

名古屋文化センターだより

【発行】名古屋文化センター 〒649-7203 和歌山県橋本市高野口町名古屋 1171-3 【TEL】0736-42-5005

令和 7 年度 教室 紹介

編物教室

- ・講師 岡本峯代先生
- ・曜日 毎月第 1 金曜日
- ・時間 午前 9 時～
- ・場所 1階会議室



小物教室

- ・講師 岡本峯代先生
- ・曜日 毎月第 3 金曜日
- ・時間 午前 9 時～
- ・場所 1階会議室



生花教室

- ・講師 岡本峯甫先生
- ・曜日 毎月第 1 火曜日
- ・時間 午前 9 時 30 分～
- ・場所 1階会議室



絵手紙教室

- ・講師 宮井晶子先生
- ・曜日 毎月第 3 木曜日
- ・時間 午後 1 時 30 分～
- ・場所 1階会議室



茶道教室

- ・講師 久保摩希子先生
- ・曜日 毎月第 1 水曜日
- ・時間 午前 9 時～
- ・場所 2階和室



健康教室

- ・講師 久保摩希子先生
- ・曜日 毎月第 4 木曜日
- ・時間 午後 1 時 30 分～
- ・場所 名古屋教育集会所 2 階



問い合わせ 名古屋文化センター (0736-42-5005)

(避難訓練の様子)



令和 7 年 2 月 5 日、名古屋文化センターで令和 6 年度第 2 回消防訓練(通報・避難・消火)を実施しました。

茶道教室の開催中、震度 6 強の地震が発生し、一階の炊事場から出火したという設定でした。

訓練用の緊急地震速報が鳴ったあと、すぐに「姿勢を低くする」「体や頭を守る」「揺れが収まるまで動かない」の身を守る基本行動として畳の上に伏せて頭を守り、揺れが収まった後、職員の誘導により文化センターの駐車場まで避難をしました。

避難後の消火訓練は、消火器の使い方や消火の手順の説明を受けた後、一人ずつ消火器で消火を行いました。冷え込む日でしたが、皆さんは消火器の取り扱いを慌てることなく、落ち着いて消火をされていました。

灯台は、岬の先端や港湾内に設置されその外観や灯光により船舶の航行目標となる施設。

航路標識のうち光波標識の一種になるそうです。

素敵な作品です。どうぞご覧ください。

作者 井上百合子

盤景「灯台」



巡回就職相談

【日時】3 月 4 日 (火)

午後 2 時～午後 3 時 30 分まで

【場所】名古屋文化センター 2 階会議室

※求人情報誌は、毎週月曜日発行の予定です

川 柳 (一般投句)

下手でいいいつかは物に成るときが

抜き足で帰るが妻は知っている

おすそ分け名菓一つをそつとそえ

まあいい言葉一つで気が楽に

短 歌 高野口短歌の会

早や三月桜の開花きかぬまま

夫あの世へ如月の午後

晴れわたる小春の庭に蝶が舞う

小ぶりの黄蝶仲睦まじい

多忙なる母に代わりて子守役

やさしき姉の遺骨を納む

彼岸には新米ごはんちらし寿司

例年の行事無事に終了

大宰府の天満宮は改修中

仮本殿の裏の飛び梅

坂東 辰雄

寺岡 喜美代

岡本 峯代

柏木 仁美

安川 智子

富松 亮子

玉置 健三

辻田 三依

西風 康子



【令和 6 年度ワークライフバランス講演会】

- ◎日時 2025 年 3 月 15 日 (土) 10:00~11:30
 ◎場所 橋本市教育文化会館 3 階第 1 研修室
 ◎内容 今すぐできる整理収納術
 ◎定員 60 名 (申込先着順)
 ◎講師 野間 和美 (のま かずみ) さん



申込フォーム

おうちじかん
 <Family Life Management> 代表
 整理収納アドバイザー
 整理収納教育士

- ◎申込 橋本市 総合政策部 人権・男女共同推進室
 TEL 0736-33-1229

※参加無料

※電話または申込フォームよりお申し込みください。

【ヤクルト健康教室開催】

ヤクルトの職員さんが、「健康で明るく、笑顔に満ちあふれた地域づくりに貢献する」として、腸を丈夫にすることが健康を支えるのに重要である「健康長寿」の考えを基本とし、「腸」に着目した健康教室を実施してくれます。健康で笑顔に満ちた毎日をお過ごしいただくために、皆さんぜひご参加ください。

- ◎日時 2025 年 3 月 25 日 (火) 13 時 30 分から
 ◎場所 名古屋文化センター 2 階会議室
 ◎内容 講和「腸元気生活のススメ」他
 ◎定員 30 名
 ◎申込 橋本市名古屋文化センター
 TEL 0736-42-5005

※ヤクルトのお土産付きです。



雑学

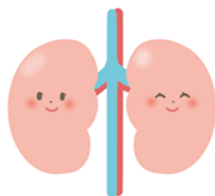
※世界腎臓デー※

(問題)

毎年 3 月の第 2 木曜日は、腎臓病の予防や早期発見を促す「世界腎臓デー」です。

腎臓の働きとして正しいものはどれでしょうか？

1. 老廃物や余分な水分を尿として排泄する。
2. 食べ物を消化する
3. 味覚を感じる



(答え)

1. 老廃物や余分な水分を尿として排泄する

腎臓には他にも

- * 血圧をコントロールする
 - * 造血ホルモンを分泌して赤血球を生成する
 - * 骨を作るために重要なビタミン D を活性化させる
- といった役割を果たしています。

(インターネットより引用)

3月		行 事 予 定 表	ゴ ミ 収 集 日							
日	曜日		名古屋	北名古屋	住 吉	東名古屋	高尾城	10区A	10区B	10区C
1	土									
2	日									
3	月									
4	火	生花教室・就職相談	ペット	ペット	ペット	ペット	ペット	可燃	可燃	可燃
5	水	茶道教室・紀北未生会	その他プラ	その他プラ	その他プラ	その他プラ	その他プラ			
6	木	絵手紙教室	可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	その他プラ・ペット	その他プラ・ペット	その他プラ・ペット
7	金	編物教室								
8	土									
9	日									
10	月									
11	火		破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃	可燃	可燃	可燃
12	水		その他プラ	その他プラ	その他プラ	その他プラ	その他プラ	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃
13	木		可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	その他プラ	その他プラ	その他プラ
14	金							資		
15	土									
16	日									
17	月						資			
18	火		ペット	ペット	ペット	ペット	ペット	可燃	可燃	可燃
19	水		その他プラ	その他プラ・資	その他プラ	その他プラ	その他プラ		資	資
20	木	(春分の日)	可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	その他プラ・ペット	その他プラ・ペット	その他プラ・ペット
21	金	小物教室	粗	粗	粗	粗	粗			
22	土									
23	日									
24	月									
25	火	ヤクルト健康教室	ビン	ビン	ビン・資	ビン	ビン	可燃	可燃	可燃
26	水		その他プラ・資	その他プラ	その他プラ	その他プラ	その他プラ	ビン	ビン	ビン
27	木	健康教室	可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	その他プラ	その他プラ	その他プラ
28	金					資		埋	埋	埋
29	土									
30	日									
31	月									

※ 行事予定は都合により、中止及び延期になる場合があります。

行事予定表の太字は、文化センター主催事業・教室等です。

※ ゴミ収集日

資…集団回収(古紙・布類・段ボール・食品用アルミ缶・食品用スチール缶)

破・有・廃…破碎選別ゴミ、有害危険ゴミ、廃食用油 埋…埋立ゴミ 粗…粗大ゴミ