

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

運営委員研修を行いました

9月12日(土)、心配されていた天気も良くなり、高石市の「大阪ガス ガス科学館」と阪南市の「青木松風 庵月化粧ファクトリー」に参加者11名で運営委員研修に行きました。

最初の大阪ガス ガス科学館では、グループに分かれ、タブレットを使ったクイズ形式でエネルギーについて学び、その後バスに乗ってガスタンク等の現場を見学しました。次の青木松風庵月化粧ファクトリーでは、オートメーション化された工場で商品が出来上がる過程を見学しました。いつもは、見たり学んだりする機会のない事ができ、また運営委員同士の交流も深まり、有意義な一日を過ごすことができました。



プラス 今より + 10 分体を動かそう！

今より10分多く体を動かすことで、健康寿命を延ばすことができます。今日から+10分(プラステン)体を動かしてみませんか。

①ラジオ体操にチャレンジしましょう

3分の運動ですが、正しく行くと効率的・効果的な全身運動になります。

②日常生活で効率よく体を動かしましょう

- ・なるべく階段を使いましょう
- ・テレビを見ながら足上げ運動をしましょう
- ・電車では立ちましょう



(いきいき健康課)

令和8年度 人権啓発講座開催

- ◆日時 令和8年11月14日(土)
午後1時30分から
- ◆場所 名古屋文化センター2階会議室
- (1部) 演題「人生会議について」
講師 紀和クリニック
在宅ケア科 川邊圭一医師
- (2部) 落語 すずめ家すずめ
- ◆定員 約40名
- ◆申込 名古屋文化センター
電話 42-5005

▲さんかくポイント

200ポイント付与▲
スマホまたはハシモカードをご持参ください



同和運動推進月間

(11月1日～11月30日)

毎年11月1日から11月30日までを同和運動推進月間として、橋本市人権啓発推進委員会を中心に関係機関・団体等との連携を密にし、協力を求めながら、各種啓発運動を実施しています。

今年も、11月5日に小・中学校の校門前啓発を実施し、同和運動の推進を図ります。

人権を考える強調月間

(11月11日～12月10日)

人権とは、誰もが生まれながらにして持っている人間が人間らしく生きていくために侵されることのない権利であり、人権が尊重された社会づくりは行政にとっても最も根本的な課題です。

毎年11月11日から12月10日までを「人権を考える強調月間」として、すべての人の人権の尊重に向けて、橋本市人権啓発推進委員会委員、人権擁護委員、その他の関係機関・団体等の連帯・協力のもと、総合的な人権啓発を推進しています。

川 柳 (一般投句)

次の世も一緒と言えば妻はノオ

坂東 辰雄

年としきかれ小声でにつこり答えとく

岡本 峯代

短 歌 (一般投句)

夫ゆえ共に拝すや大君の

慈愛の瞳今も忘れじ

安川 百合子

グルジアの悲しき恋の物語

歌詞に込めたる百万本のバラ

下 通子

元気かと問うてくれるか赤い薔薇
庭に植えたる亡き姑の声

瀧口 幸子

俳 句 (一般投句)

照り返る路地の間の雲の峰

山陰 澄子

枝ゆれて小鳥の群の通り道

平田 三紀子

茶の花やたたきの隅の古き壺

浦中 みつる



名字の言



ある会合の一コマ。

リーダーがワッハッハと笑いましょう！と呼びかけた。笑い声が広がると、一気に会場に活気が満ち、笑顔がいかに人の心を解きほぐし、皆に活力を吹き込むかを感じずにはいられなかった。日々の不安や悩みが和らげば、気持ちもち軽やかにしてくれる。

ある脳研究者は、表情と脳の深い相関関係を指摘する。表情筋を動かすことで、“楽しいから笑う”だけでなく、“笑うから楽しくなる”と。意図してつくる笑顔でもプラスの感情が芽生えるということだ。

近年の調査では、“一日の中で笑顔になる回数は多いか”との問いに 6 割近くが少ないと回答した。

“みなさん、朝鏡を見て笑いましょう” 匿名希望

雑学

* 春菊の話 *

(問題) 11 月に旬を迎える野菜の「春菊」。

名前に春が入っているにも関わらず旬は 11 月からです。

その理由は何でしょうか？

1. 苗字に春とつく人が栽培方法を広めたから
2. 昔は春が旬の品種が主流だったから
3. 春に花が咲くから

(答え) 3. 春に花が咲くから

春菊は、その名の通りキク科の植物です。

食べる部分は葉や茎なのであまり意識はしていないかもしれませんが、花が咲くのは春です。名前の由来は、春に花が咲くキク科の植物だからと言われている。

(インターネットより引用)



巡回相談

【日時】 11 月 11 日 (水) (就職相談)

午後 2 時から午後 3 時 30 分まで

11 月 18 日 (水) (人権相談)

午後 2 時から午後 3 時 30 分まで

【場所】 名古屋文化センター 2 階会議室

※求人情報は、毎週月曜日発行の予定です。

(今月は、同和運動推進月間、人権を考える強調月間のため就職相談と人権相談になります。)

盤景「足摺岬」

足摺岬は四国最南端の岬です。そのためさえぎるものがなく、黒潮が激しい波となって海面から突き出た岩や断崖絶壁に打ちつけます。

この波の碎け散るダイナミックな風景をぜひご覧ください。(作者 井上百合子)



11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	日									
2	月									
3	火	(文化の日)	ペット	ペット	ペット	ペット	ペット	可燃	可燃	可燃
4	水	茶道教室	プラ	プラ	プラ	プラ	プラ			
5	木	高野口カラオケサークル星組 校門前啓発	可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	プラ・ペット	プラ・ペット	プラ・ペット
6	金	編物教室					資			
7	土									
8	日									
9	月									
10	火	生花教室	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃	可燃	可燃	可燃
11	水	巡回就職相談	プラ	プラ	プラ	プラ	プラ	破・有・廃	破・有・廃	破・有・廃
12	木		可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	プラ	プラ	プラ
13	金							資		
14	土	人権啓発講座								
15	日									
16	月									
17	火		ペット	ペット	ペット	ペット	ペット	可燃	可燃	可燃
18	水	人権相談	プラ	プラ・資	プラ	プラ	プラ		資	資
19	木	絵手紙教室	可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	プラ・ペット	プラ・ペット	プラ・ペット
20	金	小物教室	粗	粗	粗	粗	粗			
21	土									
22	日									
23	月	(勤労感謝の日)								
24	火		ビン	ビン	ビン	ビン	ビン	可燃	可燃	可燃
25	水		プラ・資	プラ	プラ・資	プラ	プラ	ビン	ビン	ビン
26	木	健康教室	可燃	可燃	可燃	可燃	可燃	プラ	プラ	プラ
27	金	高野口カラオケサークル花組				資				
28	土									
29	日									
30	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。
 当日、橋本市に気象警報(波浪警報は除く)が発令されている場合は事業を中止します。
 ※ 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
 プラ…プラマークごみ 粗…粗大ごみ 埋…埋立ごみ