

青 黄 赤

いわみ学園9月講座

9月14日(木)に、いわみ学園9月講座を行いました。講師に、兵庫県警察本部交通部交通企画課スタウス隊の2名と、宍粟警察署交通課交通総務係の木南泰治さんに、「高齢者のための交通安全教室」と題して、講演していただきました。信号機の表示は左から「青・黄・赤」の順になっています。赤はとても重要な色です。万が一、木の枝などの障害物があっても隠れずに確認ができる位置についているそうです。近年、全体の交通事故は減少傾向にありますが、高齢ドライバーによる事故は増加しているそうです。そこで今回は、歩行者事故・ドライバー事故を防止するポイントを、モニターを使い実際に体験しました。ドライバー体験では、「普段運転をしていても、慣れない車の運転は感覚を掴むのが難しくなる。」と、車の操作の難しさを実感されているようでした。講師の方々からは、「早めのライト点灯と、『かもしれない』運転を心がけ速度を守って運転しましょう。歩行者の方の心得として、①止まる。②見る。③待つ。があります。見た『つもり』はとても危険です。しっかり『右・左・右』と、安全確認をするという目的で見ましょう。また、夜間の外出時は、反射材のついた服や、明るい色の服装を心がけましょう。」と教えてくださいました。みなさんにとって身近な話題なので真剣に聴いておられました。これからは日の暮れが早くなっていくので、十分注意をし、事故のないよう心がけていきたいですね。



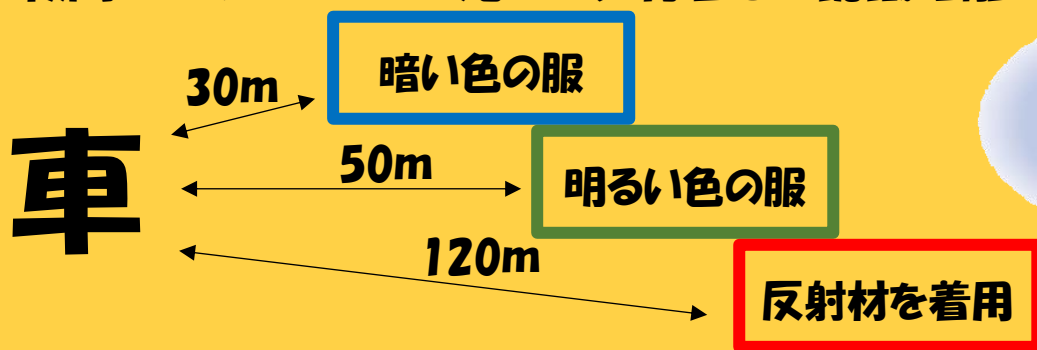
スタウス隊とは…

高齢者交通安全教育隊といい、英語にすると(Safety Traffic Unit for Senior citizen)。頭文字をとってスタウスと言います。スタウス隊は、平成12年から活動されています。



宍粟警察署交通課交通総務係 木南 泰治さん

夜間のドライバーから見える歩行者との認識距離



いわみ学園大学院 9月講座

9月28日(木)にいわみ学園大学院 9月講座を行いました。講師に、宍粟市市民協働課 スポーツ推進係 管理指導員の前田裕作さんをお招きし、「からだの貯筋をしましょう!」と題して講演をしていただきました。まず一人2個のテニスボールを持ち、ボールをお尻の下に敷いたり、足の裏でコロコロ転がしたりしました。ボールに座ったときに痛いところがあるのは「コリ」だそう、毎日少しずつ痛いところを重点的にしていくと痛みが軽減してくるそうです。そして、痛くない人でも1日数分するだけで疲労回復につながります。椅子につかまりボールの上で足踏みしたり、かかと・つま先とボールを転がすと、足腰の筋力トレーニングや体幹も鍛えられると言っておられました。体の付け根部分には、たくさんのリンパや血管が集まっているのでそこをほぐせば、血行が良くなります。家でテレビを見たりしながら、少しの時間でできるので、いわみ学園のみなさんは、「これええなあ。」「すぐできるし家でやってみよう!」と喜んでおられました。



後半は、4人一組が円になり「1・2・3・4…」と数えながらボールを右に回し、左で受け取る動作をしました。3の倍数で反対回りを10回しました。頭では分かっているけど体がついていかず、手元にたくさんのボールが集まっている人もいました。最後は16人一組で2の倍数で反対回りを20回しました。人数が多くなればなるほど難しいようで、みなさん混乱しながらも一生懸命、頭と手を動かしていました。



11月9日(木) いわみ学園大学院講座

鶉野平和祈念の碑苑保存会 上谷 昭夫さん

演題 「大空に散った若者たち」 10:00~11:30



鶉野は、加西市にある旧日本海軍の飛行場跡で、かつては姫路特攻隊(白鷺隊)の拠点になっていた場所です。終戦までに63名の尊い命が失われました。飛行場跡は今も、当時の原型をほぼ保ったまま保存されています。上谷さんは、平成5年に姫路特攻隊について調べ始められましたが、戦後資料や、写真などはほとんど焼けてしまっていました。そこで地元の方や、当時の体験をされた方に話を聞くなどし、当時の状態を明らかにされました。「鶉野平和祈念の碑」を中心となり作られました。そこには姫路特攻隊として散っていった21機63名の名前が刻まれています。上谷さんは生きていうちに戦争を知っているものが、今後も語り継いでいかなければならないと活動をおられます。

※鶉野(うずらの) ※白鷺(はくろ)

一宮生涯学習事務所からのお知らせ

第43回いちのみや美術作品展



11月3日(祝)

9:00～15:30

スポニックパーク一宮体育館

一宮文化協会主催

写真は、第42回いちのみや美術作品展の様子です。

お茶席のご案内

場所 スポニックパーク一宮 体育館1階フロア

時間 9:00～14:30 **料金** 300円

どなたでも、お気軽にお立ち寄りください。



センターいちのみや図書室からのお知らせ

2017年
標語

読書週間 10月27日(金)～11月9日(木)

『本に恋する季節です!』

秋の夜長。読書を楽しんでみませんか?

ぜひ図書室へお越しください。恋する1冊が見つかるかも…

◆◆おねがい◆◆

図書室の本の貸出期間は**2週間**です。他に利用される方のためにも、
返却期限を守っていただきますようお願いいたします。



【新着図書紹介】

書名	著者名	書名	著者名
むーさんの自転車	ねじめ正一	人間万里寒翁馬	海江田万里
さらさら流る	柚木麻子	江戸のベストセラー	清丸恵三郎
マスカレード・ナイト	東野圭吾	鳥類学者だからって鳥が好きだと思うなよ。	川上和人
本日も教官なり	小野寺史宜	相模武士団	関 幸彦
おクジラさま	佐々木芽生	女塾	田淵久美子
「お湯だけ洗い」であなたの肌がよみがえる	高橋洋子	エコラフト1巻(5m)でちっちゃなごを作しましょ	桑折智美
プログラミング教育がよくわかる本	石戸奈々子	調味料1:1で作れる毎日ごはん	重信初江
エコツーリズムこころ踊る里山の旅	犬井 正	大原千鶴の簡単・絶品おつまみ帖	大原千鶴



【移動図書館 ~ささゆい号~】

【えほんのじかん】

11月18日(土) / 12月16日(土)

※毎月第3土曜日

場所	神戸学童	三方げんき学童	センター繁盛
時間	9時15分~ 9時45分	10時10分~ 10時40分	11時~ 15時

運行状況により、予定時間が前後することがあります。
事前に読みたい本などをご連絡くだされば、当日お待ちいたします。お気軽にご相談ください。

電話 72-0090 FAX 72-0541

日時: 10月28日(土)

午前10時30分~11時

場所: センターいちのみや

お子さんを対象とした絵本の読みきかせをします!

申し込みはいりませんが、時間に遅れないようお越しください。



【休館日】月曜日・祝日

※月曜日が祝日の場合は、翌火曜日も休館となります。

◆ 開館時間 ◆

《 図書室 》
9:00~17:00
《 貸 館 》
9:00~22:00

※先月号の10月のカレンダー(休館日)に間違いがありましたので、今月で訂正しております。

【発行】

宍粟市教育委員会
社会教育文化財課
一宮生涯学習事務所
TEL 72-2330
FAX 72-0541

宍粟市一宮町東市場 387-9
(センターいちのみや内)

