

小江公民館だより²⁰²²7月号

■発行 蒲郡市小江公民館 Tel68-6402

■休館日 毎週月曜日・祝日

集まれ！
子供たち

大人も

夏休み企画

蒲郡公民館・小江公民館合同 「ラジオ体操の会」

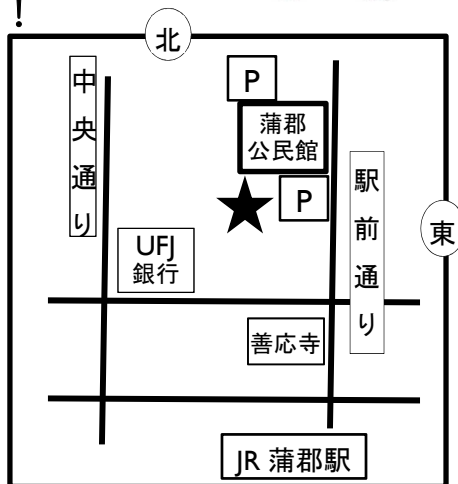
夏の清々しい朝 大人も子どもも一緒になって
ラジオ体操で一日をスタート！



❖日時 7月24日(日)
6時30分開始(10分前に集合)

雨天の場合は中止

❖場所 蒲郡公民館 南駐車場
(お間違えのないように！)
(歩いてご参加ください。)



参加賞あるよ！

※近隣の皆様には、ご迷惑をおかけしますが、
よろしくお願い申し上げます。



募集

子ども教室

夏休み「ポスター教室」

- ❖日時 7月26日(火) 13時30分～
- ❖場所 小江公民館 3階ホール
- ❖講師 学芸員 平野恵美さん
- ❖会費 無料
- ❖対象 小江・港地区の小学生
- ❖定員 15名(定員になり次第締切)
- ❖持ち物 絵の具セット、水筒、油性マジック、
筆記用具、定規
- ❖申込み 7月1日(金)から申込開始
小江公民館 又は
QRコードで！



募集

蒲南小地域学校協働活動

親子で学ぼう！ 「読書感想文への 取り組み方講座」

- ♣日時 7月10日(日)
10時30分～12時
- ♣場所 小江公民館
- ♣定員 親子15組程度
※応募者多数の場合は、抽選となります。
- ♣参加費 無料
- ♣持ち物 水筒、筆記用具、本
- ※詳細は、学校で配布される
チラシをご覧ください。
- ・共催 小江公民館



生涯学習講座 「ママの為のヨガ教室」

小江公民館として初めての試み！
「ママの為のヨガ」を5月24日
(火)に行いました。

講師はインストラクターの
大場麻理さん。

4組のママとお子さんが参加されました。

アロマが香る中、
講座が始まり、
呼吸の仕方、体を
ほぐすポーズなど
行い、またお子さん
と一緒にできるユラユラと体を動かす運動も教
えていただきました。

育児で忙しい中、ゆったりとした時間を過ごす
ヨガでした。



子ども教室 「プログラミング教室」

6月11日(土)工学博士の橋本孝明さん・理学博士
の井上祥史さんよりマイクロビットを
使ってロボットカーを動かすプログラ
ミングを教えてくださいました。
14名の小学生が2部制で講座を
受けました。

さすが！今の子ども達は始め
戸惑いがあったもののすぐに
コンピューターの操作をマスターしどんどん
プログラムを組んでいきました。

最後にはプログラムを工夫
してロボットカーを走らせたり
さらに音楽を鳴らしたりと
発想豊かに挑戦していました。



小江・港区 地域ふれあい活動

5月29日(日)

小江・港区の地域ふれあい
活動として小江神社・委空
寺・元町公園・港西公園の
4か所で清掃活動が行わ
れました。

日差しの照りつける
暑い日でしたが、総勢
200名ほどの方が
参加してくださいました。

地域のそれぞれの場所
がとてもキレイになりました。

参加された皆さん
お疲れ様でした。



女性学級 「ボッチャ体験」

6月16日(木)

第2回の女性学級は
パラリンピックの種目
になっている「ボッチャ
体験」。スポーツ推進
委員の皆さんに教えて
いただきました。

始めに説明を聞いた
後、3名ずつ8チームの
総当たり戦で14試合
行いました。

「ボールを投げるだけ
の競技」と思いきや、
なかなか難しく思う所に
ボールがいかない！
投げるごとに黄色い歓声
が出て大盛り上がりでした。
優勝したのは、全勝したチーム。
楽しい時間を過ごすことができました。



結果 第2回町民グラウンドゴルフ大会 (6月12日分)

- *優勝 笠原保雄(36) 鈴木七生(39)
- *準優勝 鈴木啓市(37) 山田登志子(41)
- *3位 岡田健蔵(41) 内田康予(42)
- *ニアピン賞 4番 柴田貞子 8番 鈴木七生
- *ホールインワン賞
笠原保雄(2回) 鈴木啓市(2回) 山田 章
内田康予 山田登志子



募集

第3回 町民グラウンドゴルフ大会

- *日時 7月3日(日)
9時～
- *場所 蒲南小 グラウンド
- *行事当番 大和下・住吉



小江地区ヘルスマイト(食生活改善推進員)です

私たちヘルスマイトは蒲郡市内で食を通じた健康づくりのボランティア活動を行っています。小江地区は現在4名のメンバーで公民館等で活動しています。

おすすめレシピ紹介

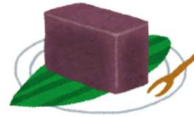
★簡単いろいろ

(材料) 8人分・・・牛乳パック1本分
(1人分の栄養価…115kcal、塩分0g)

小麦粉	1カップ	インスタント コーヒー	大さじ1
砂糖	1カップ	水	1.5カップ

(作り方)

- ① 材料をボールに入れてよく混ぜる。
- ② ①をこし器でこす。
- ③ ②を牛乳パック(一面を切り取り箱状にしたもの)又は耐熱容器に流し入れる。
- ④ ふんわりラップをかけて電子レンジ(600w)で全体に火が通るまで約7~8分加熱する。
- ⑤ 冷めたら切り分ける。



インスタントコーヒーを他のもの(抹茶、ゆずの皮、ゆであずきなど)に変えるといろいろな色、味が作れますよ。



夏休み 「自習室」 開放します!



- ❖日時 7月21日(水)～
9:00～
(日・月・お盆を除く)
- ※利用日であっても、空き部屋がなくて利用できないこともあります。
- ※詳しくは、小江公民館へお問い合わせください。



墨を磨る幽かに聞こゆほととぎす
火の影に五重の塔や薪能
鈴木八重子

簡略の作法でいただく新茶かな
あいさつにどさり笑顔と夏野菜
尾上君代

四阿の木椅子に蜘蛛の糸光り
下校児の水筒空っぽ暑き午後
犬飼ヨシエ

トンネルを出るたび眩し麦の秋
卵の花や遠忌に集ふみな老いて
本多令佳

小江公民館

俳句教室六月作品