

館報 さかえ

平成25年9月1日号 (No.458)

—地域が輝くまちづくりと梅の里—

発行：横手市栄公民館 33-5320

暦の上では秋ですが、まだまだ暑さが続く9月。皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

9月23日は「秋分の日」。

一般に秋分には「おはぎ」をお供えますが、春は春の花「ぼたん」からとって「ぼた餅」、秋は秋の花「はぎ」からとって「おはぎ」と呼ぶそうです。呼び名は違いますが、基本的には同じもの。季節で呼び方を言い換えるのは、日本人の繊細な感性あってこそかもしれません。

いずれにしても「おはぎ」は、昔は大変なご馳走でした。春には豊作を願い、秋には収穫の感謝として、神さまやご先祖さまに捧げる時か、特別なお客さまをもてなす時にだけ作られたものだそうです。

「寒さ暑さも彼岸まで」次第に過ごしやすくなるこの季節。夏の疲れをとって秋を楽しみましょう。



栄地区敬老会

お待ちしております！

と き：9月11日(水) 11:00～

ところ：さかえ館 健康交流ホール

今年度対象となる方は、昭和14年4月1日以前に生まれた75歳以上の方です。

ご参加の連絡をお忘れの方は
電話かハガキでお知らせください。

(☎33-5320)



「2013 さかえ館まつり」のお知らせ

10月下旬に、行っておりました「さかえ館まつり」ですが、今年は選挙などの予定により早く開催されることになりました。

皆さまのご協力、ご来館を

お待ちしております！



2013 さかえ館まつり・・・

10月13日(日)

※詳細は追ってお知らせいたします。

愉快的ピエロに空中ブランコ！ —わんぱく教室—

8月7日(水)、小学生24人が参加し、秋田市の「さきがけ印刷センター」見学と「POPサーカス」を鑑賞してきました。

「さきがけ印刷センター」では新聞の記事が掲載され、各家庭に届くまでを学んだ後、センター内を見学。翌日の新聞に記念写真が載るとあってちょっとおすましの記念撮影をしました。

お昼には「ハンバーグ」をいただき、ほとんどのお子さまが完食し、次はいよいよお楽しみのサーカス会場へ。ピンクの屋根に赤い旗のサーカスのテントが見えた瞬間、「キャー！早く見たい、見たい！」と大きな歓声があがりました。

開演前は二人のピエロの楽しいパフォーマンスに大笑い。オープニングは空中からバンジージャンパーが飛び出してきた驚きとともに大興奮でステージに見入っていました。

ジャグリングと言われる空中に複数のものを投げてキャッチする曲芸や、中国雑技団による軟体芸、マジックにドックショーなど次々と繰り広げられる演技に歓声をあげ、一緒に手を叩きリズムをとり、大変楽しそうでした。最後を飾ったのは「空中ブランコ」。ドキドキしながら、上を見上げ成功すると大拍手。世界で5本の指に入るフライヤー(飛ぶ人)の素晴らしい技も見学してきました。

夏休みの楽しい思い出になったでしょうか。次回は秋休み。また、参加してくださいね！



横手市健康推進課(横手保健センター)より アンケート調査のお願い

秋田県立衛生看護学院保健科の学生さんが保健師になるための「公衆衛生看護学実習」を行っております。

今回、その実習の中で「健康意識についてのアンケート調査」を実施いたします(調査は無記名で回答内容が公表されることは一切ありません)。

アンケート結果を地域の皆さまの健康増進に役立てていきたいですので、アンケートへのご協力をよろしくお願いいたします。

調査対象：栄地区にお住まいの40歳代の方

調査用紙送付期間：8月中旬～下旬までに発送済



サーカス会場にて

**ゴーヤにカボチャ、パッションフルーツ！
— グリーンカーテンプロジェクト —**

横手市ではCO2排出量の削減と、夏季の省エネ運動を促進するため「グリーンカーテンプロジェクト」と題し、市内各施設に緑のカーテンを設置しております。



さかえ館でも、ゴーヤ2種類、カボチャ3種類、パッションフルーツ、ツンベルギア（花）を5月に植え付け大切に育てておりました。たくさん収穫できたので「地域の皆さまに食べていただく！」と思っていたのですが、異常気象のせいなのか、大切に育て過ぎたのか大収穫までは行かず残念な状態ですが、日々、少しだけですが窓口でさしあげております。

今年は、初めての試みで公民館にいらっしゃる農家の方々のアドバイスをいただきながら、毎日の水遣りや肥料を与えるなどしました。来年は経験を生かしてもっと立派な「緑のカーテン」ができるようにと考えております。



今月の主催講座

**栄・境町・金沢公民館合同
ハンギングバスケット講座**

と き：9月3日（火） 13：30～15：30
と ころ：境町公民館 ホール

飾れる！折り紙講座

と き：9月17日（火）、24日（火）
13：30～15：30
と ころ：栄公民館 研修室A 内 容：「菊の花」



にほんごあそび講座

と き：9月18日（水） 10：15～12：00
と ころ：栄公民館 交流室（1） 内 容：「論語」

ウソ！ホント！コラム

何となくだるい、疲れやすいなどの残暑疲れの方！「バランスのよい食事・十分な睡眠・適度な運動が大切なのはよく分かるけど、なかなか、寝付けられないよね～」という話をよく聞きます。

イギリスの絵本『ピーターラビット』では「レタスを食べ過ぎると睡眠薬のように効く・・・」と書かれており、お話の中でウサギたちはレタスをたくさん食べたせいで眠り込んでしまいます。実はヨーロッパには“レタスを食べるとよく眠れる”という言い伝えがあり、実際に不眠症の治療にも使われているのだそうです。レタスには眠りを誘う成分“ラクッコピコリン”が含まれていて、これには沈静・催眠効果があるそうです。ポイントは芯や茎まで食べること！なかなか眠れない方は一度試してみてくださいはいかがでしょうか？



9月の予定表

- 1（日） 栄民謡同好会・舞ドリーム
- 2（月） 栄ミニバス・しなやか体操
スプリング
- 3（火） 合同ハンギングバスケット講座
栄ミニバス・着装サークル・バレー友の会
- 4（水） 生命の貯蓄体操・花雅の会
栄ミニバス
- 5（木） 詩吟教室・円講座・栄ミニテニス
- 6（金） 絵手紙サークル・師仙会
栄ミニバス
- 7（土） 梅の里書道教室・すみれクラブ
栄童謡クラブ・ADVANCE
- 8（日） 栄ミニバス
- 9（月） 栄ミニバス・スプリング
- 10（火） 敬老会準備
- 11（水） **栄地区敬老会**
- 12（木） コープあきた・大正琴愛好会・詩吟教室
円講座・栄ミニテニス
- 13（金） 栄ミニバス
- 14（土） すみれクラブ
秋田県南障害者就業生活支援センター
- 15（日） 梅の里書道教室・剣華・フレンズ
- 16（月） ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
- 17（火） 折り紙教室・栄ミニバス・着装サークル
秋田琴秋会・バレー友の会
- 18（水） にほんごあそび講座・生命の貯蓄体操
3B体操・花雅の会・栄ミニバス
横城小町
- 19（木） 詩吟教室・円講座・栄ミニテニス
- 20（金） 絵手紙サークル・師仙会・栄ミニバス
横手市柔道連盟・柳田駅前イキイキサロン
- 21（土） 梅の里書道教室・すみれクラブ
栄童謡クラブ
- 22（日） 栄ミニバス
- 23（月） ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
- 24（火） 折り紙教室・栄ミニバス・バレー友の会
- 25（水） 生命の貯蓄体操・3B体操・花雅の会
栄ミニバス・横城小町
- 26（木） 詩吟教室・大正琴愛好会・白梅保育園
円講座
栄ミニテニス
- 27（金） 栄ミニバス・白梅保育園
- 28（土） すみれクラブ・白梅保育園・剣華
- 29（日） 梅の里書道教室・横手おやこ劇場
- 30（月） 師仙会・栄ミニバス・しなやか体操
スプリング・ヨガサークルそつ子



8月20日現在で申請書を提出している団体のみ掲載しております。電話・インターネット予約のみで申請書が未提出の団体はお早めに申請書をご提出願います。