

中央公民館だより

そうぞうながと

発行 | 長門市中央公民館運営協議会 広報担当

TEL | 0837-23-1181 FAX | 0837-22-3648

5月

2020年

中央公民館広報紙

No.153



湯本温泉街がリニューアル

600年の歴史を刻む県内有数の湯本温泉街が、リニューアルオープンしました。

全国温泉地ランキングトップ10を目標に、様々な取り組みや整備が行われ、県内外に向けた魅力ある温泉街を目指しています。

「おいでませ湯本」おもてなしの心を大切に、湯本の活性化に期待します。

♪楽しく運動を♪ キッズエクササイズ「3B体操」

受講生募集

3B体操は3つのB「ボール」「ベル」「ベルタ」という道具を運動の助けとしながら全ての動きを音楽に合わせて行う集団体操です。運動の苦手なお子様にも最適です。

日本3B体操協会の公認指導者である吉岡先生のもと体力測定や縄跳びなどいつも楽しく行っています。

【開催日時】 毎月第1第3土曜日

午前9時30分から11時まで

(5月第3週頃から開催予定)

【対象】 年長から小学6年生まで

【参加費】 1回あたり500円

※道具が必要な場合は1000円で借りられます。
※年度初めに保険料800円が別途必要です。



♪音楽に合わせて♪ 「親子でリトミック」募集

リトミックは音楽に合わせて体を動かし感情を表現することで素直に感動する豊かな心を養います。

國光先生のもとピアノなどの音楽に合わせて楽しく体を動かしています。

【開催日時】

毎月第1第3水曜日

毎月第2第4水曜日

午前10時の部 午前11時の部

(5月の4週目から開催予定)

※受講者数により第2第4水曜日は

開催しない可能性があります。

【対象】 概ね1歳6か月以上から4歳まで

【参加費】 1回あたり300円

※来られた際に窓口でお支払いください。



野菜ソムリエ、旬食材の豆知識

こんにちは、野菜ソムリエの佐藤です。

毎月、季節の旬の食材の食べ方や栄養のお話をお知らせしていきます。

今月のおすすめの野菜は

「玉ねぎ」です。



【特徴】 今や料理に欠かせない野菜ですが、日本に導入されたのは明治時代と比較的新しい野菜です。保存技術により通年店頭に並びますが、春は新玉ねぎが出回ります。

【栄養素】 辛味成分の硫化アリルは疲労回復、動脈硬化予防

【選び方】 新玉ねぎは全体に張りがあっても。ブヨブヨしたものは傷んでいるかもしれません。冷気が直接当たらないよう袋に包んで野菜室か冷暗所で保存しましょう。

【ワンポイント】 新玉ねぎは生食でも食べやすく、炒めるととても甘いです。色々な料理で食べたいですね。

私が目利きした野菜・果物が盛りだくさんのお店ができました。「LaLaフラン」フジ長門店の1階にあります。どうぞこ来店下さいね。

【佐藤 顕吾】

ジュニア野菜ソムリエ
趣味の世界の食べ歩きを
更新中



地域と学校の連携・協働が大切

☆「ながとみすぐ学園」構想とは

長門市では、各中学校区を5つに分け、地域とともにある小中一貫教育を重視した「長門市すぐ学園」に取り組んでいます。

☆「地域協育ネット」とは

未来を担う子どもたちの豊かな成長を支えるためには、地域総がかりで子どもたちの育ちや学びに関わる必要があります。

学校・家庭・地域の三者が一体となつて、目標を共有し子どもたちの育ちに関わることで、大人も成長し、地域の絆を深める地域づくりにもつながっていきます。

☆地域とともにある学校づくり

子どもたちが、地域の多様な人とながりにながら活動を共にすることで、地域の出来事を広く知ること興味湧いてくるでしょう。

子どもたちが学校内だけでなく、地域の伝統行事やイベントの担い手として参加する取り組みを、学校と地域が連携して進めていくことが重要です。

長門市では、地域と学校をつなぐコーディネーターの役割を公民館が担っています。



深川スポーツ振興会

総会中止で文書決議に

4月に開催を予定していた「令和2年度深川スポーツ振興会総会」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止し、今年度においては書面表決にて各議案を審議していただくことにしました。

また、5月開催予定の「第42回壮年婦人ソフトボール大会」も中止とします。

深川スポーツ振興会の活動には、地域のスポーツ振興を図り、親睦と健康増進を資するといふ目的があります。今の感染拡大状況が落ち着き、地域の皆様が健康で安全にスポーツを楽しめる日が早く来ることを望みます。

* 令和2年度深川スポーツ振興会行事予定 *

- ★5/18(月)～22日(金) 第42回壮年婦人ソフトボール大会【中止】
 - ★6/28(日) 第2回パター・de・ビンゴ大会
 - ★7/11(土) 第2回ボウリング大会
 - ★8/2(日) 第60回地区対抗ソフトボール大会
 - ★8/17(月) 第29回グラウンド・ゴルフ大会
 - ★10/18(日) 第40回深川地区体育祭
 - ★11/22(日) 第15回健康ウォーキング
 - ★12/20(日) 第32回ふれあいスポーツ駅伝大会
- ※開催日は諸事情により変更となる場合があります。

簡単にできる「手作りマスク」紹介 「キルトサークルゆう」が協力

新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、使い捨てマスクの入手が困難な状況が続いています。市内の販売店においても、品切れとなっており、まだまだこうした状況が続くようで、不安を感じている方が多く見受けられます。

こうした状況を踏まえて、ほっちやテレビで、家庭でも簡単に作成できる手作りマスクの作り方を紹介することになり、公民館で毎週活動している団体「キルトサークルゆう」が撮影協力しました。

ガーゼ生地、マスク用のゴムひもなどがあれば誰でも簡単に作ることができ、使い捨てマスクとは違い、洗濯して繰り返し使うことができます。メリットがあります。



取材を受ける「キルトサークルゆう」



完成した手作りマスク

伝えたい「ふるさと深川」シリーズ 109

湯本温泉 「恩湯」の歴史

令和2年3月18日、新しくなった湯本温泉の「恩湯」がオープンになった。

約600年前に湯本温泉は住吉大明神が授けたことを裏付けるように、湯本中心部の湯源は、今も大寧寺に所属している。

湯本温泉の起源は、室町時代中期に遡る。大寧寺略史によれば応永34年（一四二七）、大寧寺の住職定庵殊禅（じょうあんしゅぜん）と師弟関係を結んだ下関市一の宮の住吉明神が、そのお礼に温泉を授けたとされている。

湯本温泉には、浴場が二つに分かれ、昔は上の湯「礼湯（れいとう）」を武士や僧侶、下の湯恩湯（おんとう）を一般の人達が使った。今回礼湯は、廃止・解体され、湯本温泉周辺は大変貌を遂げた。

湯本温泉は山口県下でも古い歴史がある。

私は、「恩湯」温泉が若い頃から大好きで日々入浴している。新しくなった恩湯の湯殿の奥に、今回発見された源泉が湧き出る岩盤の上に、住吉大明神像が安置。しめ縄が掲げられ其処には古い歴史と文化の香りがする。

山口県地方史学会理事 藤井文則



昭和初期撮影



平成25年撮影



令和2年撮影

我が家の宝子



おおはし こうせい
大橋 煌生くん(3歳) 亀山区

大橋 茂・知子さんの長男として

平成28年12月28日に誕生。

プラレールやシンカリオンが好きで線路をつなげて新幹線を走らせて遊ぶのが好きです。いつも元気をくれてありがとう。健康で元気に成長して行ってね。

今月のうた

山茶花クラブ

雪解風山の目覚めを誘ひけり



市庁舎の六時のチャイム日脚伸ぶ

長谷川典子

春風にほぐす夫の背杖二本

中原 清

長門短歌会

国民に自粛の声は届くのか
個々の自覚で未来が変わる

窪田 佳子

代償は大きかったね片足を失い
猫は飼った猫となる

前田 由美

嫁ぐ日に母に残した文ひとつ
宝石箱に収めし亡母よ

小林美由紀

深川地区の人口

世帯数 6,060

男 性 5,937

女 性 6,859

計 12,796

(R2年4月1日現在)

中央公民館 5月の行事予定

13日(水) 青少年育成市民会議

深川支部 理事会・総会【中止】

18日(月)～22日(金)

第42回壮年婦人

ソフトボール大会【中止】

※公民館運営協議会

理事会・総会【中止】

編集後記

「公民館が、再び休館に！」

新型コロナウイルス感染症拡大により緊急事態宣言の対象地域が、全国に拡大され、再度、公民館が休館となりました。▼5月の大型連休で人の移動を最小限に防ぐ目的があるようです。▼山口県内においても、感染者がじわじわと増えていきます。▼「私たち一人ひとりに、何が出来るのか」を考え、感染防止を実行に移していくことが大切です。▼自分を守り、社会を守り、大切な人を守りましょう。