

公民館だより

川合公民館報
令和8年3月号
TEL 65-5170



一年間を振り返って

川合公民館長 古橋喜徳

「家におるとじっとしとることが多いけど、公民館へ来ると汗が流せるし、みんなと一緒にええ運動ができた」と玄関口で話される高齢女性の声が聞こえてきました。健康教室を終えた方たちはどの方も満足そうな笑顔いっぱいでした。

公民館との関りができたので、「公民館ではどんなことをやっているんだろう」と思うと同時に「まず自分が公民館活動に参加をし、体験することが一番」だと考えてほとんどの活動や講座・教室に参加をさせていただきました。

一年間を通して感じたことは次のようなことです。

公民館活動は「心と体と頭の健康づくり」の場であり、まさしく「生涯教育の場」だという事を実感として感じました。参加をすればするほど新たな発見や学びがあり、こうした活動が川合公民館だけでなく日本中の公民館でも同じように営まれていると思うと「法」のすごさを改めて感心させられました。

さらには、参加された方と顔見知りとなり日常の挨拶だけでなく世間話に花が咲くなど他人とのつながりが生れてくることも経験しました。公民館に足を運ぶことが新たな生きがいづくりにつながることを知ることもできました。

「ふれあい夏祭り」時の「郡上踊り」ではお父さん・お母さん・そして保育園児や小学生だけでなく中学生・高校生の人たちも一緒になって踊る姿に圧倒されました。若い人たちのエネルギーを肌で感じることができましたし、三世代の人たちが共に楽しめる「ふれあい夏祭り」は川合公民館独特の特色ある行事であることが分かりました。

年間を通して取り組まれた公民館活動や講座・教室を振り返って成果と課題を明確にしていくことや川合地域に住んでいる方の声を広く聞くことが大事なことだと考えています。そして、さらなるレベルアップや幅広い世代が参加できるように工夫していくことがより魅力ある公民館活動につながるだろうと考えています。

最後になりますが、今年度の公民館活動がスムーズに実施できて多くの皆様に喜んでいただいたのは、自治会や地区長様を始め、関係機関の多くの方や中学生ボランティアの皆さんなどのご理解とご協力があったおかげだと思っています。本当にありがとうございました。



《楽しいレクリエーション》

日時 **3月17日(火)** 午後 1:30~2:30
場所 **川合ふれあい会館**

毎年好評の社協のレクリエーションです。無料でどなたでも参加していただけます。今年は何をやってくれるでしょうか？ お楽しみに!!



《川合ふれあい作品展》

おかげさまでステキな作品をたくさんの方に見ていただけました。来年もまた、地域の方から情報を集めて、皆さんに喜んでいただける作品展を開催できたらと思います。よろしくお願ひします。



《腸活&筋力UP講座 参加者の声》

~1月28日、川合ふれあい会館において『腸活&筋力UP講座』が行われました。腸内環境を整える食材や腸に悪い影響を与える食品添加物のお話を聞いた後、筋力をつける体操をしました。講座に参加した方々の感想をお聞きしました。~

♪ 甘いものも辛い物も大好きでおいしく食べているけど、もう一步踏み込んで考えて買い物をしたいと思います。

♪ 「おいしく食べられれば何でもいいや」という考えで、よほど色の強い物や怪しい物以外はなんでも食べていましたが、今日を機に裏の表示も見ようと思います。娘も20歳以上になってしまい、もう少し考えてあげたらよかったなと思いました。

♪ ストレッチを無理のない程度で続けていきたいと強く感じました。ほんの少しやっただけで太ももの裏がプルプルしています。



ありがとうございました！