

第124号

発行日 令和5年3月15日
 発行 相模原市立陽光台公民館
 住所 相模原市中央区陽光台5-6-1
 電話 042-755-3451
 陽光台の人口と世帯
 (令和5年1月1日現在)
 人口 9,946人
 世帯数 4,273世帯



<http://www.sagamihara-kng.ed.jp/kouminkan/youkoudai-k>



ようこうだい

陽光台公民館初のカーリング教室

陽光台公民館体育部主催の初事業「カーリング教室」が12月24日(土)に銀河アリーナの早朝時間を貸切り開催されました。



初めてでも大丈夫!

本来、カーリングは片方の靴底が滑りやすい素材で出来ている専用シューズを履いて行いますが、今回はゴム底の靴を履き簡易的にスライダーと呼ばれる滑りやすい板を片足に敷きます。

この装備でリンクの縁につかまりながら歩く練習ですが、これがなかなか難しく慣れるまでかなりかかります。

テレビで見ているとカーリングは平らなリンクで行う競技と思われませんが、実は専用の道具を使って水をまき氷の表面を適度に粗して凹凸ができています。

ストーンを投げた後ブラシでこすって摩擦をおこし、表面を溶かしながらストーンの滑りを調整し、約40メートル先にあるハウスを目指す技です。

このような説明を受けたあと、いざストーンを投げる練習です。カーリングストーンの重さは20キ

ロあり、重心をおとして片足を滑らせながら投げるあのポーズです。普段使わない筋肉を使うので当然バランスを崩し、体幹が鍛えられる感じがし

ます。ストーンのハンドル部分を回しながら手を離しますが、時計回りに回転させると右側に曲がり、反対側に回転させると左側に曲がります。すぐにコツをつかんで投げる人、毎回転んでしまおう人と様々でしたが、講師の方の丁寧な指導により参加者全員なんとかストーンを投げる事ができていました。



ブラシを使ってポーズの練習

簡単なミニゲームを行って、時間となつてしまいましたが、なかなか体験できないカーリングに参加者からはまた参加してみたいとの多くの声が聞かれました。

文化部 陽光台寄席

ほつり・ゆつたり！笑いの泉

1月22日(日)文化部主催による「陽光台寄席」が開催されました。

演目は、新進気鋭の落語家柳家吉緑さんによる正統派の落語4話を中心に、女流講師宝井小琴さんの講談、ミスターTKさんのマジックという密度の濃いプログラムでした。最近人気の寄席とあって高い前評判でしたが、コロナ禍に配慮して聴衆は40名に限定されたこともあり多数のキャンセル待ちというなかで来場に恵まれた皆さんは、歯切れのよい巧みな話術に引き込まれ、身も心も温まるリラックステキな幸せなひと時を過ごしました。



天国ってのは、あのよ(世)~

「笑いは免疫力の素」ともいわれる通り、人々の健康を支える大切な栄養素です。このようなイベントに、より多くの地域の人が参加できる日の近いことが望まれます。

文化部 歴史講座

大河ドラマ「鎌倉殿の13人」が最終

回となる12月18日(日)郷土史家の木村弘樹さんを迎えて歴史講座が開催されました。テーマは「鎌倉時代を駆け抜けた英雄達」で、講座の後半からライブ配信も加わり参加出来なかつた方にも講座を映像により発信することが出来ました。14名の参加者は木村さんの熱い語りにより耳を傾けていました。



熱い語りに耳を傾け

用意された資料は木村さんの手作りりで、武家の家系図や武士が活躍した本拠地を示す地図など参加者に見やすい構成となっており、理解が深まったとの声も上がりました。更に資料には、木村さん自身が足を運ばれて撮られた武家の館跡、石碑などの写真も多くあり、郷土の歴史への関心を深めていました。参加者から「相模の地から多くの武士が全国に広がって移り住み、その地で代々栄えた者、没落した者がいた史実は意外でした」との声も出ていました。最後の講座のまとめで、相模の国

の鎌倉時代末期から15世紀後半に活躍した北条早雲が登場するまでは良好な資料が無く、謎の時代と研究心を大いに高める締めくくりで、本講座全体を参加者、視聴者とともに理解を深めていました。

体育部 スリッパ卓球

体育部主催のスリッパ卓球大会が

1月29日(日)公民館大会議室で開催されました。参加者は1チーム3人の老若男女混成9チームに編成し対抗で試合しました。卓球のラケット半分位のスリッパなので最初はうまく当たらず、珍プレー、好プレーの続出。段々慣れてきて後半にはラリーが続くようになり激戦の試合もありました。



慣れてくると

- | |
|---------|
| 【大会結果】 |
| 1位 いろいろ |
| 2位 みちや |
| 3位 だいら |
| 4位 いろいろ |
| 5位 かわさき |
| 6位 くら |
| 7位 くら |
| 8位 くら |
| 9位 くら |



1位 いろいろ

青少年部 大人気！缶バッチを作ろう

12月17日(土)青少年部主催の《チャレンジスクール》が大会議室で開催されました。キャンセル待ちが出る程の人気で小学生20名が集まりました。相模原弥栄高校美術科の先生2名と女子生徒4名がサポートしてくれて、4つのグループに分かれて色鉛筆や絵の具で絵を描いたり、色を混ぜて重ね塗りをしたり、手型や足型をアトにしてみました。

り、とても楽しそうでした。絵の具が乾くの待つ間に部屋を移動して、缶バッチの大ききの台紙に好きな絵を描いて、バッチを作る機械にセットしたら自分でのバッチが完成です。次に乾いた絵の好きな部分を切り取って作った2つの目のバッチは、絵の具の模様が全体に広がってまるで宇宙のように美しいものが多かったです。機械の補助をしてくれていた先生から「きれいだね、写真撮ってもいい？」とほめられて嬉しそうにはにかんだ笑顔がたくさん見られました。



世界に一つのバッチ作り

松葉町自治会

1月8日(日)楠の大樹が中央に座すひまわり公園で、松葉町の《どんど焼き》が催されました。この陽光台では1月の第2日曜日は雨降らずの特異日、今日も暖かな陽射しに包まれて気持ちよいどんど焼き日和となりました。脇に飾られた子供たちの書いた絵が朝の陽光を背に受けて輝いていました。人々はそれぞれに年始のご挨拶をして、受付に持ち込まれた松飾り等は分解され、三基並べられた縦割りのドラム缶に入れられます。点火とともに勢いよく炎が立ち上り、無病息災、町内安全をお祈りしました。



虹ヶ丘自治会連合

本年も新年恒例行事の「どんど焼き」が1月8日(日)ふれあい広場に虹ヶ丘自治会(6・7丁目自治会)と陽光台5丁目自治会の合同で行われました。今年もコロナの影響を受けて、お餅を焼いて食べる事は出来ませんでした。御神酒や飲み物、お菓子などが振舞われ、ご近所の方々が次々に家に飾ってあった松飾りやしめ縄など縁起物を持ち寄り五穀豊穡、商売繁盛、家内安全、無病息災を願い、お焚き上げをしました。皆様が久しぶりに顔を合わせ挨拶やお話に花を咲かせているところを見てとてもほっこりしました。



女性講座 ミニア女性向けセミナー

陽光台在住、在勤、在学の女性を対象とした事業「女性講座」が令和4年9月20日(火)〜12月6日(火)の期間で開催されました。

- 1回目 シニアのためのメイクアップ教室 (123号掲載済)
- 2回目 終活写真撮る。
- 3回目 終活を学びながら仲間づくりをする。
- 4回目 クリスマスリースを作ろう!



Part4 クリスマスリースを作ろう



Part3 終活って何?



Part2 自分の終活・終活写真に挑戦

新春初詣ウォーキング
前日からの久しぶりの恵みの雨は一休み、1月15日(日)陽光台地区健康づくり普及事業の《出雲大社相模分祠と秦野湧水群への初詣ウォーキング》が開催されました。
参加者はスタッフを含めて17名で、夫婦で参加、健康のために参加、大社が近場にあることを知らなかったことからの参加など、目的は違いますが、参加者から「満足でした」との声が聞こえてきました。
公民館を午前8時に出発し、秦野駅で降り、大社まで2か所の湧水群に寄りながら歩きまわりました。大社では、自由時間を設け、参拝をしたり、おみくじやお土産物などを買いました。大社内の「龍蛇神泉水」の湧水は特に美味しく、参加者は持参したペットボトルに採水していました。ランチは取れませんが、用意されたお菓子、バナナは、疲れた体をととても優しくほぐしてくれました。
普及員の方の綿密な企画準備によって、ゆとりがあっても程よい疲れで予定通りウォーキングが終了したことに、参加者全員が感謝していました。



お知らせ

※年間事業予定、各事業の詳細については、今後発行される公民館だよりやホームページをご覧ください。

《令和5年度 陽光台公民館4月～7月事業予定》

☆健康づくり普及員事業

月	文化部	体育部	青少年部	広報部	事務局 その他
4					専門部委嘱式 (12・13日)
5		スローピッチソフト ボール大会 (21日)	親子で工作 (未定)		☆ゲームで愉しく (17日) 利用団体協議会定期総会 (27日)
6	ヒップホップ ダンス講座 (25日)	ペタンク講習会&春 季ペタンク大会 (3日)		館報 125号 (15日)	第1回運営協議会 (9日) ☆癒しと健康 (21日)
7	環境講座 (未定)	ファミリーバドミ ントン大会 (9日)	社会見学 (未定)		☆3033 運動 (19日) スタディールーム開放

体育部事業

スローピッチソフトボール大会


日時：5月21日(日) 午前8時～
【実行委員会】 日時：4月15日(土) 午後7時～
場所：陽光台公民館 コミュニティー室
※ルール確認等を行いますので、代表者・監督のご出席を
お願いします。

ファミリーバドミントン楽しむ会

日時：毎月第2・4日曜日 午後1時～3時
場所：陽光台小学校体育館※3/26、4/9は開催しません。

利用団体協議会定期総会

日時：5月27日(土)
午前10時～
場所：陽光台公民館 大会議室
内容：年間行事他



◇おめでとうございます◇ 令和4年度 神奈川県青少年育成活動推進者表彰 ◎安田 京子さん
令和4年度 相模原市公民館連絡協議会表彰 ◎渡邊 剛夫さん

長年にわたり活動された功労を
たたえ、表彰状が送られました。

編集後記

広報部の新人として、公民館事業に参加し、取材を通して多くの貴重な体験をしました。本紙面を使って感謝申し上げます。

◎館報「ようこうだい」を手にとって読んで頂いた読者に。
◎コロナ禍の中、各事業に参加された方・講師・専門部員・職員の方に。
◎館報の使命である取材を記事にする本来の方針を一貫して通された編集委員の方に。

館報「ようこうだい」が地域の方々の繋がりに少しでも役に立つ媒体として、これからも皆様と共に歩んで行けることを切に願っています。

(日笠 宏)

ホームページリニューアルのお知らせ

2月から新しい画面になりました。パソコンだけではなく、スマートフォンからもご覧いただけます。また、館報もホームページではカラーで掲載され、過去の館報を見ることが出来ます。

検索方法…アドレスバーに1面のURLを入力するか、スマートフォンでQRコードを読み取れば陽光台公民館ホームページが見られます。

公民館カレンダー

図書室開室時間◆10:00～17:00

※ 図書整理日休室 毎月第2木曜日

蔵書点検休室 4/12～16日・18日

□ 図書室休室日 } 印刷機使用不可

■ 公民館休館日

3月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

4月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	9	10	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

5月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

6月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	