

いわみ学園・生涯学習講座：受講者募集



記念コンサート出演

アコースティックギター界の巨匠  
岡崎倫典さん

いちのみや社会大学  
いわみ学園  
卒業式・閉講式

3月7日(土)

13時30分～卒業式・閉講式

14時00分～記念コンサート

会場：いちのぴあ（一宮市民協働センター）

申込不要

※コンサートはどなたでもご参加いただけますが、いわみ学園生以外の方は当日500円の入場料が必要です。

※記念コンサートの前に執り行う式典の都合で、開催時間が前後することがあります。

【問い合わせ先】一宮生涯学習事務所 TEL 72-2330

1月に雪で中止になった講座を再募集！  
下半身をメインに実施します。  
みんなで体を元気にしていきましょう！

豊かに生きるための  
健康体操教室  
【下半身編】

3月15日(日) 13時30分～

会場：いちのぴあ（一宮市民協働センター）

託児の利用ができます。  
希望される方は申込の際にお伝えください。

健康体操教室の  
申込フォーム▶



【問い合わせ先】一宮生涯学習事務所 TEL 72-2330

講師 | 健生会のみなさん  
参加費 | 無料  
持ち物 | 飲み物、フェイスタオル1枚  
定員 | 20名  
申込締切 | 3月8日  
申込方法 | 窓口・電話・申込用フォーム

銀粘土を使った  
アクセサリー作り  
教室

3月21日(土) 13時30分～(2時間程度)

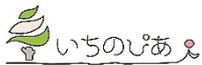
会場：一宮生涯学習の館（旧センターいちのみや）

講師 | 銀粘土技能インストラクター <sup>くるむろ</sup>包夢路英子 さん  
参加対象 | 小学5年生以上（小学生は保護者同伴）  
参加費 | 2,590円（材料代・受講料込み）  
持ち物 | 新聞紙、汚れてもよい服装（エプロンなど）  
定員 | 15名（最小催行人数10名）  
申込締切 | 3月14日  
申込方法 | 窓口・電話・申込用フォーム

【問い合わせ先】一宮生涯学習事務所 TEL 72-2330

▲アクセサリー作り  
教室の申込フォーム

※最少催行人数に満  
たない場合、本教室は  
中止となることがあ  
ります。



令和8年  
2月号  
【発行】  
………  
宍粟市一宮市民局  
まちづくり推進課  
生涯学習係  
一宮生涯学習事務所  
(いちのぴあ内)  
TEL 72-2330  
FAX 72-1596  
宍粟市一宮町安積  
1347-3

【休館日】  
………  
2月23日  
(天皇誕生日)  
3月20日  
(春分の日)



**【大学1月講座】 1月17日（土）**

**内容：「上方落語とお囃子」**

**演者：笑福亭喬若さん、桂小文三さん、岡野鏡さん**

笑福亭喬若さん、桂小文三さん、岡野鏡さんにお越しいただき、落語と生のお囃子を聞かせていただきました。まずは、桂小文三さんの「転失気（てんしき）」の後、笑福亭喬若さんが「時うどん」を披露され、どちらも会場が笑いに包まれました。その後、笛の笑福亭喬若さん、太鼓の桂小文三さん、三味線の岡野鏡さんそれぞれにより、お囃子に使われる楽器の紹介と生演奏が披露され、トリは笑福亭喬若さんの「替り目」で締めくくられました。近年は新春初笑いとして、いろいろな落語家にお越しいただくことが多いですが、生のお囃子をしていただくことは初めてで、例年とは一味違った講座となりました。



笑福亭喬若さん



桂小文三さん



笑福亭喬若さん



3人で演奏される様子



岡野鏡さん



**【大学院1月講座】 1月29日（木）**

**内容：「味噌づくり」**

**講師：宍粟市管理栄養士 山内千裕さん、藤原いずみさん**



大豆をつぶす様子



しっかり混ぜる様子

宍粟市管理栄養士の山内千裕さんと藤原いずみさんに、味噌作りを指導していただきました。12月の大学講座で山陽盃酒造株式会社の壺阪さんに発酵に関する講座をしていただいております。今回の講座は発酵を実体験する場となりました。

事前準備で十分に吸水し、柔らかく炊きあがった大豆を使用し、大豆の形が残らないように体重をかけて、しっかり手のひらでつぶす作業から講座が始まりました。粒がなくなるころ講師から「あと3分頑張りましょう」との一声があり、終了したときには「3分って意外と長いね」といわみ学園生のホッとした表情が印象的でした。豆をきれいにつぶした後は、米麴とあら塩をすり合わせた塩切り麴と大豆をしっかりと混ぜ合わせ、チャック付き保存袋に入れ、しっかり空気を抜いて成型し、参加者各々のオリジナル味噌が完成しました。

これからは各家庭に持ち帰り、1ヶ月に1度くらい状態を確認しながら寝かします。約1年後、皆さんの食卓に手作り味噌の料理が並ぶのが楽しみですね。

## 豊かに生きるための健康体操教室【上半身編】

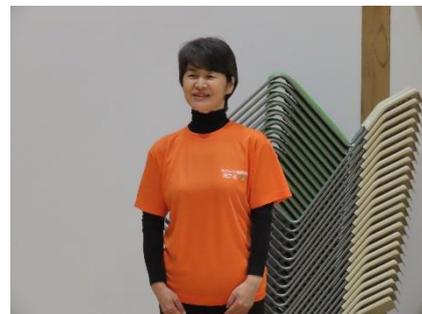
1月14日、健生会の西岡卓子さんと長谷川元子さんに体操を教えてくださいました。今回は首や肩など、上半身を中心に体操を行いました。体重約50kgの人の頭の重さと同じくらいの重石を用意していただき、最初に頭の重さを感じました。片手で持ち上げようと挑戦された方が多かったのですが、持ち上げることができない方も多くあり、両手で持っても「重い」と感じる頭の重さに、「これが頭の上に乗っているんか。首こりや肩こりが起こるはずやわ・・・」と体感してから講座に入りました。

はじめは1人で首や肩を伸ばし、腰を緩める作業を行った後、2人1組になりお互いの肘や肩を持ちながら、体を伸ばしていきました。

講座修了後は、「なんか体がスッキリした気がする」「腕が上がるようになったわ～」と、皆さん、体の変化を実感された様子でした。



西岡卓子さん



長谷川元子さん



### お知らせ

雪のために中止した下半身編は3月15日に振替えて実施します。詳しくは本紙1ページをご覧ください。

### お知らせ

## 「いちのぴあ」と「生涯学習の館」の施設予約がパソコン・スマホからできるようになります

令和8年4月から『宍粟市公共施設予約システム』がスタートします。

家や外出先からでも施設の空き状況の確認や予約ができるため、申込み手続きのための事前の来館が不要となります。また、キャッシュレス決済の導入により、クレジットカード払いやQRコード決済もできるようになります。

なお、施設の空き状況はどなたでも見ることはできますが、予約をするためにはシステムの「利用者登録」が必要となります。利用者登録を行うと他の市内の公共施設の予約も行えるようになりますので、公共施設を利用される方は、ぜひ予約システムをご活用ください。



公共施設予約システムはこちら

※3月末までは、利用者登録のみ行うことができます。

#### 【4月から予約ができる施設】

いちのぴあ・一宮生涯学習の館、宍粟防災センター、はがてらす・はがてらす工房、ライブリーちくさ

#### 【空き状況の確認ができる施設】※予約は直接施設で行ってください。

山崎スポーツセンター、生涯学習センター学遊館、各小中学校（体育館、運動場など）、夢公園・せせらぎ公園・城の子公園・かみかわ緑地公園・中広瀬多目的広場（ほか）

#### 【利用できない施設】※空き確認・予約は直接施設で行ってください。

スポニックパーク一宮、B&G 波賀・メイプルスタジアム、山崎文化会館（ほか）



**【開館時間】**

月曜～金曜：9時～19時  
土曜・日曜：9時～17時

**【休館日】**

2月23日（天皇誕生日）  
2月28日（館内整理日）



**新着図書紹介**

書名	著者	件名
しっぽのカルテ	村山由佳	小説
ひとり旅日和 花開く！	秋川滝美	小説
海蝶 沈黙のヨダ	吉川英梨	小説
暁星	湊かなえ	小説
ジャスティス・マン	佐藤厚志	小説
オーロラが見られなくても	近藤史恵	小説
武門の商船 おれは一万石 <sup>®</sup>	千野隆司	文庫
コンビニ兄弟 5	町田その子	文庫
割に合わないことをやりなさい	小玉 歩	人生訓
クラフトフルネス	SHOWKO	休息法
昭和絶滅危惧職業の人々	秋山真志	職業
人生100年時代の冷えとり大全120	川嶋 朗	健康
畑で使える！有機資材とことん活用術	和田義弥	農業
ゴルフスイング大全	中井 学	ゴルフ

**特別整理（閉館）のお知らせ**

◆宍粟市立図書館は、  
2月28日（土）～3月6日（金）の間、  
蔵書点検・整理のため、閉館します。  
返却ポストは利用できます。

◆一宮・波賀・千種の図書室は通常どおり開いています。

2月14日（土）～2月27日（金）

**貸出期間：3週間**

**貸出冊数：10冊**

に変更します。



**移動図書館 ～ささゆり号～**

読みたい本があれば、事前にご連絡ください。当日に受け取ることができます。

【2月の運行日】  
**2月21日(土)**



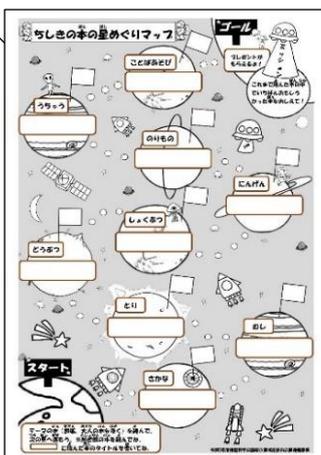
【3月の運行日】  
**3月21日(土)**



悪天候などでやむを得ず中止する場合は、  
しーたん放送にてお知らせします。

**ちしきの本の星めぐりマップ**

播磨科学公園都市圏域定住自立圏



さまざまな分野の本を楽しく読み進められるよう、読んだ本のタイトルを書き込めるマップを配布しています。

9種類のテーマの本(図鑑、大人の本をのぞく)を読んで、カウンターでハンコを押してもらおう！  
ゴールするとプレゼントがもらえるよ♡  
※図書館の本を読んでね。

テーマ  
にんげん



『人類の進化大百科』  
更科 功/監修  
川崎悟司/絵  
偕成社/出版社

テーマ  
ことばあそび



『あそびうたするもの このゆびとまれ』  
中脇初枝/編  
ひろせべに/絵  
福音館書店/出版社

配布場所：宍粟市、たつの市、上郡町、佐用町の図書館、図書室

など、いろいろな本を読んでみよう！