

2021年6月25日発行  
高浜公民館だよりNo. 54

今月の題字

# 陽だまり

湯谷<sup>区</sup>山本真緒

公民館講座

5/26・6/9・6/23(水)

## 平日昼間のヨガ教室



まちなか交流館の浅野容子さんを講師にお迎えして『平日昼間のヨガ教室』を開催しました。

明るい陽が差し込む和室をゆったりと使って、呼吸法や腰痛改善のポーズなどを教わりました。

「キツイ～」と、うっすら汗をかきながらポージング・・・でも終わる頃にはスッキリした顔で帰られる方でいっぱいでした。

高浜公民館“陽だまり”

TEL：72-7725 FAX：72-2879

〒919-2292 福井県大飯郡高浜町宮崎第86号23番地2

E-mail：[hidamari@town.takahama.fukui.jp](mailto:hidamari@town.takahama.fukui.jp)



## 6/12(土)親子でリズム



町内の子育てマイスターを講師に、擬態語に合わせて動物になりきったり、クラシックに合わせて新聞紙を破ったり、丸めたり・・・お母さんやお父さんと一緒にリズム遊びを楽しみました。

## 6/19(土) 夏のグリーンde 寄せ植え教室



丁字屋の盛次信子さんを講師として、夏に強いお花や植物を使って寄せ植え教室を行いました。

植え方、持ち帰ってからの水やり方法、置き場所なども丁寧に教えていただき、参加者からは「季節ごとの花を使ってまた植えたい。」「屋外で寄せ植えをすることができて、気持ち良かった。」と声をいただきました。

## 6/18(金)

## 防犯・交通安全教室



高浜交番所長から県内で起きた特殊詐欺について紹介があり、交通安全推進員から交通安全クイズを通して、防犯・交通安全について学びました。



## アンケート結果

5/22(土) 開催 碎導山城跡講演会  
若狭の山城—碎導山城を中心に—

アンケート結果は、QRコードから見るができます。➡

☆碎導山城跡保存会  
との共催講座☆





# 高浜地区 今月の一枚

池田 秀文

## 伝説の大岩『神宿る岩』



佐伎治神社裏の小山を120mほど登ったところに高さ約14m・周囲約40mの大岩があります。道中には案内立て札があり、1本道のため5分ほどで到着することができます。

白線で囲んだ範囲が大岩となっていて、写真以上に迫力ある大きさでした。

高浜地区の方でも知らない人がいるのでは・・・と思ったので今回取り上げさせていただきました。

QRコードでルート案内をカラーで見れます！！📱



## 5/29(土)聖火ランナー



5月29日(土)に海釣り公園～高浜長役場間で聖火リレーが行われ、高浜地区から2名がランナーを務められました。

- ・堀尾侑来 さん(中央区)
- ・田中 哲 さん(若宮区)

この日は天候にも恵まれ、元バレーボール日本代表の荻野正二さんから、堀尾さん(中央区)へ聖火リレーが行われると、田中さん(若宮区)は最終ランナーとして、役場前で大きく手を振り声援に応えておられました。





# 高浜公民館 講座予定

## 多肉植物寄せ植え教室



【日時】 7月10日(土) 13:30 ~ 15:00  
 【会場】 高浜公民館 1階 エントランスホール  
 【講師】 大角 由香里 さん(東三松)

【材料費】 500円  
 【定員】 10名  
 【申込】 必要



## 後瀬山城と城下町小浜について

☆碎導山城跡保存会

との共催講座☆

【日時】 7月11日(日) 13:30 ~ 15:00  
 【会場】 高浜公民館 2階 多目的ホール  
 【講師】 小浜市産業部 文化交流課  
 日本遺産・都市交流グループ  
 主幹 下仲 隆浩 さん

【参加費】 なし  
 【定員】 50名  
 【申込】 不要



## 虫除けスプレーと薬膳ピザ作り

☆青葉山麓研究所

との共催講座☆

【日時】 7月15日(木) 13:30 ~ 15:30  
 【会場】 高浜公民館 1階 調理室  
 【講師】 青葉山麓研究所 職員2名

【材料費】 500円  
 【定員】 10名  
 【申込】 必要



## ベビーマッサージ



【日時】 7月16日(金) 10:00 ~ 11:00  
 【会場】 高浜公民館 1階 和室1・2  
 【講師】 夜久 由香里 さん(東三松)  
 ・助産師 ・ベビーマッサージ認定講師

【参加費】 なし  
 【定員】 8組  
 【申込】 必要



各講座の申込み、詳細については高浜公民館(TEL:72-7725)までお問い合わせ下さい。  
 新型コロナウイルスの影響により、講座を延期、中止とすることがあります。あらかじめご了承ください。

## 高浜公民館行事スケジュール



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3 輪投げ
4	5 休館	6	7	8	9	10 多肉植物 寄せ植え教室
11 後瀬山城 と城下町小浜 について	12 休館	13 元気あっぷ 体操	14	15 虫よけスプレー とピザ作り	16 ベビー マッサージ	17 輪投げ
18 休館	19 休館	20	21	22	23	24
25	26 休館	27 元気あっぷ 体操	28	29	30	31

## 職員コラム

先月から『平日昼間のヨガ教室』が始まっています。いつもは夜に開催していたので、参加してくださるか心配でしたが、定員いっぱい申し込みがあり、緑の芝生が見える和室でゆったりと開催しています。

講師の先生の提案でしたが、いつもと違う日時や場所にすることで、また違った方の参加につながる新しい発見でした。

公民館講座はいろんな方に参加していただきたいと思っています。皆様のアイデアやご要望があればぜひお聞かせください。

たぶち