



みんなでダンシング



多歌楽コーラス

宝木地区公民館 作品・活動展  
(令和4年10月21日～27日)

木地区  
宝地 公民館だより

作品・活動展に参加して

多歌楽コーラス  
富山 圭子

コロナ禍の中、今年も文化祭中止かな？と思っていた所 作品活動展で動画を撮って、ロビーでテレビ放映すると言 う連絡があり、大喜びでした。 初めての事と、久しぶりの 発表だった事もあり緊張しま した。

上手に出来たかな？と思っ ていると「コーラスのビデオ 見たよ」とか「頑張ってコー ラス続けているんだね!!」と か嬉しい声を聞く事が出来ま した。「継続は力なり」と言 いますが、続けてきてよかつ たと思いました。

私達『多歌楽コーラス』は、 細く長くをモットーに、練習 を重ねて来ました。思い起こ せば、『宝木小PTAコーラ ス』から始まり、二十数年が 過ぎようとしています。

現在はピアノの山家陽子先 生の指導の下、新しい曲にも

チャレンジして、元気にやっ ています。毎月第2と第4の 金曜日の夜、練習しています ので、歌の好きな方、私達と 一緒に唄ってみませんか。

作品・活動展に参加して

みんなでダンシング  
早稲田 僚子

宝木地区公民館の作品・活 動展で、サークルの発表や練 習風景をロビーのテレビで放 映することとで、その撮影 をして頂きました。

久しぶりに、本当に久しぶ りに、皆様に見て頂く事を目 標にする練習となりました。 ちよっとした緊張感の中、ド キドキしたり、ワクワクした り、ときには、心が折れそう なこともありましたが、ステ ップを覚え、曲調をつかみ、 一つ一つ積み重ねて発表に至 りました。

このタイミングで新しく2 名の方が加わり、賑やかにな って、更に仲良く打ち解ける



寄せ植え教室



陶芸教室



小物づくり教室



宝木地区まちづくり協議会



書道サークル



ほうぎ書道



はがき絵サークル



菊作りサークル



宝木ふれまち(ミニデイ・サロン)

### 宝木地区公民館 作品・活動展のようす

例年の宝木地区文化祭が中止となり、代替として「作品・活動展」が開催されました。

大会議室では公民館事業作品・サークル作品の展示・工作体験。また、ロビーではサークルの発表・練習風景等のテレビ放映を行いました。

十一月下旬。曇り空、コロナ対策が十分された中、久しぶりのバス旅行。車窓から見る紅葉や、今は無き山城に関する講師の河根さんの歴史講座に、気分はハイテンション

文化教室に参加して  
田中 京子

『みんなでダンシング』は、新しい方が増え、カッコ良く発表出来てフラボーな令和4年度でした。

事もできたと思います。わずかな練習時間でしたが、美しく素敵なダンスになったと自画自賛です。  
今回は、画面を通しての発表でしたが、直接見て頂き衣装の美しさやスカートさばきの音やステップの軽やかさをお伝えできる日を期待しています。何より、フォークダンスはみんなで一緒に楽しむ踊りです。手を繋ぎ、輪になり、笑顔で多くの方と踊れる日を心待ちにしています。

樹齢約九〇〇年のイチヨウや幹の周囲を三人で抱える大木、見あげてみると人間の命のはかなさも感じました。  
また、参拝中の地元の人へ「以前来た時は、本堂が今にも朽ち果てそうだった。檀家を持たない寺が今修復されているのはなぜか」等々の質問が出たりして、一人旅では経験できない、文化事業ならではの気付きもありました。  
次の『津山まなびの鉄道館』では、私が沿線に住んでいるので「いつもの風景では？」



になりました。  
最初に訪ねる奈義町の『菩提寺』の大イチョウは見事だろうと楽しみました。実物は期待を裏切らない大きさと紅葉。度肝を抜かれました。

と同行者に言われながら、転車台を中心に何台かの機関車を見学しました。また、駅舎内の切符売り場の再現には、幼い日切符もぎ遊びをした思い出に懐かしさを感じました。



他にも『衆楽園』散策、『山の駅』での食事にと、文化にふれた秋の一日でした。

### 健康と向き合うひととき

三二健康講座に参加して  
匿名 宝木の白うさぎ

宝木地区公民館でコロナ禍の中、さんびる社の簡単な体力測定に参加しました。(マスク着用)

昨年の12月26日宝木地区公民館の大会議室で、地区内の四十才から八十才前後の男女十数人でチャレンジしました。

私は、年を重ねて体力も落ち、心配しながらの挑戦でしたが、皆さん真剣に楽しく体を動かされていました。

そして次のような体力測定を行いました。

一、握力計を強く握りしめ計測。

二、椅子から立ち上がって座る回数。

三、片足立ち。(左右の足でバランス保持のタイム)

四、長座体前屈(壁に背中をつけて、足を伸ばして座り、どれだけ前屈できるか)

五、歩行能力。(5mを素早く歩く。③走らない)



体力測定に参加して、健康維持の為に毎日体を動かす三十分くらいラジオ体操をやってみるのもいいかなと思いました。



### こんにやく作り教室

野間 紀代美

今回のこんにやく作り教室は二回目だそうで、前回に参加された近所さんから持ち帰ったこんにやくをおすわけ頂き、その時のこんにやくがプルンプルンで、市販の物とは味も匂いも全然違いびっくりでした。

その時から、次にこんにやく作りの教室があったら絶対参加するぞと決めていました。今回は10名ぐらい参加されており、二回目という方がたくさんおられて人気の教室なんだなと思いました。



実際に作ってみると、かなり重労働というか、腕が筋肉痛になる程で、一人で作ってみようと思うレベルではなかったです。

講師の井伊先生は、こんにやく作りだけのお話ではなく、みその作り方や加工品の保存方法におやつなど・・・、いろんな事をお話しくださり、その時間も楽しくもって聞きたかったなと思いました。

また、井伊先生にお会いできるのを楽しみにしています。



# わくわく子ども事業

公民館では、毎月子ども事業を実施しています。



『羊毛フェルトで干支作り』に参加して

見生 夏希

私は友達と羊毛フェルトに参加しました。最初は上手に出来るか不安でしたが、やってみると楽しかったです。ここでは干支の兎を作りました。同じ兎でもみんな違ったものに見えておもしろかったです。私は耳や顔のバランスをがんばりました。口が難しかったです。これをきっかけに色々な羊毛フェルトに挑戦したいです。



根気強く何百回も、羊毛に針を刺しているところです。

羊毛フェルトで干支作り（12月）



羊毛フェルトとは、ふわふわの羊毛を特殊な針でチクチクと刺しながら固めて、自分の好きな形を作ることが出来る手芸です。羊毛の特徴を活かしたほっこりふんわりとした『うさぎ』が完成しました。



ビニールと竹ひごを使い、低学年から高学年まで比較的簡単に作れるビニール凧を作りました。



旧正月大会  
凧作り（1月）



**編集後記**  
「今回も多くの方の協力を得て、宝木地区公民館だよりを発行できたことに感謝申し上げます。公民館では、コロナ禍で制限を強いられる中、様々な事業に取り組んでいます。何かの機会に、公民館事業に参加して頂けたら幸いです。」



クリスマスリース作り（12月）



2色の折り紙を同じ形に折り、8枚を組み合わせてリースを完成させました。