波賀の生涯学習活動の様子を皆さんにお届けします

メイプル 生涯学習レター

令和８年 10 月号

≪発行≫宍粟市波賀市民局まちづくり推進課生涯学習係　波賀生涯学習事務所（はがてらす内）
宍粟市波賀町上野 257　TEL 75-2241／FAX 75-3599

生涯学習レター
バックナンバー

p2 波賀生推協だより・生涯学習講座の様子
p3 かえで学園（お知らせ）・波賀文化のつどい（お知らせ）
p4 はがてらす図書室だより

第３５回

しそう波賀城 観月会



9月 26 日（土）波賀公園

毎年恒例の観月会を開催しました。

17 時 30 分より、波賀茶華道教室とかえで学園茶道クラブの皆さんによる、お茶のおもてなしと茶花の展示会、皆さんからご応募いただいた「月」をテーマした俳句と川柳の作品展示会を行いました。19 時から開演予定だったステージは、雨のため急遽会場を旧波賀文化創造センターの室内に移し、「杉の実コーラス」の皆さんと、和太鼓松村組特別ユニット「ヴァリアンテ」の皆さんに演奏をしていただきました。美しい歌声と、透き通るような篠笛の音色が会場に響き渡りました。

来場された方は、「お月さまは見ることができませんでしたが、音楽も会場の雰囲気も素敵でゆったりと過ごせました」と話していました。

ステージの様子



「ヴァリアンテ」　ピアノ・篠笛/オカリナ・パーカッション



「杉の実コーラス」　コーラス





「俳句・川柳展」と
「茶花展」の様子





「お茶席」の様子



会場を照らす灯ろうの灯り

ありがとう
ございました

雨の中ご来場いただきました皆さま
ご出演いただきました皆さま
展示会に作品をお寄せいただいた皆さま
開催にご協力いただきましたスタッフの皆さま

10月24日(土) 認知症を学ぼう！「はがてらす」で開催！

波賀生涯学習推進協議会では、10 月の「ともに生きる地域づくり講演会」で「認知症予防」をテーマに講演、映画、脳トレ運動、認知症なんでも相談など多くのプログラムを「はがてらす」で開催します。
ご自身や大切な人のためにぜひご家族やお友達とお誘いあわせのうえご参加ください。

タイムスケジュール

10：00 **映画「ばあばは、だいじょうぶ」**（約 98 分）
※23 日（金）19 時からも上映します

コーナー開設［16：00 まで］
「認知症予防に」
トリゴネコーヒーや**アロマオイル**の紹介
◎にこにこマートにて、トリゴネコーヒーや関連書籍の販売もあります
「認知症なんでも相談」

11：30 にこにこ食堂『カレーライス』［12：30 まで］

13：00 講演会オープニング演奏
・かえで学園オカリナクラブ「めいぷるず」
・コーラスレインボー

13：30 **「ともに生きる地域づくり」講演会**

15：00 **認知症予防の実践**

□「ともに生きる地域づくり」講演会 □

演題**「科学的に正しい認知症予防を学ぼう！」**
講師 **浦上 克哉**さん
（鳥取大学医学部保健学科認知症予防学講座教授）
日本認知症予防学会理事、NHK「あさイチ」など出演

＊ ＊ ＊

認知症予防の第一人者である浦上さんに、物忘れや実行機能の低下、作業ミスなど、軽度認知障がい（MCI）の段階で適切な対策を行うことの重要性、また早期に適切な対策を行うことで、認知機能が健常な状態に回復したり、認知症への進行を遅らせたりすることが期待できることなど、「科学的に正しい認知症予防」についてわかりやすくお話ししていただきます。

□ 認知症予防の実践 □

講師 加藤智子さん（脳トレ運動教室）



☆このほか「はがてらす図書室」にて、認知症をテーマにした本を揃えています。
気になる１冊をみつけてみませんか。（図書の紹介は 10/31 まで）

波賀生涯学習講座開催しました！

＊9月15日(土) 香りとタッチでセルフケア

講師:福井 しげよ さん

アロマハンドトリートメント教室を開催しました。
アロマハンドトリートメントには、リラクゼーション効果、血行促進効果、筋肉の緊張緩和の効用があり、この日は隣の人とペアになって、お互いの手を丁寧にケアし合いました。
また、手指にあるツボも教えていただき、日々の生活に取り入れやすいセルフケアを教えていただきました。







＊10月3日(土)粘土細工教室 講師:川 千恵子 さん

今年度も講師の川さんをお招きし、小学生から大人の方を対象にした粘土細工教室を開催しました。
今回のテーマは「ハロウィン」で、置いて飾ることのできる立体作品づくりに挑戦しました。講師からカボチャの飾りや帽子がかわいいお化けのつくり方を教えていただきながら作品を制作し、最後にケースに収まるように飾りを自由に並べて、自分だけのハロウィン飾りが完成しました。







● 第６回講座９月 10 日(木)　公開講座

「交通安全教室と警察音楽隊の演奏」
講師:宍粟警察署／兵庫県警察音楽隊

宍粟警察署の方から、市内で起きている詐欺被害についての説明と、市内の交通事故の発生状況のお話をしていただきました。今年４月から自転車の交通違反に「青切符」が導入されたこと、９月からは自動車の生活道路における法定速度が時速 60km から時速 30ｋｍに引き下げられ、注意すべき点を丁寧に教えていただきました。

休憩を挟んで後半は県警音楽隊の演奏を鑑賞。音楽に合わせて、カラーガード隊による詐欺や交通安全の呼びかけもありました。

かえで園やむつみ園のデイサービスの方も聴きに来られ、会場内は満員御礼。一曲披露されるたびに大きな拍手が起こりました。







□第８回講座のご案内（ちくさ社会大学しきぐさ学園との合同講座）

11 月 26 日（木）13 時 45 分～　はがてらす大ホール

「後期高齢者がドローンにかける夢」

講師:前田　稔郎　さん(JUAVAC ドローンエキスパート学校校長)

70 歳のときに JUAVAC ドローンエキスパートアカデミー兵庫校を開校し、80 歳になった今も現役で活躍されている前田さんのお話と、ドローン体験を行います。

第52回 波賀文化のつどい 会場:はがてらす

第 52 回波賀文化のつどい実行委員会（宍粟市波賀文化協会）
〈お問合せ〉波賀生涯学習事務所 TEL：0790-75-2241

10 月 31 日(土)～11 月8日(日)

◆ **展示の部**　９時～17 時（最終日は 15 時まで）
俳句・書道・絵画・陶芸・トールペイント
生け花・絵手紙・図画・工作　ほか





11 月 22 日(日)

◆ **競技の部**　９時～16 時
将棋交流会

◆ **演技の部**　13 時～16 時
和太鼓・謡曲・箏曲・コーラス
吹奏楽・オカリナ　　ほか

◎ **お茶席**　12 時～
（１席 300 円 数量限定）





波賀を拠点に文化活動されている皆さんが一堂に集まり、日頃の成果を発表します。
皆さまお誘いあわせのうえお越しください。

行事予定

＊10月

２０日（火）かえで学園 歴史探訪クラブ
２２日（木）かえで学園 第７回講座
　波賀放課後子ども教室「体操教室」（波賀小）
２４日（土）波賀生推協「ともに生きる地域づくり」講演会
　移動図書館あおぞら文庫（地域巡回）
２６日（月）かえで学園 ピラティスクラブ
２７日（火）かえで学園 茶道クラブ
　波賀放課後子ども教室「あみもの教室」（波賀小）
３１日（土）生涯学習講座 パソコン教室 Excel 講座
　第 52 回波賀文化のつどい【展示の部】（～11/8）

＊11月

６日（金）かえで学園 オカリナクラブ
７日（土）生涯学習講座 パソコン教室 Excel 講座
１０日（火）かえで学園 茶道クラブ
　波賀放課後子ども教室「体操教室」（波賀小）
１６日（月）かえで学園 ピラティスクラブ
１７日（火）かえで学園 書道クラブ
　波賀放課後子ども教室「あみもの教室」（波賀小）
２０日（金）かえで学園 オカリナクラブ
２２日（日）第 52 回波賀文化のつどい
　【演技の部】【競技の部】【お茶席】

はがてらす図書室だより

2026年10月号

新着図書の紹介

市立図書館 HP

書　名	著　者	出 版 社	ジャンル
こんにちは！エゾモモンガ	渡辺 浩徳 監修	ブティック社	写真集
「うちの子、依存症？」と気になったら知りたいことが全部のってる本	松本 俊彦 監修	主婦の友社	依存症
疲れていても作れる、食べたい！かるーいレシピ	藤本 早苗	マイナビ出版	料理
山の法律相談所	安藤 雅樹	山と渓谷社	登山法令
朝焼けキッチンカー	秋川 滝美	ポプラ社	小説
流砂	黒川 博行	新潮社	小説
あいつも誰かに殺される	下村 敦史	集英社	小説
先生が終わらない	額賀 澪	集英社	小説
黒鳥	横関 大	幻冬舎	小説
地図でわかる！国旗の由来ずかん	西村 まさゆき 他	ほるぷ出版	児童
はじめての子ども手芸	―	日本文芸社	児童
びっくり発見！こども農園 全３巻	農文協 編集	農山漁村文化協会	児童
しゅつどう！しょうぼうこうくうたい	鎌田 歩	金の星社	児童



10月24日（土）

10時30分から

移動図書館車で波賀町内をまわります。読みた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。



11月7日（土）

15時から

いろいろな絵本を読んだり紙芝居を上演します。
事前の申し込みはいりません。
時間までにきてくださいね。

はがてらす図書室

【住　　所】 宍粟市波賀町上野 257
【電話番号】 75−2220（代表番号）
【FAX 番号】 75−3599
【開館時間】 9時から 17 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休館）
祝日・年末年始（12 月 29 日～翌年 1 月 3 日）
【学 習 室】 利用時間：9 時から 22 時まで　休館日：祝日・年末年始