



# 宝木地区公民館だより

宝木地区公民館 作品展  
(令和3年11月29日から12月5日)

作品展に参加して  
ほろぎ書道教室  
和田 玲子

今や、毛筆書体など、色々なフォントがウェブ上にあります。熨斗袋・手紙・年賀状も簡単にきれいに作れます。しかし、個性的な筆文字の独特の質感は、ボールペンやマジックペンではなかなか得られないものです。

ことばが活字では表せないエネルギーを持ち、新鮮な感動が指先から筆に、そして紙に伝わり表現されることは、「書」ならではの魅力です。

現在は、創玄書道会の指導の基に、古典臨書、日常書、好きな文字や言葉を書いています。大作にも挑戦しました。「筆大きいなあ！」「墨含んだら重たいなあ」「緊張して歪みそう」「ドキドキの結果、なかなかの仕上がり。皆で書きあげた一枚。感動です。

ご興味がおありの方は、ぜひ見学においで下さい。

はてなクラブに参加して  
3年 杉原 聖奈

わたしは、毎月一回のはてなクラブを楽しみにしています。はてなクラブで思い出しているのは、ストリングアートと、こま作りと、ぶんぶんこま作りと、紙ひこうき大会です。

ストリングアートは、くぎと糸で、わたしが好きな気球の作品ができました。

こま作りと、ぶんぶんこま作りは、好きなもようを描いてまわしたら、もっとすてきなもようになりました。

紙ひこうき大会は、自分が作りたい紙ひこうきをいろいろ作るだけではなく、じっさいに体育館で飛ばしたりできました。

わたしが、ていあんしたぶんぶんこまをやってもらえて、うれしかったです。

横浜では、あまり地いきの行事にさんかできなかったけれど、宝木では、たくさん地

いきの行事に、さんかできて、よかったです。

いつも、公民館の方が、いろいろ考えて、用意をして、教えてくださり、ありがとうございます。ございました。

さいなら〜 また、来るで〜

## 環境視察に参加して

堀 一昭

昨年十一月二十五日、宝木地区公民館活動の一環として、「環境視察」に参加させていただきました。

今回は、太陽光と温泉熱を二次利用している施設の視察です。

太陽光発電は、家庭等でも多く目にする様になりましたが、鳥取県内にもそれらに携わっている機構がある様で、琴浦町国道脇の多数の風車を眺めながら、少し山側の北栄町の太陽光発電所の見学に行きました。

太陽光発電と農業を併用するシステムで、一万九千㎡、

四千二百枚のパネルを設置してあり、発電による売電とその下に、常緑キリン草が植え

てありました。キリン草はビル等の屋上緑化、法面緑化に使用され、ヒートアイランド現象の緩和や空調の省エネ効果、二酸化炭素削減・吸収の働きがあります。一つの農地で電気と農作物をつくる「営農型太陽光発電」という仕組みです。

仕組みです。



少し離れている所にある太陽光発電所にも行ってみました。ここには、パネルの下にシイタケの原木がズラリと立

て掛けられ、春には収穫できる様です。

横にはパネル発電を利用したシイタケ乾燥機も併設してあります。

耕作放棄地が増え、後継者問題を抱える農業ですが、地域の雇用を生み出し地域経済の活性化にも一役かっている様です。

次に向かったのは、東郷温泉を利用した発電でした。

高温の温泉熱を用いて熱交換によりタービンを回して発電するシステムだそうです。

思ったより小施設でしたが月一、二回のメンテナンスで無人でよいとのこと。余った温泉は、近くの国民宿舎水明荘等で使用され有効活用がなされていました。

最後に見学したのは、同じく鹿野温泉熱を利用してイチゴ栽培です。ハウスの中に温泉を引き、イチゴ苗の根元に定温の温泉がパイプの中を流れるようにしてあり、その熱でハウス内も温められ、

冬に必要な暖房設備は、ほぼ不要のことです。イチゴ栽培だけでなく、他の農作物にも利用できるかも!!



地球環境悪化を防ぐため、自動車工場・火力発電等、脱炭素が叫ばれてます。全体からすれば微々たるものでしょうがクリーンエネルギーをと、活動されている皆様の話を伺うことが出来、本当に良かったです。

今回は、小旅行気分での参加でしたが、充実した一日でした。そして、燕趙園横の「吉華」のお弁当、おいしかったです!!



## スマホ教室に参加して

高浜 和代

スマホを使うようになって何年か経ちますが、今だに戸惑うことが多く、「初心者向けのスマホ教室が、公民館でありますよ。」という知人の言葉に申し込んでみました。

初心者向けという事もあり、電源の入れ方から始まりました。音量・着信音の選び方など、基本の基本から丁寧に一つ一つ進んでいきました。



最後にフリーの質問タイムがあり、準備していたいくつ

かの質問に一对一で教えていただけました。そのころ、メールでの詐欺が話題になっていたので、対処方法を聞くことができ不安が解消されました。

どんな質問にも答えていただき、有意義な時間でした。ありがとうございました。

## 健康と向き合うひと時

### 出前ミニ健康講座

健康と向き合うひと時は、奇数月に宝木地区公民館で、偶数月に各集落への出前ミニ健康講座を開催しています。

十月には上光サロンで「椅子に座ってできる簡単な体操」、宝木ミニデイで「フレイル」について、講師を招いて開催しました。

参加された方の感想です。

・(上光) 昨年の十月、宝木地区公民館のご協力のもと、体を鍛える出前講座を開催。椅子に座って行う体操など気

軽に出来て心身がホッカリ。参加者は、お互い打ち解けて和やかに過ごすことができました。

・(上光) 十月のサロン会に、「健康と向き合うひと時」の出前講座があり、椅子に座ってできる体操を教えてくださいました。

八十才前後の方が多く、少し心配しましたが、皆さん楽しそうに体を動かされました。



・(宝木) 十月十五日、宝木ミニデイに宝木地区公民館より出前講座に来て頂きました。

講座内容は、今よく言われるようになったフレイルについての話でした。

年齢と共に知らず知らずのうちに体力が落ち心身の機能が低下して行く状態をフレイルというのですが、フレイルにならない様セルフケアがとても大切である事を話されました。

私の場合も、気がつきませんでした。八才を過ぎた頃から、フレイルの状態になっていたのではないかと思えます。

免疫力の低下があり、風邪が長びいて2度ばかり肺炎になりました。寝たきりにはなりませんでしたが、血痰が1年以上続きました。

講演で、フレイルになっても、セルフケアをすれば快復する事を知り、ホッとしました。これまで、一日のタンパク質の摂取量が少なかったのですが、今は食事一回に二十グラム以上になる様、心がけています。

# じげの 昔ばなし



フゴ(畚)下ろし

富吉 吉田 宏

(『フゴ』とは、藁で編んだ農作物を運ぶ入れ物です。)

終戦前、富吉集落の戸数は、26戸と宝木地区内で、最も少ない村でした。昔からの伝説、昔話などあまり伝わっていません。

戦後まもなく私が中学生で、子供会の会長をしていた頃、全員で「花火大会」「肝だめし」を計画していると、集落の長老から、『フゴ下ろし』の話を聞かされました。

今は、その杉の木は無いが、集落中央部メインストリート真横に、直径40センチメートル、高さ5メートルくらいで幹が切られ、枝が左右に広がった杉の木がありました。夜になり、子供がその木の

前を通る時、木の枝からフゴが下ろされ、それに子供を入れさらわれた。と聞きました。これは戦前の話と思われませんが、戦時中は話す人もなく、話すことすら出来ず、ようやく戦後自由になったことで話されたかと考えます。

さらわれた子どもは、その後どうなったか知る由もありませんが、これは悪い子は人さらいに狙われるとの子どもへの嫉(しやく)のためだったのだと思っています。

その場所は避けたくても、村には一本道しかありません。幼少のころ、この話を聞いていたら、さぞ恐怖心を抱いていたことでしょう



フゴ(畚)

## 子ども事業 スナップ写真



ぶんぶんごま作り



ちまき作り



ガーランド作り



ゲーム作り



紙飛行機作り



新聞で遊ぼう!

### 編集後記

下期もコロナの影響により、あまり事業を行うことが出来ませんでした。事業に参加して頂いた皆様からの原稿により、下期公民館だよりが出来ました。ご協力頂きました皆様に改めて感謝申し上げます。とともに、一刻も早くコロナが収束することを祈るばかりです。