

第126号

発行日 令和5年9月15日
 発行 相模原市立陽光台公民館
 住所 相模原市中央区陽光台5-6-1
 電話 042-755-3451
 陽光台の人口と世帯
 (令和5年8月1日現在)
 人口 10,147人
 世帯数 4,745世帯



ようこうだい

<http://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/youkoudai-k>



木のかわいさるカスタネットづくり



楽しい時間を過ごすことができました。

ノリの曲をノリ
 アンパンマ
 ンな大好き
 わせて、み
 の伴奏に合
 トとピアノ
 のトランペツ
 ました。講師の方

最後に、出来上がったカスタネットを使って、みんなで合奏をしました。講師の方のトランペツトとピアノの伴奏に合わせて、みんな大好きなトトロやアンパンマンの曲をノリノリで合奏しました。

まずは、カスタネットの形に切られた木材にやすり掛けをすると「いい香り。癒される」との声が上がりました。次にカスタネットにクレヨンで色付けです。このクレヨンは子ども向けで口に入れても大丈夫な素材で出来ています。小さなお子さんでも思いっきり自由に色塗りを楽しんでいました。色塗りのあとは、自分の好きな色の紐を選んでカスタネットの穴に通し、完成です。

青少年部 6月17日(土)公民館に
 小さなお子さんとパパママが集まり、『パパママカフェカスタネットづくり』が実施されました。講師は「さがみ湖森・モノづくり研究所」よりお招きし、津久井産の杉の間伐材を使ってオリジナルのカスタネットを作りました。

文化部 ヒップホップダンス講座

6月25日(日)、キッズダンスインストラクターの倉増 静先生を講師に迎え、文化部主催の『ヒップホップダンス講座』が開催されました。

小学生17名、大人2名の計19名が参加し、ヒップホップダンス



カッコ良くネ

を教えていただきました。最初はぎこちない動きをしていた子どもたちも、何度も同じ動きを繰り返すうちにカッコ良く踊れるようになりまし！
水分補給の休憩中も元気があっ

て、追いかけてっこをしていた子どもたちでしたが、ひとたび曲が流れたすと元の位置に戻ってダンスを始めました。
付き添いのパパ・ママたちも一緒に踊って親子で楽しい時間が過ごせたようです。2時間があつという間に過ぎ、みんなで気持ちの良い汗をかきました！

文化部 南清掃工場見学

7月28日(金)に文化部主催『環境講座 南清掃工場を見学してみよう！』が開催されました。子どもたちを含め31名が参加し、職員の方から清掃工場の仕組みやエネルギー利用の工夫、資源とし



ての再利用法など興味深い話を聞いて、綺麗な工場内を見学しまし

た。ゴミを少なくする工夫について考える時間となりました。

女性講座 ミニ女性向けセミナー

公民館主催「女性講座」が「作る」をテーマに6月28日(水)から7月21日(金)まで全4回が開催されました。

第1回「飾り寿司を作ろう！」
同じ材料、作り方でも各々の個性が見える飾り寿司が出来上がりました。



第2回「Tシャツで布ぞうりを作ろう！」
Tシャツが素敵な布ぞうりに変身しました。



第3回「酒まんじゅうを作ろう！」
蒸したての酒まんじゅうは、ふっくらとして良い香りでした。



第4回「アナベルリースを作ろう！」
さわやかなアナベルの花のリースができました。



講師の方々の丁寧な指導のなか、知恵を出し工夫し教え合いながら、参加された皆さんは「作る」ことを楽しんでいました。

青少年部 子ども社会見学

7月26日(水) 青少年部主催の『子ども社会見学』が開催され



ました。今年の行先は宮ヶ瀬ダム!! とても暑い日でしたが、木の実を使ったクラフト体験や遊覧船ミーヤ丸の乗船、宮ヶ瀬ダムの観光放流見学と、盛り沢山な一日を元気いっぱい楽しみました!



理科実験教室

8月6日(日)午後から青少年部主催の『理科実験教室 科学おもちゃを作る!』を開催しました。指導は神奈川理科サークルの門倉松雄先生です。

今回はペットボトルとストローを使っての科学おもちゃ作りです。ストロートンボン・浮沈子(ふちんし)などおもしろいおもちゃの出来上がりです。



小学1年生から6年生までの21名が参加しました。「科学っておもしろい!」「自分だけのおもちゃができた」と歓声があがり、楽しい時間を過ごすことができました。



ファミリーバドミントン大会

7月9日(日) 体育部主催の『ファミリーバドミントン大会』が陽光台小学校校体育館にて開催されました。

地域の仲間やファミリーで3人1組のチームを作り参加します。当日は、9チームがエントリーし



どっちに落ちるか?

て予選と決勝トーナメントで熱戦が繰り広げられました。親子で参加した小学4年生に話を聞くと「楽しかったがチームが負けて悔しい」と素直な気持ちが返ってきました。優勝チームは「キャロット」で平均年齢が72歳のチームです。チーム最年長の太田さんは「仲間と楽しくプレーできた。勝って嬉しんです」と元気に答えてくれました。



ポッチャ講習会

◎毎月第2・4日曜日の午後1時から3時まで、陽光台小学校校体育館で体育部主催の『ファミリーバドミントン大会』を開催しています。当日参加も可能ですので、室内用運動靴と飲み物をご持参の上、ご参加ください。※詳細は公民館へ。



優勝「キャロット」

8月6日(日) 陽光台公民館大会議室にて体育部主催の『ポッチャ講習会』が開催されました。ポッチャとはイタリア語で「ボール」の意で1984年からパラリンピックの正式競技として行われています。この競技はジャックボール



最初にジャックボールを投げます



正確に

(白いターゲットボール)に赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり転がしたりして、より多

くのボールを近づけるようにして得点を競います。カーリングのルールとほぼ同じですが、的のジャックボールも弾いて移動させることが出来るので、カーリングとは一味違う戦略もできて、魅力ある競技です。

初めての競技で、それでも皆さんは柔らかな皮のボールに段々慣れて玉さばきもうまくなりましたが、狙い通りにボールが転がず悔しがっていました。早くもポッチャの魅力に取りつかれたようでした。

窓の外を見ますと朝は晴れていた外の天気は横殴りの豪雨に変わ



狙いを定めて

っていました。楽しみの3時間が終わり帰路につく頃にはすっかり止んでいて、これも室内競技のよいところですね。

お知らせ

※年間事業予定、各事業の詳細については、今後発行される公民館だよりやホームページをご覧ください。

《令和5年度 陽光台公民館 9月～12月事業予定》

☆健康づくり普及員事業

| 月 | 文化部 | 体育部 | 青少年部 | 広報部 | 事務局 その他 |
|----|--------------------------------------|-------------------------------------|--|---------------------|--|
| 9 | 文学講座 (10日・17日) | ペタンク講習会&秋季 ペタンク大会 (3日) ※予備日なし | | 館報 126号 (15日) | はつらつ学級 (9/8～10/27) |
| 10 | | | さつまいも掘り体験 (14日) 陽光台子どもまつり (29日) | | 利用団体協議会全体会 (7日) ☆愉しくコグニサイズ運動 (14日) |
| 11 | エンディングノート の書き方から終活、 遺言まで (18日) | ウォーキングのつどい (3日) ※予備日なし | | | ☆いきいきウォーキング (未定) 第2回運営協議会 (17日) |
| 12 | | カーリング体験教室 (23日) | 子どもお菓子作り教 室 (未定) チャレンジスクール (未定) | 館報 127号 (15日) | 年末館内清掃 (3日) 外倉庫清掃 (10日) |

文化部事業

★エンディングノートの書き方から終活、遺言まで★

日 時：R5年11月18日(土) 午前10時～正午
場 所：大会議室
講 師：司法書士 末永 千恵先生
参加費：無料
内 容：エンディングノートや遺言で、あなたの思いを大切な人へのメッセージとして遺してみませんか？



★スパンニッシュギターデュオ【ASATO Y AKIRA】コンサート★

日 時：R6年1月20日(土) 午後1時半～午後3時
場 所：大会議室
出演者：【ASATO Y AKIRA】
※詳細は12月1日号公民館だよりをご覧ください。



体育部事業

★ウォーキングのつどい★

日 時：R5年11月3日(金・祝) 午前8時～午後3時
場 所：「こどもの国」でオリエンテーリング
対 象：小学1年生から大人まで
※詳細は10月1日号公民館だよりをご覧ください



★カーリング体験教室★

日 時：R5年12月23日(土) 午前6時～午前8時半
場 所：銀河アリーナ(現地集合・現地解散)
参加費：無料
講 師：相模原市スケート協会
対 象：小学5年生から大人まで



青少年部事業

★さつまいも掘り体験教室★

日 時：R5年10月14日(土) 午前10時～正午
場 所：花苗生産センター(現地集合・現地解散)
参加費：800円/組
対 象：陽光台地区在住の小学生と保護者
持ち物：長靴、軍手、飲み物、帽子、持ち帰り用袋



★陽光台子どもまつり★

日 時：R5年10月29日(日) 午前10時～
場 所：陽光台公民館
※詳細は10月1日号公民館だより
をご覧ください。



年末館内清掃(ご協力お願いします)

日 時：R5年12月3日(日) 午前9時～11時

編集後記

初秋の朝早く、庭で草ひばり(秋に鳴く虫で体長1センチ位)が鳴いているのを久しぶりに聞いた。若い頃、島根県松江市の小泉八雲記念館を訪れた時、細い竹ひごで作られた草ひばり用の虫かごが展示されていたのを観て驚き、そして八雲も草ひばりが好きだったのだと、八雲と自分との共通項を見つけた思いがして感動した記憶がある。

近年、昔の思い出につながる野山の花や昆虫が消えていくのを、とても寂しく感じている。

(W)

公民館カレンダー

◆図書室開室時間◆10時～17時

□は図書室休室および印刷機使用できません。■は公民館休館日です。

※毎月第2木曜日は図書整理日です。

| 9月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|-----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

| 10月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

| 11月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|---------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 2 3 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |

| 12月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|-----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

陽光台公民館だより

回覧

令和5年9月15日号 No.1

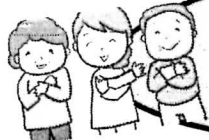
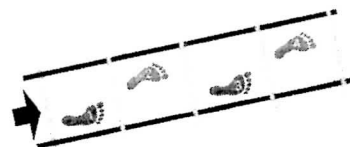
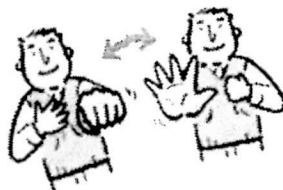
市立 陽光台公民館

電話：755-3451

みんな元気！さがみはら

陽光台地区

みんな楽しく



コグニサイズ運動

参加者募集！

募集定員

申込み順

20名

☆☆☆ 脳とカラダの機能を効果的に向上させる ☆☆☆
みんなで遊びながら脳を刺激する脳トレ運動で
楽しくストレス発散、笑いがいっぱい健康づくり ..
お友達も誘って参加してみませんか！

日時 令和5年10月14日(土曜日)

午前10時～午前11時30分 (受付開始 午前9時30分～)

【会場】 陽光台公民館 大会議

【参加要件】 50歳以上の方

【講師】 健康づくり普及員

【参加費】 無料

【持ち物】 マスク・運動しやすい服装・汗ふきタオル・水分補給の飲物



【申込み】 令和5年9月16日(土)～10月11日(水) (9:00～17:00)

☎042-755-3451 陽光台公民館

主催 陽光台地区 健康づくり普及員協議会