご支援をお考えいただきました。次年度は開館50周年、記念の年です。利用者の皆様にとって公民館がより身近なものになるよう更に努力してまいります。次年度もよろしく願いいたします。



ソフトバンク株式会社よりスマホアドバイザーのお二人を講師としてお招きし、基本的な操作の習得とLine体験を実施しました。講師の方はスマホ初心者及び高齢者向けの説明が上手で、受講者からは「大変分かりやすかった」と好評でした。なかなか使いこなすのが難しいスマホですが、少しでも便利に使えように、できることから少しずつ慣れていけると良いですね。

令和5年度椿森公民館

令和6年度も魅力的な
主催事業を実施します！



大人の社会科見学



おんぶらすコンサート



クラブ連：花植え



美味しいコーヒーの淹れ方



お達者クラブ



女性のための3講座



書家による書初め教室



ウイナー飾り切り教室



終活セミナー3講座



文化発表会 公民館文化発表会



房総太巻き教室