

# 丹原公民館だより No.432



令和5年 12月

〒791-0508

西条市丹原町池田1711番地1

電話&FAX (0898) 68-6371

E-mail:tanbara-k@saijo-city.jp



丹原地区の人口 (前月比)	
男	2,211人 (-3)
女	2,345人 (+2)
計	4,556人 (-1)
世帯	2,175世帯 (+1)

《令和5年10月末現在》

こちらのQRコードから公民館だよりのカラー版がご覧いただけるようになりました。

## 地区別人権・同和教育懇談会 開催

丹原公民館のホールにて、11月1日(水)から4回開催しました。

懇談会では、丹原東中学校の生徒による「すべての人が自分らしく生き生きと生活できる学校づくり」の取組について発表していただきました。人権に関することをクイズ形式で出題。でもそれは正解か不正解を問うものではなく、問題について考えることで正しい知識やいろいろな人の考えを知って、自分の人権感覚を磨くことが目的になった内容でした。

その後、同和教育問題について理解を深めるために、差別とどう向き合っていくかについてのヒントになる作品「今そこにいる人と、しっかり出会うー同和教育問題ー」のDVDを視聴後、意見や感想を述べていただきました。

参加者からは、「繰り返し学ぶことで“人権感覚のアップデート”をすることが大切である。」「人権について考えること、学ぶことは自身の生き方を見直し深めることに通じると感じた。」などの感想もあり、意義のある懇談会になりました。

今後も市民一人ひとりが、人権・同和教育問題を正しく認識し、問題の解決を自らの課題として受け止め、積極的に取り組み、明るく住みよいまちづくりを目指すために、一緒に学んでいきましょう。



11月1日(水)上町地区・池田



11月2日(木)北田野区東・田野上方区東



11月7日(火)下町・久妙寺

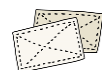


11月9日(木)今井・願連寺

お忙しい中、多くの地域住民の方々や小・中学校の先生方、丹原東中学校の生徒さんにご参加いただき、本当にありがとうございました。



## 公民館年末大掃除



事前にお知らせしておりますとおり、各サークルのみなさんご協力をよろしくお願いいたします。雑巾と履物を入れる袋をご持参ください。

■日時 :12月17日(日) 9:00~

## 公民館より休館のお知らせ

12月29日(金)から1月3日(水)まで年末年始休館日となります。

# 募集のお知らせ!

成人学級

## 「陶芸教室」ひな人形作り



約10cm程度の大きさです

- 日 時: 1月16日(火) 午前9時30~11時30分
- 場 所: 丹原公民館 研修室1・調理室
- 講 師: 寺田 薫 先生
- 対 象: どなたでも
- 定 員: 10名程度
- 参加費: 2000円
- 持ち物: エプロン、または汚れてもよい服装
- 申込締切: 1月5日(金)まで

焼き上がりは2月中旬を予定しており、作品のお渡しは公民館に取りに来ていただくようになります。

=お申込み・お問い合わせ=

丹原公民館 ☎ 0898-68-6371

女性学級

## バランスボールで心と体をリフレッシュ

バランスボールを使った有酸素運動の指導や、プレ更年期の心と身体のケア講座を開催します。

運動神経に関係なく、どなたでも楽しみながら参加できる講座です◎

- 日 時: 1月31日(水) 午前10時~11時30分
- 場 所: 丹原公民館 研修室2AB
- 講 師: 三原奈美先生  
・(一社)体カメンテナンス協会  
・バランスボールインストラクター ・産後指導師
- 対 象: 女性の方ならどなたでも
- 定 員: 10名程度
- 参加費: 無料
- 持ち物: 動きやすい恰好(デニムはおすすめしません)  
素足で行うので室内履きは不要  
水分補給用の水やお茶・タオル
- 申込締切: 1月24日(水)まで

=お申込み・お問い合わせ=

丹原公民館 ☎ 0898-68-6371

申込みされた方は忘れずに  
ご参加ください。

革細工教室  
「干支のストラップ 辰」

- ◇日時: 12月7日(木)  
午後1時30分~
- ◇場所: 丹原公民館 研修室1
- ◇講師: 浅山美恵先生

成人学級  
「モダンなしめ縄飾り作り」

- ◇日時: 12月12日(火)  
午後1時30分~
- ◇場所: 丹原公民館 研修室3
- ◇講師: 中西恭子先生

## 公民館活動報告



### 美術館が10倍楽しくなる講座

#### 《第1回講座》

■10月1日(日)■

- 講演  
「現代美術にワクワクドキドキ  
ときめきをアートに」  
講師: 京都美術大学名誉教授  
鈴鹿 芳康氏
- 朗読コンサート  
朗読: 眞鍋明紀子さん  
ピアノ: 武田詩乃さん



#### 《第2回講座》

■10月29日(日)■

- ライヤーコンサート  
(ドイツ発祥の堅琴)  
奏者: まかな 瑠音さん
- 講演  
「西洋美術にワクワクドキドキ  
ルノワール、ローランサン  
からムーミンまで」  
講師: 愛媛県美術館学芸員  
武田 信孝氏



#### <参加者の感想>

- ・日頃、芸術に触れる機会が少ない私にとって、大変興味深く楽しい講座でした。
- ・心が洗われるような音色に涙が出ました。
- ・美術を観るうえでの「5W1H」を知ることにより深く絵画を観ることができるとわかり、今後の美術鑑賞に生かしたいと思いました。

丹原公民館と佐伯記念館との共催で初めての試みで「美術講座」を開催しました。この講演を機会に、現代美術や音楽など、それぞれの作品に込められた作者のメッセージに思いを巡らせながら芸術を楽しんでいただければと思います。

■10月25日(水)■ 主催: 包括支援センター丹原  
家族介護教室  
「アロマでハンド&ネイルマッサージ」



精油の抽出方法のお話や、健康で美しい爪を育てる方法など、とてもためになる講座でした。

■10月26日(木)■

手芸教室  
「絵の具でデザインして  
キーホルダーとペンダント作り」



■10月25日(水)■ 主催: 西条市包括支援課  
「アシストメイト講座」



6名の方が参加され、アシストメイトの内容について熱心に講座を受けられていました。

～毎月10日は人権を考える日～

## 生活の中で「自分の思いこみ」について見直そう

未来の世の中を作っていく子どもたちに、ぜひとも人権<sup>じんけんかんかく</sup>感覚を身につけてほしいものです。そのために、子どもたちと接する私たち大人が、日々の生活の中で子どもたちに正しいことを伝えていかなければなりません。

お笑いコンビ「髭男爵」<sup>ひげだんしゃく</sup>の山田<sup>やまだ</sup>ルイ<sup>せい</sup>53世<sup>せい</sup>さんは、兵庫<sup>ひょうご</sup>県出身です。中学2年の夏休みから6年間ひきこもっていたそうです。それまでは、中高一貫の難関<sup>なんかん</sup>中学で何事もきちんとこなしていました。それが突然ひきこもりになってしまったのです。その頃の<sup>ころ</sup>のことをこうおっしゃっています。「ひきこもりの人<sup>ひと</sup>って暇<sup>ひま</sup>だと思われがちですが、頭の中はめちゃくちゃ忙しくて1日が終わる頃にはぐったり疲れ果てていました。」それまでひきこもりの人は、さぞかし時間を持て余しているだろうとか、あれだけ時間があったらいろんなことができるだろうなどと考えていた私は、相手の立場に立っていない人間<sup>にんげん</sup>だったのだと反省<sup>はんせい</sup>しました。この山田ルイ53世<sup>せい</sup>さんは、ひきこもりの後、大検<sup>だいけん</sup>を受けて愛媛大学<sup>あいえん</sup>に入学し、学生時代に近くの短大<sup>たんたい</sup>の学園祭<sup>がくえんさい</sup>で漫才<sup>まんざい</sup>をしたことがきっかけで、現在の職業<sup>しごく</sup>についたそうです。(公益財団法人 人権教育啓発推進センター「アイユ」2023年9月号より)

私の母は、杖<sup>つえ</sup>について移動し、車いすも使用しています。先日、自治会の研修旅行の案内があり、私は、母は行けないという返事をしていました。ところが、母の友達から連絡が入り、誘われたから行くとのこと。私は勝手に、「バスには一人で乗れないから迷惑をかけるだろう。トイレに行くのも困るだろう。」と断っていたのです。母も私と同じ考えだと決めつけていました。本人に確かめるべきでした。

お祭りの時に2種類のスナック菓子の袋があったので、青っぽい袋を男の子に、ピンクの袋を女の子に配りました。何気なくいつものように配ったのです。すると、子どもたちは、「青いのがいい。」「ピンクがいい。」と言って交換し始めました。これも、「男の子は青、女の子はピンク」という私の思いこみだったのです。

このように、自分がこれまで当然だと思っていたけれど、他の人は違う考え方をしていることがたくさんあります。それについて深く考えることはありませんでした。自分の考えていることは、すべての人にも当たり前のことだと思ってきました。しかし、よく考えてみると自分だけが当たり前だと思こんでいるものが、たくさん混じっているようです。そのことについて、見直しをしてみませんか。

自分の中に潜<sup>ひそ</sup>む無意識<sup>むいしき</sup>の思いこみ(アンコンシャスバイアス)を見直していきましょう。



# 祝 おめでとう！中川スポーツ少年団

8月26日(土) 丹原総合公園にて  
市長杯兼スポーツレクリエーション予選

代表1位

9月24日(日) 西条市市民公園にて  
西条市ソフトボール協会小学生部交流大会

優勝



※中川スポーツ少年団は、丹原小学校と中川小学校の児童で結成されています。

## 西条市地域包括支援センター丹原からのお知らせ

オレンジカフェ「ふらっと茶屋」が12月から始まります。

『ふらっと茶屋』は認知症の方とそのご家族や認知症に関心がある地域の方々がお茶を飲みながらゆっくり集う場所です。お気軽にお越しください。

開催日時：毎月第4月曜日(初回12月25日)・10時～11時30分

場所：丹原公民館(無料・申し込み不要)

オレンジカフェ「ふらっと茶屋」開設記念

「ほげますから、よろしくをお願いします。」を上映します。

感動のドキュメンタリー映画です。ぜひお申し込みください。

上映日時：12月11日(月)13時30分～(上映時間102分)

場所：丹原公民館1階(無料・先着30名)

申込先：西条市地域包括支援センター丹原

電話：0898-35-3427

### 東予・丹原・小松地域

## 令和6年 西条市二十歳の集い(旧成人式)

令和6年西条市二十歳の集いが下記のとおり開催されます。地域別の2会場開催となりますのでご注意ください。

1. 日時 令和6年1月7日(日)  
 < 受付 > 13時00分～  
 < 式典 > 13時30分～
2. 場所 丹原文化会館  
 (西条市丹原町田野上方2131番地1)  
 ※西条地域の方は総合文化会館  
 (式典:10時30分～)での開催となっております。
3. 対象者 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方  
 ※市内に住民票がある方には12月上旬に案内状を送付します。  
 ※進学・就職等で市内に住民票がない方も出席できますので、希望される方は下記までご連絡ください。
4. 問合せ 西条市教育委員会 社会教育課 社会教育係  
 連絡先 電話0897-52-1254(係直通)

### 手軽にからだをほぐしてみよう

保健センターだより  
0897-52-1215

筋肉の緊張をゆるめることで、血行を促し、心身のリラックスに効果的です！  
痛くなく気持ちいい程度にからだをほぐしてみよう。

#### 肩の上げ下げ

肩を上げて少し止め、息を吐きながら力を抜いてストンと下ろす



#### 背中のストレッチ

両手を組んで前へ伸ばし、おへそをのぞき込むようにして背中を丸める



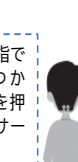
#### 腰のストレッチ

腰を伸ばして体を後ろへひねる



#### 首筋マッサージ

親指以外の四指で頭の後ろをつかみ、親指で首を押すようにマッサージする



#### 首まわし

首・肩の力を抜き、首をゆっくりとまわす



#### 上半身のストレッチ

両手を組んで上に伸ばしながら胸を張る



## お知らせ

### 丹原東中学校 第2回古紙回収案内 御協力よろしくをお願いします

【日時】12月22日(金) 午前8時30分～

【収集場所】丹原東中学校 正門付近

【集めるもの】①新聞(広告入り可)

②雑誌類、その他不要な紙

③段ボール



●12月22日(金)午前11時頃までに学校へ直接ご持参下さい。部活生徒と教職員で積み込み。

●当日まで事前回収も行います。事前にご持参いただいた場合は、生徒玄関前に置いてください。

●各地区巡回しての回収は行いません。どうかご理解、ご協力をお願いいたします。

## 12月の行事予定

日	曜日	行事名	時間
-	-	サークル定期清掃	時間指定なし
4	月	休館日	
6	水	さくらんぼルーム 司法書士法律無料相談会 民生児童委員協議会丹原支部	9:00～ 10:00～ 15:30～
7	木	成人学級「革細工 干支ストラップ作り」	13:30～
8	金	丹原小学校2年生「公民館へ行こう」	10:00～
11	月	休館日 包括支援センター丹原 オレンジカフェ 「ふらっと茶屋」開設記念 映画上映会	13:30～
12	火	人権相談 成人学級「モダンなしめ縄飾り作り」	13:00～ 13:30～
13	水	さくらんぼルーム 食生活改善推進協議会 丹原支部	9:00～ 9:00～
14	木	スマイルサポート教室	14:00～
17	日	丹原公民館年末大掃除	9:00～
18	月	休館日	
20	水	らくしよ会	13:30～
21	木	スマイルサポート教室	14:00～
22	金	園芸教室 「丹原高校園芸科学科による寄せ植え」	9:30～
25	月	休館日 包括支援センター丹原 オレンジカフェ 「ふらっと茶屋」	10:00～
29	金	休館日	
30	土	休館日	
31	日	休館日	

