



十文字西 公民館だより

■令和2年-4号
令和3年 3月 1日発行
〒019-0513
十文字町植田字一ト市330
☎ 44-3100 FAX 44-5243

十文字西公民館長（兼）センター長 近 孝夫

西地区の皆様、今年も2カ月が過ぎました。この間大雪とコロナで多忙かつ多難な毎日をお過ごしのことと存じます。願わくは早くコロナが退散し、平和な世界、日本、そしてわが地域を取り戻したいものです。

今は、コロナ禍の中で制限ある生活も長引き、毎日が大変だと思います。旧西中体育館を午前中（月・木）地域の皆様へ開放しております。汗を流しに来てください。使用する場合は西地区館窓口にお知らせください。

ところで、秋田大学広報誌によると、新型コロナウイルスの感染拡大に伴う緊急事態宣言による自粛が及ぼす大学生の心と体への影響について調査した結果を同大学の野村恭子教授は次のように分析しています。

～ 秋田大学生こころとからだの調査結果 ～

「うつ、精神疲労、不眠の3つのメンタル不全症状と生活全般について」

- ①男性の6割、女性の半数が、県外出身者で一人暮らし
- ②相談できる人がいないと回答した割合は、男性で26%、女性で17%
- ③SNSの利用は男女共に約9割近くであり、毎日あるいは週ほとんどテキスト利用
- ④ビデオや音声通信の利用は、1～2割
- ⑤中等度うつ症状の割合は、男性10.3%、女性11.5%
- ⑥リスク因子として有意であったのは、女性や県外出身者、喫煙・飲酒習慣のある者、音声あるいはビデオ通信の利用（抑うつ症状があるから利用している可能性）があることが認められた。

★緩和因子としては、「運動、相談できる人の存在」が必要で不可欠であった。



令和3年度、我が公民館では、3密等人数制限しながら運動できるスペースとして旧十文字西中体育館の活用と、相談や楽しくおしゃべりができる事業として、各自治会の会館等を訪問する「移動式公民館」を計画しています。

★ 第73回優良公民館表彰館決定！

この度、十文字西公民館が文部科学大臣より優良公民館として表彰されました。これはひとえに、十文字西地区交流センター運営協議会をはじめ、地域の皆様の御協力による賜物です。今後とも公民館活動に御参加と御協力をよろしくお願い致します。



事業報告 12月～2月

●12/6(日) 十文字バスケットボールフェスティバル 西地区館ホールにて

コロナ禍の中、規模を縮小して開催。悪疫退散と地域の元気を願って上げた花火は大好評でした！



●1/31(日) アロマストーン作り・2/7(日)ごてんまい作り 西地区館にて

丁寧に仕上げた作品は愛おしく、アロマに癒されながら手作りの楽しさを実感したひとときでした。



★ 地域の元気人 ★

陶芸クラブ 代表：菅原 京悦さん

毎週月・金曜に創作館で活動しています。花瓶やお皿など、個性が光る作品作りを楽しんでいます。皆さんも世界に一つだけの作品を作ってみませんか。

趣味やスポーツ等で元気に活動している方を紹介！！



★偉人の言葉に学ぼう ゲーテ（ドイツの詩人、小説家、劇作家 1749～1832年）

- 名譽を失っても、もともとなかったと思えば生きていける。
- 財産を失ってもまたつくればよい。
- しかし勇気を失ったら、生きている値打ちはない。



～ コロナ禍で大変な時期ですが、一時の癒やしになればと思います。～