

公民館だより おうたき 令和7年12月号

発行 王滝村公民館 ☎48-2134

カレンダーも残すところあと1枚。本格的な冬がやってきました。1年で最も昼が短く夜が長い日、それが「冬至」です。暦の上では真冬の入り口ですが、この日を境に再び昼が長くなることから古来より「一陽來復（いちようらいふく）」といわれ、悪い事が去り、良い事が巡ってくる、希望の日とされてきました。冬至にはカボチャを食べたり柚子湯に入りますね。カボチャの黄色は魔よけの色であり、また柚子の香りにも邪気を払う力があるということで、冬を前に「無病息災」を願う意味があるそうです。慌ただしい日々の中にもこうした季節の風習にふれることで心穏やかな年末を過ごしたいものです。どうぞ皆様も良き新年をお迎え下さい。

公民館長 栗空 里美

あいさつ運動！

～バレーボールで連携プレー～ 11月11日(火)



今月のあいさつ運動は、今年取り組んできました。寒くなつきましたが子ども達の「おはようございます」という元気な声を聞きながら、登校してくる小学生と元気にあいさつしました。寒くなつきましたが子ども達の「おはようございます」という元気な声を聞きながら、体育館へ移動してみんなでソフトバレーを楽しみました。回数を重ねるうちにラリーが続いたり、相手コートに返せるようになつたり

上達した子ども達に声を掛け合い大人達も汗をかいて楽しみました。次回は、3月になります。今年度最後のソフトバレーを行います。今年度最後のソフトバレーを行います。村民の方も是非子ども達と一緒に体を動かしまし



ニコニコ軽体操教室 12月の予定

日時：12月12日（金）と23日（火）
10:00～ 村公民館 体育室
※送迎も行いますのでお気軽にご連絡ください。



ニコニコ軽体操教室

～冬に向けて転倒予防運動～ 11月14日(金)



今年も赤かぶ、すんき漬けのシーズン到来！十一月十四日のニコニコ軽体操教室は、七名の方が参加され、テニスボール踏みや、棒体操を行いました。冬場の転倒予防にテニスボールを足裏でコロコロと転がし、足裏のアーチと呼ばれる三角型を刺激したり、足踏みの際には骨密度を高めるには納豆がいい！という話から、毎朝納豆をたべるよ！キムチと一緒に食べると美味しいよ！と納豆情報をいただきました。納豆の豆知識まだまだお待ちしております。

（文：集落支援員 小林正和）

12月のサークル・教室等の予定

サークル・教室	開催日	時間	場所
星林句会	17日(水)	13:30～ 15:30	村民ひろば
陶芸		冬季間はお休みします	
手芸	4日(木)	10:00～	学校図書館
卓球教室	毎週火曜日	18:30～ 20:30	体育室
ピラティス	3日・17日	10:00～	和室
	3日・17日	19:00～	
アートサークル	6日(土)	13:30～	洋間
パッチワーク		12月はお休みします	
太極拳	2日(火) 16日(火)	19:00～	和室
麻雀	20日(土)	10:00～	和室
和太鼓講座	10日(水) 18日(木)	19:00～	学校体育館
みんなのゆる活	20日(土)他	詳しく述べ	詳しくは、チラシをご覧ください。

令和8年 元旦ウォーキングのお知らせ

1月1日（祝・木）10:00～ 村公民館集合

新しい年、みんなで元気に歩きましょう！

歩いた後は、公民館で豚汁を食べたり、王滝カルタ取りなどの楽しい企画も予定しています。詳しくは12月15日の回状でお知らせします。

公民館 ☎48-2134



学校コミュニティーム「昭和100年展」 昭和時代の物を大募集！

小学生に見せたり、若者と語りあったり、大人達が懐かしくなり、昭和時代を思い出せる物がありましたら是非、王滝村公民館までご連絡ください。

1月から展示予定です。 公民館 ☎48-2134

第35回公民館まつり開催！ 11月1(土)～2日(日)

今年の公民館まつりは、2日間の展示と催し物、5日（水）は公民館長杯マレットゴルフ大会もあり、多くの方にご来場していただきました。盛大に開催されました。特に1日目は小学校の「笑楽祭ショートショー」が公民館のステージで開催され、例年以上に賑わいました。

2日目は、キッチンカーや飲食ブースの他、まほろば珈琲や中国茶試飲コーナー、健康麻雀、青空コンサートなどあり、普段、公民館に足を運ばない若い世代も多く参加していただき充実した内容になりました。



食の会の皆さん中心に準備開始



地域の方々の健康チェック



手芸ワークショップは大賑わい



見事な作品ができました



J.A. 女性部コーナーの新鮮野菜



白熱！ 健康麻雀！



大人気 御前崎物産販売



関電エネルギー教室



ショートショーは発表の場に



幼稚から大人までおもちゃの広場



村民マレットゴルフ大会

公民館に棚を設置していただきました

長野県立大学・松本大学・名古屋外国語大学の学生が公民館体育室で2日間にわたって協力して制作し公民館「村民ひろば」に寄贈してくれました。王滝村の近藤太郎さんが大学生と一緒に設置場所の選定やデザインを考えてくださいました。

11月9日（日）



わくわく人権みんなの樹業

今回の樹業では、「てぶくろ」というウクライナ民話を題材に「なかまって何？」をテーマに冬の寒い日におじいちゃんが落とした手袋に動物が次々と入ってきた時どういう風に仲間と接するか？を小学生と地域の方が話しました。「かわいそうだからいれてあげる。」という優しい言葉も…

10月31日（金）



- 投稿締切日 十二月の季題 「俳句」
- 投稿締切日 十二月十日(水)
- 十二月の季題 「師走」
- 十二月の季題 「師走」

午後一時三十分～



村民の皆さんからの俳句大募集

公民館及び星林句会では、皆さんからの俳句を募集いたします。併せて、星林句会への会員も募集しております。みなさん「五・七・五」の魅力を堪能しましょう！

一 朝夕に冷え込み増して木曾すんき
二 散歩道つるづめもどき目にとまり
三 焼き芋を頬で味わう園児見る
四 おんたけ湖あふるる錦秋惜む
五 いきなりの冬の気配や畠じまい
六 四季桜いきいきと咲き友の店
七 冬の日のデイサービスに暮れにけり

季題「晩秋」 提供 星林句会

