

2021年10月1日



大井中央

公民館だより 10月号



ふじみ野市立大井中央公民館(大井郷土資料館内) ☎049-261-0648 NO.174

◇安全なサークル活動をするために新型コロナウイルス感染防止対策の徹底を継続しましょう！

◇コロナウイルスに感染しない、させない！をもっとうに十分な安全対策をして活動しましょう！

11月の大井寄席のチケットを販売のご案内！！

11月の大井寄席のチケットを次のとおり販売します。

11月の寄席は **金原亭 馬久** さんが初出演します。皆さまのお越しをお待ちしております。

- ◆日 時 11月19日(金) 午後2時30分開演(開場:午後2時)
- ◆会 場 大井総合福祉センター4階 多目的ホール ※元大井中央公民館の裏側です。
- ◆前売り券 500円 ※前売り券のみの販売 予約もお受けしません。
- ◆販売場所 大井中央公民館事務所(大井郷土資料館内)
- ◆販売期間 10月19日(火)から11月18日(木)まで
- ◆販売時間 午前9時から午後5時まで(月曜日は休館)
- ◆定 員 20名



※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、当日券の販売はしませんので、予め前売り券をご購入ください。予約販売もお受けしません。

※必ずマスクの着用(マウスシールド、フェイスシールドは不可)をお願いします。マスク未着用の場合は、入場をお断りします(チケットの払戻はありません。)

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、中止になる場合があります。

◎2月の出演予定は **春風亭 一蔵** さんです。お楽しみください。

令和3年度『人権講座』を開催します！！

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じた会場を設営し、大井総合支所 1階 災害対策室で「人権講座」を開催します。

「人権講座」は、現代社会における、大きな社会問題になっている人権をめぐる諸問題の解決に向けて、市民対象の情報発信と普及啓発を行うことを目的とし開催するものです。

この機会に、是非、ご参加ください。

- ★ 今年度のテーマ 「いまさら聞けないSNS」～SNSってなに？そのリスクと社会的責任～
- ★ 講 師 木村 智博 弁護士
- ★ 開催日時 11月17日(水) 午後1時30分から午後3時まで
- ★ 定 員 12人 ※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、12人までの入室となります。
- ★ 対 象 市内在住者のみ(年齢は不問 ※未成年者の場合、保護者の同意が必要です。)
- ★ 参加費 無 料
- ★ 申込期間 10月26日(火)から11月12日(金)まで
- ★ 申込方法 電 話 ※受付時間午前9時から午後5時まで(月曜休館) 先着順となります。
- ★ 申 込 先 大井中央公民館(大井郷土資料館内) ☎049-261-0648





令和3年度「趣味講座」を開催します！！

8月21日（土）に開催予定でした「趣味講座」について、開催時期を延期し改めて開催しますので、是非、ご参加ください。

「趣味講座」は、子どもから大人まで、幅広く趣味につながる講座を開催するとともに、共通の趣味を通じた仲間づくりや、サークル活動に向けた支援を行うことを目的として開催するものです。

- ★ 今年度のテーマ 紙のステンドグラスアート 親子で「ローズウィンドウ」を作ってみよう！！
- ★ 講師 スタジオまるり 伊藤 万里子 先生
- ★ 開催日時 11月27日（土）午後1時30分から午後3時30分まで
- ★ 会場 大井総合支所 1階 災害対策室
- ★ 定員 5組10名まで※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、10名までの入室となります。
- ★ 対象 小学1年生から小学3年生及び保護者（市内在住、在学）
- ★ 参加費 無料
- ★ 申込期間 11月12日（金）から11月19日（金）まで
- ★ 申込方法 電話 ※受付時間午前9時から午後5時まで（月曜休館） 先着順となります。
- ★ 申込先 大井中央公民館（大井郷土資料館内） ☎049-261-0648



令和3年度「子どもの城」を開催しました！！

9月11日（土）、今年度3回目の「子どもの城」を開催しました。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、小学校の夏休み期間が8月31日まで延長となり、9月1日から分散登校など感染防止対策をとりながらの登校開始となりました。

「子どもの城」の開催も危ぶまれましたが、各教室の感染防止対策を徹底することにより、事故、トラブルなく無事に開催することができました。「子どもの城」も8月は夏休みとなり、1ヶ月ぶりに子ども達と会うこととなりましたが、みんなが元気に参加してくれ安心しました。

今後、「子どもの城」は開催をしていく予定ですが、体調が優れない、不安に感じた場合などは、無理をせず、個々の体調に併せた参加をお願いします。また、家族内に感染者、濃厚接触者（疑い含む）となった場合は、安全が確認されるまで参加はしないでください。

☆「子どもの城」作品展示会計画のお知らせ

「子どもの城」で学んだことを、作品展示会という形で発表会の開催について、計画中です。

詳しいことが決まりましたら、保護者あてにご案内をさせていただく予定です。
※新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、開催できない場合があります。



昭和100年大学 暮らしの生活学部二学科 を開催しました！！

○暮らし学科

9月14日（火）、今年度2回目の講座を開催しました。

今回は、『断捨離のすすめ』をテーマに、平成元年度にもお世話になりました やましたひでこ公認断捨離トレーナー 新井 みづゑ 先生を講師にお招きし開催しました。



ところで、『断捨離』って何？？ヨガの断行、捨行、離行からきているもので、執着を断って捨てて、離れるという行法哲学を生活に落とし込んだものということでした。家庭で使わず眠っているもの、使わずもったいないから大事に保管しているもの、物に限らず必要がないものは断捨離して身軽にし、生活の節約術に役立てることを学びました。受講生も思い当たるものが



あった様で、なるほどと熱心に受講しましたが、実際、行動に移すことができるかがカギとなりそうです。

また、このコロナ禍、外出する機会が減り、部屋で過ごすことも増えていることもあり、この機会を利用し、思い切って断捨離に取り組んでみてください。

○生活の知識学科

9月30日(木)、今年度3回目の講座を開催しました。

くらしの生活学部でお馴染みとなった、カイエー薬局グループこま薬局の薬剤師と管理栄養士に講師をお願いし開催しました。『食材による認知症予防』をテーマにご講義をいただきました。

前半は、薬剤師による認知症の予防について、体の健康と脳の健康、もの忘れと認知症の違い、日頃の注意点など学び、受講生の皆さんには漢字イラストクイズ、文字絵が何を表しているのか、他、頭の回転トレーニングなど脳トレをしていただきました。自己評価はいかがでしたか？

後半は、本題の食材による認知症予防について、管理栄養士にご講義をいただきました。まずは、買い物クイズによる脳トレ、受講生の皆さんにはチラシから使う食材を見つけ、買い物計算と記憶力テストをしていただきました。皆さん、できましたか？



続いて、生活習慣病、脂と油の違い、皆さんにはトランス脂肪酸の匂いを体験していただきました。

飽和脂肪酸、トランス脂肪酸など常温で固まる脂を摂りすぎると、血液がドロドロになりやすく、認知症との関連が深いこと、反面、オメガ脂肪酸など血液をサラサラにしてくれる働きのある脂肪酸があり、脂肪酸には種類があることなどお話をいただきました。他に塩分とどこに注意したらいいのかなど、血管、血流と認知症について学ぶことができました。料理する時は、彩、盛り付け、食事の記録をするなどやってみてください。

You Tube で動画配信中！！

大井中央公民館では、公民館利用サークル団体などの皆さんのご協力により制作した動画を YouTube で配信中です。

趣味講座(陶芸、ちぎり絵、絵手紙、ヨガ、リズム体操など)、公民館建替えによるメッセージなど配信しています。趣味のヒントや健康管理にお役立てください。

配信は、インターネット環境にあるパソコン、スマートフォン、タブレットなどで視聴できます。



URL:https://www.youtube.com/channel/UCRQLfw1W_R4COiKXHM027ng/videos

※YouTube のサイトで、大井中央公民館で検索していただいても視聴できます。

こちら、大井中央公民館のホームページからも入れます。

URL:<https://www.city.fujimino.saitama.jp/soshikiichiran/oichuokominkan/jigyogakari/7565.html>

※インターネット環境により、通信料の負担(自己負担)が発生します。

令和3年度大井中央公民館主催事業の開催方法についてお知らせ



今年度においても、新型コロナウイルス感染状況は終息することはなくデルタ株など新たな変異種が出現し、より強い感染力が危惧されている状態となっています。

こうした中、今年度も、開催場所の安全対策を講じるとともに開催するイベントの利用人数制限、内容の縮小などできる限りの対策を行い、少しでも開催できるように努めているところです。制限(条件)により参加できなかった方もいらっしゃる中ですが、一人でも感染者を出さないよう参加者及びそのご家族、周囲の方達の健康と安全を守るため、やむなく制限等させていただいているものですので、ご理解、ご協力のほどお願いいたします。また、体調等考慮し、ご無理のない参加をお願いします。



☆三 緊急事態宣言の解除後の分館利用の制限について ☆三

緊急事態宣言が10月1日（金）から解除になったところですが、今後の感染拡大を鑑み、施設利用制限の緩和につきましては、次のとおり段階を踏んでの利用とします。

利用者の皆様にはおかれましては、ご理解、ご協力をいただきますようお願いいたします。

次のことについて、厳守した利用をお願いします。

★延長期間 10月1日（金）から10月24日（日）※予定 まで

★開館時間 午前9時から午後9時まで

※今後の感染状況により変更になる場合があります。



★継続するもの

◎必ず自宅で検温をしてきてください。37.5度以上若しくは平熱プラス1度以上の発熱がある場合は、入館をお断りします。

◎必ずマスクを着用（マウス及びフェイスシールドは不可）してください。マスクの着用がない場合の入館はできません。

◎基本ガイドラインを厳守してください。

（十分な換気、消毒、人との距離を最低1m以上空けるなど）

★活動制限のあるもの

◎館内での飲食（水分補給は除く）については、引き続き禁止となります。

◎カラオケ活動は、引き続き禁止となります。



【分館利用受付案内】

☆分館の利用手続き等について（※予約システムの利用はできません。）

- ・分館登録していない団体は、ご利用できません。
- ・分館登録されていない場合は、大井中央公民館（大井郷土資料館内）で手続きをしてください。
- ・すでに分館登録をされている団体は、令和3年度の更新手続きは必要ありません。既存の分館利用券をそのままお使いいただけます。（※代表者等が変更となった場合は、変更手続きをお願いします。）
- ・利用申込方法は、各分館によって異なります。詳しくは、大井中央公民館にお問い合わせください。
- ・施設利用許可証及び使用料納付後、利用者側の事情でキャンセルした場合は、使用料の返金はできませんのでご注意ください。

※分館のご利用を考えている方で、分館登録をされていない場合は、大井中央公民館事務所（大井郷土資料館内（大井図書館））で登録手続きをお願いします。



新型、変異型コロナウイルスの感染に注意！！

手洗い、うがい、マスクの着用、小まめな消毒、換気などを継続し、「密閉」「密集」「密接」の3つの密を回避しながら、健康と安全が確保できる工夫した活動をしていきましょう。

涼しくなり、これから乾燥する季節になります。十分な換気と小まめな水分補給をして、風邪や脱水症などにかからないようにしましょう。

体調管理には、くれぐれもご注意ください。

