

橋本地区公民館

つれもていこら

橋本市市脇
一丁目3番18号
橋本商工会館2F
TEL 34-2750
発行部数4,100



健康ウォーキング

第5回

健康のために一日8,000歩!みんなで楽しく歩きましょう♪
今回は杉村公園の北側に新しくできた駐車場から歩きます。



◇日時 2月13日(土)
 ◇集合 杉村公園北側新駐車場 10時
 ◇行先 杉村公園周辺
 ※雨天中止

定員 15名(先着順)
 参加費 無料
 持ち物 飲み物、タオルなど

クラフトテープで作る小さな飾りひも

小さなお花にゴムがついています。髪留めにしたり手帳ホルダーにしたり色々な使い方が楽しめます。好きな色で3個作っていただきます。

日時: 2月18日(木) 13:30~

場所: 橋本地区公民館 研修室

講師: 岩西 美沙氏

参加費: 100円 持ち物: はさみ

定員: 15名 ※定員に達し次第締切ります

申込み: 2月2日(火)~2月12日(金)まで受け付けます。



乳幼児親子学級

仲間作りをしながら楽しく子育てしましょう(*。*) 普段お家では経験できないことも、お友だちとならきっとたのびることができるはず! 季節のイベントを楽しんだり、ママ同士のおしゃべりに癒されたり、のんびりゆったり過ごしませんか。一度遊びに来てね♪

ぐー☆ちよき☆ぼー

◇(対象: 1歳前後~就園前)



2/10(水) 10時~ 『お話し会』本の会コスモス

2/17(水) 10時~ 『おひな様のクッキー作り』

持ち物: エプロン・三角巾(頭を包む)

※今月は合同でおこないます。

ペリィーペリィー

◇(対象: 0~1歳前後・妊婦さん)



公民館からのお願い 新型コロナウイルス感染防止のため、来館前の検温とマスクの着用をお願いします。
来館時には、来館者カードの記入をお願いします。



2月 館主催事業案内

お申込み・お問合せは
TEL 34-2750へお願い致します

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、館主催事業は中止、もしくは延期になる場合があります。

2月の休館日: 1日・8日・11日・15日・22日・23日

子ども将棋教室



◇日時 2月21日(日) 13時30分～

◇場所 橋本地区公民館

◇対象 小学生

(当日参加も可)

初心者でも大丈夫！
先生がていねいに指導
して下さいます。



健康一番体操

健康
よもやま話

◇日時 2月17日(水) 13時30分～

◇場所 橋本地区公民館

◇講師 岸田昌章氏

◇持ち物 お茶・タオル

◇参加費 300円



※今月は曜日を変えています
のでご注意ください。



お問合せ・お申込 橋本地区公民館 TEL 34-2750



新しく入った本をご紹介します。他にもありますので、ぜひご覧ください。

なんのじゅうたい？

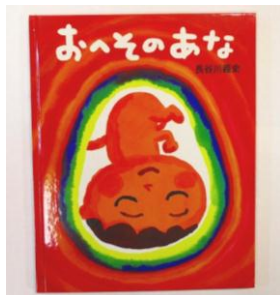
大渋滞のいらいらも吹っ飛ばすすごいこと！



著者 オームラ
出版社 ポプラ社
トモコ

おへそのあな

みんな何してるの？おなかの中の赤ちゃんはおへそのあなからみているらしいよ。



著者 長谷川
出版社 BLS出版
義史

絵本

どうぶつえん

動物が大きく動いて迫力あるとびだす絵本！



著者 わらべ
出版社 小学館
きみか

小説

ライオンのおやつ

人生の最後にたべたい「おやつ」はなんですか
著者 小川 糸 出版社 ポプラ

クスノキの番人

読み終えた人が明日に希望を持てるように、
と思いながら書きました
著者 東野 圭吾 出版社 実業之日本社

少年と犬

第163回直木賞受賞 25万部突破
著者 馳 星周 出版社 文藝春秋

館主催事業のご報告

ウォーキング
健康



親子学級
乳幼児



← クリスマス会

第4回目は、清水方面へ
むかいました。
公民館→隠れ谷池→橋本
橋→応其寺→橋本駅→旧
街道→公民館
約6km 8,000歩
の行程でした。



← B-I-Gお絵かき

Withコロナ時代に運動不足による健康二次被害を予防するために

人との接触を避けて外出を自粛したことによる健康被害が心配されています。

新型コロナウイルス感染症と上手く付き合いながら、できる範囲で体を動かす習慣をつけましょう。

運動は心身の健康増進に大きな役割を果たし、元気で長生きすることにつながります。

まずは、座っている時間を減らし、散歩やラジオ体操、テレビ体操など無理をせず、少しずつ体を動かす機会を増やしていきましょう。

自宅で運動するために、いきいき健康課ではDVDを配布しています。

○橋本おうちトレーニング「はしトレ」

右記二次元コードを読み取ると、橋本市ホームページで動画を見ることができますが、インターネット環境のない方には、DVDとパンフレット（初級編）をお渡ししています。



○いきいき百歳体操

全国的に取り組みされ、運動効果も高い椅子に座ったままできる30分程度の体操です。DVDとパンフレットをお渡ししています。

問合せ先：いきいき健康課 高齢福祉係 Tel 33-3705

岡潔生誕120周年 『岡潔箴言かるた大会』参加者募集！

日時：2月28日（日）受付13：00 開会14：00

場所：教育文化会館 3階 視聴覚室

参加費：無料

定員：30名 ※「箴言かるた」お持ちの方はご持参ください。

申込方法：はがきに、住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・かるたの有無を明記し、下記あて先まで。

あて先：〒648-0072 橋本市東家1-6-27 橋本中央公民館あて

締め切り：2月16日（火）

主催：橋本市岡潔数学WAVE

問合せ：橋本市中央公民館 Tel 32-0034





橋本小学校&橋本中央中学校だより 2月 主な行事予定

＜小学校＞

一年の内で最も寒い時期を迎えています。しかし、子どもたちは寒さに負けず、休み時間になると元気いっぱい運動場へ駆け出していきます。とても微笑ましい光景です。

季節は進みもうすぐ「節分」を迎えます。節分と言えば毎年「2月3日」が当たり前のようになっていました。しかし、今年の節分は、明治30年（1897年）以来124年ぶりに「2月2日」となるそうです。詳しい理由は分かりませんが、124年ぶりとなるとかなり珍しいことですね。どうしてそうなるかを調べてみたいと思います。

昨年の12月頃、橋本小学校にビッグニュースが届きました。「社会を明るくする運動作文コンテスト」で、本校6年の村井優希さんの「心の目」という作文が、全国審査の結果、最優秀賞の法務大臣賞に輝きました。本来なら東京に出向き、法務大臣から直接賞を授与される予定でしたが、コロナ禍のため県内での授与となりました。作文は、本当に素晴らしい内容ですので、また地域の皆様方にも読んでいただく機会を設けることができれば良いと考えています。

- 2日（火）進学説明会（6年）
- 5日（金）授業参観 2・4限
- 9日（火）おはなしのいす（2年）
- 10日（水）おはなしのいす
（たんぼぼ・5年）
委員会活動
- 16日（火）避難訓練（地震）
引き渡し訓練
- 17日（水）クラブ活動
- 24日（水）ブッキー号・漢字検定
- 26日（金）6年生を送る会



橋小ホームページ
QRコード

- ① 5年消費者教育
- ② 6年薬物乱用防止教室
- ③ 表彰伝達
- ④ 法務大臣賞受賞

＜中学校＞



新しい年がスタートして約1ヶ月がたちました。新型コロナウイルスの感染防止に努めながら3年生は自らの進路決定に向けてラストスパートをかけています。また、1・2年生は次のステップに向けて日々の学校生活を一所懸命に取り組んでいます。春はもうすぐです。

- 2日（火）橋本中央中学校入学説明会
- 6日（土）～7日（日）サッカー県大会（紀三井寺）
- 9日（火）1, 2年生学年末テスト発表
- 15日（月）～18日（木）3年生個人懇談
- 16日（火）～18日（木）1, 2年生学年末テスト
- 24日（水）～25日（木）県立高校一般出願受付

短か日のまだ明るい夕方、職人さんが二人見えてほっと安堵。すぐに慣れた手つきでドアの錠前を外し、点検・手入れのあと元の形にもどす

ある晴れた日のこと、所用で徒歩半時間ほどのところへ出かけた。朝は冷え込んでいたが、ぽかぽか陽気となり帰りには汗ばんだ。いつものようにポケットから出した鍵を差し込み家の戸締りを解く。ところが鍵が回り切らない。なんと試しても駄目!!というところで、馴染みの業者さんに電話をして訴える。

お仕事中にもかかわらずその方は手近な道具を手にして駆けつけてくださった。ところが開かない。家の中へは苦心の末に入れたが錠前は頑として回らないまま、別の業者さんに連絡を入れてくださる。

「実は以前からドアの錠前がぎくしゃくしていて、家人が錆止めや油を注したり、「業者さんに相談せな」などと言いつつ一日延ばしになっていたのである」

思わず「餅は餅屋」やなあ」とつぶやいた私は、そのことわざの意味をきちんと知らないことにハッと気付く。

ネット検索すると「専門家はかなわない」「上方（京都）いろはかるた」の「も」に使われていた……など。「プロへの称賛を示す」とあって愁眉を開いた。

展の会【春夏秋冬】
もちはもちや
桜井 志代子

桜井 志代子

と、なんと右に左に鍵穴はすると回転している。「奥さん。やってみて」とて試すと、ほろりと回った。

（実は以前からドアの錠前がぎくしゃくしていて、家人が錆止めや油を注したり、「業者さんに相談せな」などと言いつつ一日延ばしになっていたのである）

思わず「餅は餅屋」やなあ」とつぶやいた私は、そのことわざの意味をきちんと知らないことにハッと気付く。

ネット検索すると「専門家はかなわない」「上方（京都）いろはかるた」の「も」に使われていた……など。「プロへの称賛を示す」とあって愁眉を開いた。

