

角野公民館 だより



ためになる ことば シリーズ
 「最も困難なことは自分自身を知ることであり、
 最も容易なことは他人に忠告することである」
 ギリシャ七賢人のひとりタレス
 自分のことについて、よく考えてみることからはじ
 めるといい。そうすると自然と自分の言葉で話せるよ
 うになる。



祝 令和3年度 第七回すみ野の秋 敬老ふれあいの集い

令和2年10月11日(日)角野小学校体育館に於いて第7回敬老ふれあいの集いが開催されました。

新型コロナウイルス拡散防止対策を行い、開催時間短縮、飲食禁止の上、170名余りの方が参加し、交通安全の講話、谷脳神経外科内科の谷 到先生の講演、踊り等の楽しい余興に心温まるひと時を過ごしました。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



報
告

ひと 西泉老人クラブ 岡 正勝さん

岡 正勝さん現在97歳。かつて帝国海軍の水兵さん。佐世保海軍鎮守府に入隊。戦地にこそ赴かなかつたが、帝国海軍の根性は備わっている。平成14年から31年まで17年間、西泉老人クラブの部長を務めた。

あれは3月でもまだ寒い日であった。出かけるというのでどこへ行くのか聞いたところ、新居浜新四国八十八箇所があって、東は大島含めて、四国中央市との境の山の上、大師堂から西は大生院の妙見神社を自転車とバイクで廻るといふのだ。これを毎年3月から5月の間で9回に分けて、禊祓詞(みそぎはらい言葉)と般若心経を唱え参拝する。高齢者スポーツもグラウンドゴルフをはじめ万能。その体力と気概に驚かされる。

また、よく世話をする面倒見の良い人で、勤労奉仕にも必ず欠かさず来て、長く活動しており、校区芸能保存会にも入り、校区内で行われる行事にはほとんど出席している。

内宮神社の清掃。祭の幟の上げ下ろし、公民館関係の除草作業や大掃除。その他自治会の行事にも95歳ごろまでほとんど出席しており、その奉仕の心に私も後輩が学ぶこと大である。一言で言えば、頭が下がる。これからは願わくば、100歳までは元気で会員でいて欲しい。

新居浜市長選挙のお知らせ

11月15日(日)は新居浜市長選挙の投票日です。

告示日 11月8日(日)

投票日及び時間 11月15日(日)午前7時～午後8時

【期日前投票について】

◆市役所1階ロビー

期間 11月9日(月)～11月14日(土)

時間 午前8時30分～午後8時

◆別子山支所

期間 11月9日(月)～11月14日(土)

時間 午前8時30分～午後6時(14日(土)のみ午後5時まで)

◆新居浜高専 図書館棟1階談話室

期間 11月11日(水)・12日(木)

時間 午後3時～午後6時まで

※「投票所入場券」は告示日以降に順次、各家庭に郵送します。投票日には入場券に記載された投票所をご確認のうえ、投票にお越しください。

問い合わせ先：選挙管理委員会事務局 電話：65-1311

11月・12月 角野公民館講座

- ◆ **リラックス太極拳 いき生き生活セミナー**
 ○日時：11月10日(火) 10:00～公民館2階多目的ホール
 ゆるゆる免疫力アップ♡ 身体も心もリラックス (^^♪
 ぜひ、太極拳を体験しにきてください。体操のできる服装にて。お申込みは不要です。癒されるよ～！お待ちしております。
- ◆ **動物ふれあい教室 未来まちづくりプラン**
 日時：11月20日(金) 13:30～ 角野小学校体育館にて
 愛媛県獣医師会より獣医師が来校し、多くの動物たちと角野小学校3年生が触れ合います。連合自治会、見守り隊、地域の皆様、スタッフとしてご参加ください。ご協力よろしくお祈いします。
- ◆ **シェイクアウトすみの 未来まちづくりプラン**
 ○日時：12月10日(木) 10:30～公民館全館
 角野小学校4年生、角野保育園、地域住民の防災訓練です。校区の各種団体さんのご協力により様々な防災訓練の体験をします。もしもの時の為に皆様ご参加ご協力ください。
- ◆ **高校生と一緒に別子銅山を体験しよう in 角野**
 角野校区地域学校推進事業
 ○日時：12月17日(木) 13:15～
 角野小学校6年生の総合学習です。新居浜南高等学校ユネスコ部の案内にて校区の産業遺産を巡ります。新居浜市内の高校生ボランティア・交通安全協会・見守り隊の方々のサポートにより安全に配慮し実施いたします。ご協力いただける方は公民館まで連絡をお願いします。 お問合せ 角野公民館 41-6224

角野校区の人口と世帯(令和2年9月末日現在)

・人口	11,570人	(-7)
・男	5,440人	(-6)
・女	6,130人	(-1)
・世帯	5,581世帯	(+11)

()内は3か月前との比較

11月の行事予定

5日(木)	老人クラブ会長会	9:30～12:00
10日(火)	リラックス太極拳(セミナー)	10:00～11:30
"	すみのっこランド	10:00～11:30
11日(水)	角野分館おはなし会(幼児対象)	15:30～16:00
"	交通安全協会角野支部理事会	19:00～20:00
13日(金)	除草作業	8:30～
17日(火)	民生児童委員会	19:00～21:00
18日(水)	角野分館おはなし会(幼児対象)	10:00～10:30
"	社会福祉協議会角野支部役員会	19:00～21:00
19日(木)	第4回角野公民館運営審議会	19:00～20:30
20日(金)	動物ふれあい教室(角野小学校)	13:30～15:00
"	角野校区防災会	19:00～20:30
21日(土)	老人クラブ女性部踊り	13:00～15:00
25日(月)	角野校区連合自治会長会	19:00～21:00
28日(土)	独居高齢者生き生きサロン東部	10:30～12:00
30日(月)	検診結果説明会	9:00～12:00

元気もりもり教室開催しています！

新居浜市地域包括支援センターの一般高齢者介護予防教室、元気もりもり教室が、各エリアに分かれ実施されています。上部東エリアは角野公民館にて8月～10月までの間、毎週木曜日に開催されています。ふたば会が中心になり、PPK体操・栄養指導・生活力向上・口腔ケア等様々な視点から学んでいます。

コロナ禍ですが、楽しそうな声が響いています。地域デビューお待ちしております。



マイナンバーカード『出張一括申請受付』の実施について

角野公民館で、12月18日(金) 10:00～15:00 マイナンバーカードの申請ができます！

公民館で申請をしようと思う方は…

- 11月20日(金)までに、自治会長もしくは公民館に、『申請希望用紙』を提出してください。(用紙は、自治会より回覧があります。)
 - 申請当日は、市職員による本人確認と顔写真撮影を行います。
- お問合せ先 新居浜市役所市民課 ☎65-1232

運動が苦手な方にもおススメ！

一生使い続けられる ボディメイク！

トレーナー直伝 運動実技講演会 参加者大募集！

いつまでも地域で元気に、充実した生活を送るためには、健康な身体づくりが不可欠です。

身体づくりのプロから、家庭でできる筋トレやウォーキング、ボディメイクを学びましょう♪



参加費 無料



日時：11月29日(日) 9時30分開会
(15分前より受付開始)

会場：市民体育館 2階競技場 講師 白石 祐介 先生

駐車場：国領川河川敷

準備物：運動のできる服装・

Hello!NEW 新居浜アンバサダー
広島カープ選手専属トレーナー
パーソナルトレーナー

タオル・水分補給用飲み物・体育館シューズ

お申込み 電話またはメール ☎保健センター Tel 35-1070

✉kenkou@city.niihama.lg.jp

※①氏名・②生年月日・③ご連絡先をご記載ください。

独居高齢者生き生きサロン (お知らせ)

社協角野支部主催の独居高齢者生き生きサロンは、例年校区各ブロック開催しておりましたが、今年度は新型コロナウイルスの影響で校区を東部(立川、角野新田、吉岡・一字、北内、中筋)と西部(山田・篠場・御蔵、西連寺、西泉、宮原・喜光地)に分けて開催することになりました。

マジックをお楽しみください！

先ず東部地区のサロン

日時：11月28日(土) 午前10:30～正午まで、
場所：角野公民館2階多目的ホール

関係者の皆さん、どうぞご参加ください。

なお西部地区は12月4日(金)に開催致します。



角野コミュニティ・スクール (CS) 事業報告

～ センチュリー・ミレニアムの計「クリーン作戦」～
角野コミュニティ・スクール

去る10月2日(土)、3日(日)の2日間、100年、1000年に繋ぐトーテムポール付近と別子ライン玄関(生子橋付近)の環境整備をしました。トーテムポール(約50年前に初代、令和2年2月に2代目)、別子ライン(昭和30年11月に県指定名勝となり65年です。8年前から自治会単独で美化事業が始まっています。)今年度は角中生、PTA保護者、連合自治会、防災会、公民館等総勢約60人の参加で、薄曇りの絶好の2日間の作業日和の中で、大成功のうちに美観が整いました。その後早々にメディアを通じ県下から続々反響が届いています。皆様には近日ウォーキング、森林浴、ジョギング、ドライブコースに入れていただき、我が角野の新ふるさと自慢とCSの末永いご支援サポートをお願いいたします。

※コミュニティスクールは「CS」とも学校運営協議会ともいいます。

※コミュニティスクールは学校と地域(自治会、防災、社協、公民館など各種団体)の支援(経費、企画、運営など)連携教育で児童生徒を育て、大人も育てる団体組織です。新居浜市の全小中学校がコミュニティスクールです。



生涯青春
健康シリーズ8

西連寺町
渡邊優津子

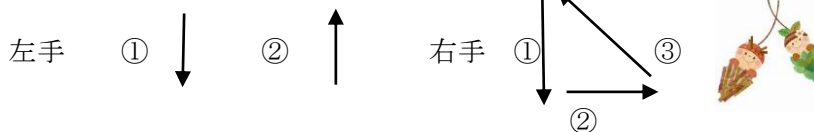
吹く風には秋の訪れを感じる良い季節になりました。秋の夜長に手遊びしながら脳トレーニングは如何ですか。

是非、ためしてガッテン!!

まず、ウォーミングアップで両手を前に伸ばし、思いっきり力を入れて、グー・パーを繰り返す、指を解します。

では、始めましょう

- ①両手をグーにして、左手は親指、右手は小指を同時に出します。次は反対に、左手は小指、右手は親指を出す。これを2回ずつ繰り返し、スムーズになれば、♪もしもカメよカメさんよ～と口ずさみながら、2回ずつから1回ずつに早める!
- ②少しレベルを上げて指揮者になったつもりで、左手は上下に2拍子、右手は三角に、3拍子で同時に振る。最初は紙に図を書いてなぞってもよく、スムーズになれば鏡を見ながら♪うさぎ追いかの山～と歌いながら振る。



③最後は、自分の身体に音階を付けて、両手でボディータッチ。立った姿勢で・ドは膝・レは太腿・ミはお腹・ファは胸・ソは肩・ラは顎・シは頭・高いドはバンザイ・高いレはバンザイのまま両手を振る。

レッツゴー!!

♪ドはドーナツのド レはレモンのレ ミはみんなのミ
ファはファイトのファ ソは青い空 ラはラッパのラ
シは幸せよ さー歌いましょう～
♪ドレミファソラシド(下から) ドシラソファミレド(上から)
ドミミ ミソソ レファファ ラシシ(2回目は早く)
ソードー ラファー ミドーレー ソードーラーシードーレード
手も頭も柔らかくなったでしょうか。

公民館除草作業について ご協力をお願い

日時：11月13日(金) 8:30～1時間程度
雨天の場合は11月16日(月)に順延します。
場所：角野公民館グラウンド及び西側周辺草取りです
(軍手、草かき等をご持参下さい)

第9回角野オープンバドミントン大会開催

日時：11月22日(日) 9:00～ **体育振興会だより**
場所：角野小学校体育館
申し込み：11月13日(金) 公民館 黄色いポストへ
各自治会・団体・個人のみなさまどなたでもOK!!
※次回は 12月13日(日) 校区レクバレーボール大会
各自治会・団体対抗です。ぜひご参加ください。

