



メイプル

波賀の生涯学習活動の様子をみなさんにお届けします

生涯学習レター

7 令和5年
月号

【発行】波賀市民局まちづくり推進課 波賀生涯学習事務所 〒671-4221 兵庫県波賀町上野 235 TEL 75-2241/FAX 75-2981



おかあさん
ぶんこ

『七夕のつどい』

7月1日(土) 波賀文化創造センター

7月のお母さん文庫では、「七夕のつどい」を開催しました。紙芝居を楽しんだ後は色とりどりの七夕飾りと、将来のことや趣味・特技の上達、健康などの願い事を短冊に書いて、最後にみんなで大きな笹に飾りつけしました。飾り付けされた笹は同センターでしばらくのあいだ展示します。皆さんの願い事が叶いますように。

(次回は9月2日(土)の予定です)



.....

☀ 夏休みは『波賀文化創造センター』へ!

木の図書館



7月20日～8月31日まで(開館時間内)

- 森の生きものがしチャレンジ
- 謎解きに挑戦
- 観月会に飾る「灯ろう」の絵付け
- 「ありがとうの木」に花を咲かせよう※

そのほか夏休みの課題に向けた図書を揃えています。読書感想文や自由研究などにご活用ください。

※波賀文化創造センター図書室と貸館業務は、令和6年4月から(仮称)波賀市民協働センターへ移ります。思い出やメッセージなどを書いて「ありがとうの木」に花を咲かせてください。

子どもたちが楽しみにしている夏休みがやってきました。波賀文化創造センターでは夏にぴったりのイベントを開催します。また、図書室では課題図書や暑さ対策、「ひやっ」とする小説などいろいろな本もあります。ぜひ波賀文化創造センターへお越しください。

開館時間：午前9時～午後5時(8月5日は20時まで)
(月曜・祝日は休館日のためイベントは開催していません)

夕涼み会

8月5日(土) 午後6時～8時



- 夜のお話会
- 星空観察
- モルック体験
(フィンランド発祥のスポーツ) など

詳しくは別紙の「夕涼み会」チラシをご覧ください。図書の貸出もできます。



— 6月8日（木）市民センター波賀 —

『安全のお話と演奏』

お話：**宍粟警察署**

演奏：**兵庫県警察音楽隊**



第2回講座は2部構成で実施しました。第1部「安全教室」は、宍粟警察署の3名の方々から、交通事故の現状や未然防止策を歩行者と運転者の両面からご指導いただきました。また、かえで学園生の皆さんが参加体験をとおして、高齢運転者の盲点を体感する場面もありました。さらに、特殊化する巧妙な詐欺被害を具体的な手口でお示しいただき、身の回りに迫っている詐欺についての急迫な情勢をご教示いただきました。

第2部は県警音楽隊とカラーガード隊「ホップス」の皆さんで、聖者の行進・マツケンサンバ・特殊詐欺被害防止啓発ソングなど多彩な演奏と軽快なパフォーマンスで、視覚聴覚両面で心ウキウキわくわくの時間を過ごすことができました。受講生の皆さんからも、「どの曲も懐かしく心が癒されました。カラーガード隊の皆さんからは、パワーをいっぱいいただきました。」など、大盛況で終えることができました。

**特殊詐欺
被害急増中!!**



だまされたらアカン！確認・相談110番！

— 6月29日（木）市民センター波賀 —

演題：『楽しい暮らしはよい睡眠から』

講師：NTT PARAVITA 看護師

「NTT PARAVITA」尾立姫奈看護師兼睡眠改善インストラクター様より、“よりよい睡眠”について科学的な分析結果を元にお話いただきました。

睡眠は不足すると不足分がまるで借金（負債）のように積み重なっていき、やがて睡眠障害や生活習慣病の罹患リスクを高まると教えていただきました。その上で、眠りの質をよくするための誰もがができる10個のポイントを、資料をもとにご解説いただきました。受講生の皆様からは、「睡眠不足が認知症や病気に関係していることを知り、睡眠の重要性がわかりました。」「良い睡眠がとれるように、ポイントを参考に過ごしていきたいです。」「自分自身が睡眠について課題だと思っていることが、明確になりました。よい企画をしていただけました。」「宍粟市と PARAVITA が連携し睡眠について考えていただいていることはありがたい。」などのご意見をいただきました。

閉会あいさつの井平運営委員長様のお言葉にもありましたが、かえで学園生の皆さんが人生100年時代の3割を占めている睡眠について、“より良い眠りのためのポイント”をバイブルとしてご活用いただき、良い睡眠によって豊かで楽しい暮らしをお過ごしいただければと願います。

z z z ...
z z z ...



◆第5回講座のご案内

8月24日（木）午前10～

市民センター波賀ホール

映画鑑賞：『**星屑の町**』



☆ご利用ください☆

健康相談（血圧測定）・図書貸出

《7月》

- 20日(木) 生涯学習講座「英会話教室」/市
 21日(金) 放課後子ども教室「キッズ英会話教室」/ひ
 22日(土) 夏休み子ども教室「キエーロ作製講座」/文
 生涯学習講座「パソコン教室」/市
 移動図書館あおぞら文庫(地域巡回)
 25日(火) かえで学園「書道クラブ」/市
 27日(木) 生涯学習講座「英会話教室」/市
 波賀子育て支援センター共催
 「典大さんの絵本ワールドへ」/文
 28日(金) 放課後子ども教室「キッズ英会話教室」/ひ
 29日(土) 生涯学習講座「パソコン教室」/市
 夏休み子ども教室「陶芸教室」/文

《8月》

- 1日(火) かえで学園「茶道クラブ」/市
 2日(水) 移動図書館あおぞら文庫(学校巡回)
 3日(木) 生涯学習講座「英会話教室」/市
 4日(金) 放課後子ども教室「キッズ英会話教室」/ひ
 5日(土) 文化創造センター 夕涼み会/文
 8日(火) かえで学園「ピラティスクラブ」/市

- 9日(水) 夏休み子ども教室「粘土細工教室」/市
 10日(木) 生涯学習講座「英会話教室」/市
 16日(水) かえで学園「歴史探訪クラブ」/市
 17日(木) 生涯学習講座「英会話教室」/市
 18日(金) かえで学園「オカリナクラブ」/市
 夏休み子ども教室「木工教室」/文
 放課後子ども教室「キッズ英会話教室」/ひ
 22日(火) かえで学園「茶道クラブ」/市
 行政相談/市
 24日(木) かえで学園 第5回講座/市
 波賀生推協 講演会/市
 生涯学習講座「英会話教室」/市
 25日(金) 放課後子ども教室「キッズ英会話教室」/ひ
 26日(土) 移動図書館あおぞら文庫(地域巡回)
 29日(火) かえで学園「ピラティスクラブ」/市
 31日(木) 生涯学習講座「英会話教室」/市

市/市民センター波賀 文/波賀文化創造センター
 ひ/波賀ひまわりの家

休館日: 月曜日(月曜日が祝日の場合は、翌日の火曜日も)
 祝日・年末年始(12月29日~翌年1月3日)



夏の波賀を楽しもう!!



8月16日(水) 午後7時30分~

会場 / 波賀総合スポーツ公園駐車場

内容 / 花火の打ち上げ

※ステージイベントはありません

〈主催〉はが祭り実行委員会



8月19日(土) 午前11時~午後3時

会場 / メイプル福祉センター

内容 / 波賀中学校吹奏楽部の演奏

昔遊び、木材工作、お菓子釣り

健康コーナー、にこにこ食堂 など

〈主催〉波賀保健福祉課・社会福祉協議会波賀支部

※イベントの詳細は、主催者が発行するチラシをご覧ください



図書室 だより



TEL・FAX 75-3688

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

書 名	著 者	出 版 社	件名
令和版新社会人が本当に知りたい ビジネスマナー大全	増田 美子 監修 他	KADOKAWA	ビジネスマナー
14 歳からの宇宙物理学	武田 紘樹	KADOKAWA	物理学
炊飯器まかせで野菜がもりもり食べられる 炊き込みベジごはん	市瀬 悦子	主婦と生活社	料理
食べきりサイズの英国菓子と幸せスコーン	砂古 玉緒	KADOKAWA	菓子
渦の中へ（おいち不思議がたり 6）	あさの あつこ	PHP 研究所	小説
鈍色幻視行	恩田 陸	集英社	小説
投身	白石 一文	文藝春秋	小説
図書館のお夜食	原田 ひ香	ポプラ社	小説
墨のゆらめき	三浦 しをん	新潮社	小説
メロスの翼	横関 大	講談社	小説



7月22日（土）

午前 10時30分から

移動図書館車で波賀町内をまわります。図書館車にのせてほしい本のリクエストも受けつけています。お気軽にご利用ください。

今月の特集

愛らしい手仕事の世界

『世界の美しいボタン』

『はじめてのガラスペン』

『やさしい仏像彫刻』

『久野恵一と民藝の45年』

日本の手仕事をつなぐ旅』

『はじめまして農民美術』

『北欧スウェーデン暮らしの中のかわいい民芸』

『草木染め大全』

『日本と世界おもしろ玩具図鑑』 など



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

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

／は休館日です

【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）
祝日・年末年始（12月29日～翌年1月3日）