

# 生涯学習しター

平成30年 10 月号

☆掲載記事

- 1P しそう波賀城観月会
- 2P 第7回かえで学園
- 3P 波賀生推協講演会\*行事予定
- 4P 波賀文化創造センター「図書室だより」



【発行】 宍粟市教育委員会 社会教育文化財課 波賀生涯学習事務所 宍粟市波賀町上野 235 番地 TEL75-2241/FAX75-2981



(波賀太鼓クラブの勇壮な太鼓の響き)



し  
そ  
う  
波  
賀  
城

## 観月会

9月22日(土)

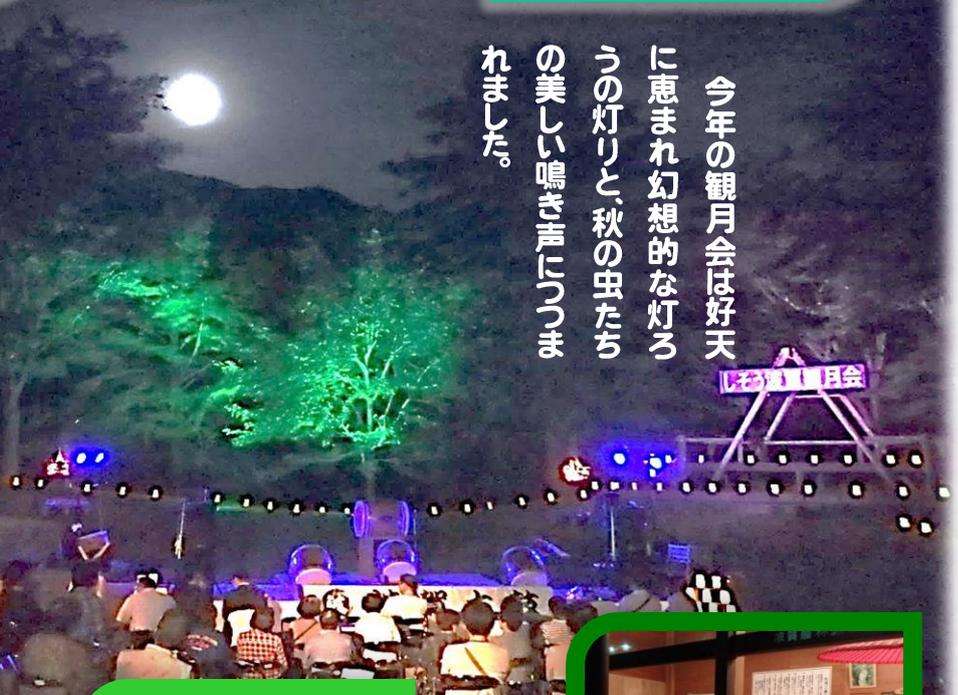


(タロー&ヨーコさんの素敵な音楽)

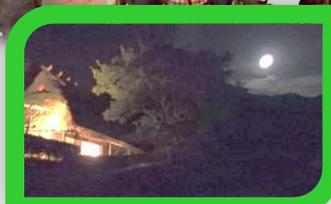


今年の観月会は好天に恵まれ幻想的な灯ろうの灯りと秋の虫たちの美しい鳴き声につつまれました。

午後7時過ぎに早くも十三夜の月が波賀城の上に顔をのぞかせ会場の雰囲気は一層盛りあがりしました。きつこみ来場のみなさまはこの幻想的な光景と素敵な演奏やお茶席に心酔され、秋の風情を満喫されたことでしょう。



(灯ろうのかもし出す幽玄な空間)



(古民家もライトアップ)



(裏千家露の会の趣あるお点前)

第7回講座「デンマーク体操と落語で心も体もリフレッシュ」

講師：福島 利華さん

元気ニコニコ友の会理事長  
デンマーク体操公認指導員  
笑い療法士



学園生も  
元気ニコニコ友の会会員？！



本庶さんと言えば今はだれも知らない人はないでしょうね。ノーベル医学生理学賞を受賞した、時の人です。この人の功績は、新たながん治療の道を開いたことにあります。その治療法はと言えば免疫療法。この理論をもとに開発された「オプジーボ」という薬は多くの人の命を救っています。

薬ではないけれど、笑いも免疫力を上げ、がんにも効果があると言われていています。今回の講師、福島利華さんが落語やデンマーク体操を通して一貫して訴えられたことは、笑いの大切さについてではないでしょうか。落語を聞いて笑い、体操をしながらも苦しい顔をせず笑顔で行う。まさに笑いは健康のもとなのです。

指や活舌の運動、椅子に座って童謡を歌いながらの運動などなど。せっかくですから今後も継続実践し、笑顔で元気に楽しい生活を送りたいものですね。



「笑ってなんぼ 明るくてなんぼ  
元気でなんぼ 楽しんでなんぼ  
感謝してなんぼ 負けるな  
ファイト！ オー！」

～アンケートより



- ・落語も体操もとても楽しかったです。福島先生のパワフルな指導でリフレッシュできました。
- ・落語を久しぶりに聞きました。自分の事を言われているようで笑いながら身につまされました。帰ったらもう少し優しくしましょうか。がらりと変わって生活の質を落とさないように、指の運動や足腰の筋肉をつける、そして活舌運動。最後は思い出す脳を使い歌を歌いながら体を動かす体操をし汗が出ました。心も体も軽やかにになりました。
- ・自分の体は自分で守る事をわかり易く話してくださいました。1つずつからやっていきたいと思えます。ありがとうございました。
- ・飾り気の無いそのままの姿で元気一杯でとても良かったです。参考に生きていきたいと思えます。

波賀生涯学習講座

【講師】石原優人さん



～誰もが生きやすい社会をめざして～

「僕は父親になった」

～性同一性障がいの父とその家族～

石原さんが「今がメチャメチャ幸せだ！」と言われるまでのご苦労やそれを乗り越えていく生き方にはみなさんの心を打つものがありました。あらためて、お互いの生き方を認めあうことが大切だと実感された方も多かったようです。子育て支援センターのスタッフや託児ボランティアさんにも協力頂きあたたかい雰囲気での講演会でした。

10/11(木)  
メイプル福祉センター





【講師】  
加藤 智子さん  
元地域おこし協力隊  
波賀町野尻在住



夜の講演会にもかかわらずたくさんの方の参加でした。若い加藤さんの前向きな地域づくりの話に、皆さん感心しながら聞き入っておられました。

爽やかな加藤さんのファンが又増えた夜でした。



# 勢いある地域づくりを始めて

〜 宍粟の地域おこしに関わって〜



アンケートより

- ・宍粟市のために、宍粟市出身でない加藤さんが、こんなにたくさんアイデアを提示していただいたことに感謝します。関係人口の話はとても興味深かったです。
- ・宍粟市の認知度の低さにびっくりしている。地域づくり、村おこしを始める勇気が私には欠けている。『自ら行動すること』会社人間を卒業したこともあり、来年は何かをスタートしたいと思った。
- ・見知らぬ地域に移住し、しっかりと根を張って宍粟市、波賀町をよく見つけ理解されすぎおもうと思う。遂に宍粟市。波賀町の良さを教えてもらった気がする。
- ・いつも元気で笑顔がとても素敵ですね。パワーをもらいます。この田舎波賀町にもパワーを頂きたい。そのお手伝いができれば、波賀住民も一緒にできることを共に頑張りたいと思います。

## 第45回 波賀文化のつどい 平成30年11月10日(土)~11日(日)

今年も「波賀文化のつどい」の季節がやってまいりました。ステージ発表あり、フロア展示あり、競技あり、お茶席ありと盛りだくさんです。多数のみなさまのご来場・ご鑑賞をお待ちしています。

- \*展示の部 波賀B&G海洋センター  
10日(土) 午前9時~午後10時・11日(日) 午前9時~午後4時
- \*演技の部 市民センター波賀 11日(日) 午前9時~午後4時
- \*競技の部 (将棋) 市民センター波賀 (囲碁) 有賀ふれあいサロン  
11日(日) 午前9時~午後4時
- \*お茶席 波賀市民局 11日(日) 午前10時~150名まで 1席200円



波賀生涯学習推進協議会  
『ともに生きる地域づくり講演会』  
とき:11月1日(木)午後7時30分~  
ところ:市民センター波賀 ホール  
=演題=  
だれもが暮らしやすい世の中をめざして  
~心を開く爆笑コミュニケーション術~  
=講師=

やまさん (山崎 清治さん)  
社会教育プログラムプロデューサー

たくさんの方の参加をお待ちしています

- 10月
- 20日(土) お母さん文庫/文  
パソコン教室/文
  - 24日(水) かえで学園書道教室/セ
  - 26日(金) キッズ英会話/ひまわりの家  
英会話教室/セ
  - 27日(土) 移動図書館あおぞら文庫/波賀町内  
パソコン教室/文
- 11月
- 2日(金) かえで学園「オカリナクラブ」/セ  
キッズ英会話/ひまわりの家  
英会話教室/セ
  - 4日(日) かえで学園第8回講座  
波賀中学校文化祭聴講
  - 7日(水) 移動図書館あおぞら文庫(学校巡回)

### 行事予定

- 11月
- 10日(土) 第45回波賀文化のつどい  
【展示の部】/波賀B&G海洋センター
  - 11日(日) 第45回波賀文化のつどい  
【展示の部】/波賀B&G海洋センター  
【演技の部】/セ  
【競技の部】/文・波賀ふれあいサロン
  - 16日(金) キッズ英会話/ひまわりの家  
英会話教室/セ
  - 17日(土) パソコン教室「10・11・12月講座」/文  
お母さん文庫/文
  - 20日(火) かえで学園「茶道クラブ」/セ
  - 24日(土) パソコン教室「10・11・12月講座」/文  
移動図書館あおぞら文庫(波賀町内)
  - 30日(金) キッズ英会話/ひまわりの家  
英会話教室/セ

# 図書室だより

TEL 75-3688

新  
着  
図  
書  
の  
ご  
紹  
介

書名	著者名	出版社
愛なき世界	三浦 しをん	中央公論新社
悪魔と呼ばれた男	神永 学	講談社
思い出が消えないうちに	川口 俊和	サンマーク出版
影ぞ恋しき	葉室 麟	文藝春秋
下町ロケット ヤタガラス	池井戸 潤	小学館
スケルトン・キー	道尾 秀介	KADOKAWA
地球星人	村田 沙耶香	新潮社
特捜投資家	永瀬 隼介	ダイヤモンド社
向日葵のある台所	秋川 滝美	KADOKAWA
星をつなぐ手	村山 早紀	PHP 研究所
見る力 アガワ流介護入門	阿川 佐和子	文藝春秋
月を見てパンを焼く	塚本 久美	カンゼン
一生困らない 女子のための「手に職」図鑑	華井 由利奈	光文社
自分で直せば断然お得！身のまわりの修理の教科書	西沢 正和	PHP 研究所
その症状、すぐ病院に行くべき？行く必要なし？	山中 克郎	CCCメディアハウス
動物デッサンテクニック	岡本 泰子	誠文堂新光社
子ども写真の撮り方	椎名 トモミ	日本実業出版社

## 今月の展示テーマ

10月22日は図鑑の日  
調べて・見て楽しい図鑑

『世界「鳥の卵」図鑑』  
『紳士靴図鑑』  
『鳴き声から調べる野鳥図鑑』  
『江戸奇品図鑑』  
『世界の美しいサメ図鑑』  
『バラ図鑑300』  
『ときめく和菓子図鑑』 など

※ /は休館日です。

### ◆波賀文化創造センター 9月利用者数◆



開館日数 24日  
入館者数 600人  
本を借りた人 237人  
(あおぞら文庫含む)  
借りた冊数 594冊  
(うち児童書数 262冊)

### ◆開館日のお知らせ◆

10月

日	月	火	水	木	金	土
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

11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

【開館時間】 午前9時から午後5時まで

【休館日】 月曜日 (月曜日が祝日の場合は翌日の火曜日も)・国民の祝日・年末年始 (12月28日~1月4日)